

Filosofia

Le radici culturali dell'Europa.

Dal 27 ottobre al 24 novembre · ore 14.30/16.30

5 incontri: € 40,00.

IONE BELOTTI

Cucito - serale

Concentriamoci sui vari tipi di giacche e realizziamole. Portare ago, ditale, spilli, gesso, carta da modelli, metro da sarta, forbici.

Dal 6 ottobre al 15 dicembre - Sala CAI · ore 20.30/22.30

10 incontri: € 60,00. Max 10 persone.

FRANCA RIZZO

Inglese intermedio 2

Il corso è rivolto a chi ha già frequentato corsi di livello intermedio e in generale a chi ha già dimestichezza con i concetti di base della lingua inglese. Affronteremo argomenti grammaticali e lessicali con particolare attenzione allo sviluppo di capacità di produzione orale.

Dal 6 ottobre al 15 dicembre · ore 20/21.30

10 incontri: € 60,00 + acquisto libro.

ROBERTA MARANESI

Scuola Ricchino

Restauro base

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

Dal 6 ottobre al 15 dicembre · ore 20/23

10 incontri: € 60,00 + acquisto materiale. Max 12 iscritti.

GIANPIETRO COSTA

Auditorium SCUOLE MEDIE · Rovato

Ginnastica dolce

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

Dal 6 ottobre al 15 dicembre · ore 15.30/17

10 incontri: € 50,00. Max 20 persone.

NADIA ZELASCHI

FORO BOARIO · Rovato, piazza Garibaldi

Camminiamo insieme

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

ore 08.30 (8 orario estivo)/9.30 - Solo tessera.

SOCI AUSER

Pilates - mattino

Tecnica innovativa per tutte le età per la salute del corpo e della mente. Serve materassino e calze antiscivolo.

Dal 6 ottobre al 15 dicembre · ore 10/11 · 10 incontri: € 40,00.

SARA QUADRELLI

Sala Sonzogni · C.so Bonomelli, 22

Laboratorio di lettura creativa

Leggere è il ponte verso gli Altri... Emozione ed empatia sono le tecniche principali per diventare un lettore ad alta voce. Le parole di un libro sono la chiave per leggere l'universo umano. Impariamo ad aprire queste porte, con la voce e il linguaggio del corpo senza prendersi troppo sul serio.

6/13/20 ottobre - 10/17 novembre · ore 20.45/22.45

5 incontri: € 40,00 - Max 18 persone.

SIMONA ROSA

VENERDÌ

Sede AUSER · Rovato, via Ettore Spalenza, 8

Francese intermedio

Indicato per coloro che hanno già appreso i primi elementi della lingua e desiderano proseguire nello studio ed esercitarsi nella conversazione.

Dal 7 ottobre al 9 dicembre · ore 18.15/19.45

10 incontri: € 50,00 + acquisto libro.

BEATRICE DE CARLI

Approf. Educazione Finanziaria

Riservato a coloro che hanno partecipato al corso base.

7/14/21/28 ottobre - 4 novembre · ore 20/22

5 incontri: € 40,00. Max 10 iscritti.

MAURO FARINA

Tedesco base

Il corso è rivolto a chi vuole avvicinarsi alla lingua tedesca in maniera graduale e piacevole, con un approccio comunicativo sin dalle prime fasi di apprendimento.

Dal 7 ottobre al 9 dicembre - Sala CAI · ore 17.30/19

10 incontri: € 50,00 + acquisto libro.

LAURA BUIZZA

LICEO «LORENZO GIGLI» · Rovato, via Europa, 2

Informatica I° livello

Per chi non conosce assolutamente nulla del computer, quindi dalle azioni basilari alla creazione, alla copiatura ed eliminazione di nuovi file, fino all'utilizzo del più comune programma di elaborazione di testi (Microsoft Word).

Dal 7 ottobre al 2 dicembre (no 4 novembre) · ore 14/16

8 incontri: € 50,00. Max 20 persone.

ENRICO BUFFOLI

Informatica II° livello

Adatto a chi già conosce e sa utilizzare il computer, e si articolerà sull'utilizzo di internet, della posta elettronica e del programma Microsoft Excel.

Dal 7 ottobre al 2 dicembre (no 4 novembre) · ore 16/18

8 incontri: € 50,00. Max 20 persone.

ENRICO BUFFOLI

ACQUARE' PISCINA DI ROVATO · via Franciacorta, 1

Piscina

Dieci incontri per nuotare e fare ginnastica in modo dolce.

Dal 7 ottobre al 9 dicembre · ore 15/15.50

10 incontri: € 50,00.

ACQUARE' PISCINA DI ROVATO

FORO BOARIO · Rovato, piazza Garibaldi

Camminiamo insieme

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

ore 8.30 (8 orario estivo)/9.30 - Solo tessera.

SOCI AUSER

Gyrokinesis®

Curiamo la nostra postura e aumentiamo la flessibilità della colonna vertebrale, e degli arti superiori ed inferiori, con risultati di ringiovanimento e vigore.

Dal 7 ottobre al 16 dicembre (no 4 novembre) · ore 10/12

10 incontri: € 60,00.

ANNA DRAGONI

Bioenergetica

Ginnastica psicocorporea indicata per chi vuole prendersi cura di sé, ascoltare, conoscersi e contattare le proprie emozioni, scaricare le tensioni fisiche ed emotive per accrescere la vitalità, l'autostima ed il benessere generale.

Dal 7 ottobre al 16 dicembre (no 4 novembre) · ore 17.30/19

10 incontri: € 50,00. Max 10 persone.

GIANLUIGI GALANTI

SABATO

Sede AUSER · Rovato, via Ettore Spalenza, 8

Conversazione Inglese Americano

Per capire ed essere capiti a tutti i livelli. Per chi ha già acquisito semplici basi della lingua inglese.

To understand and to be understood!

Dal 12 ottobre al 10 dicembre · ore 9/11

10 incontri: € 60,00. Max 15 persone.

ANNA DRAGONI

Inglese base

Per chi vuole approcciarsi alla lingua inglese.

Dal 12 ottobre al 10 dicembre - Sala CAI · ore 11/12.30

10 incontri: € 50,00 + acquisto libro.

BEATRICE DE CARLI

Corso base Educazione Finanziaria

L'ABC della finanza in modo SEMPLICE per TUTTI! Per CAPIRE FINALMENTE e NON DELEGARE più solo ad altri la gestione del nostro denaro... serenamente!

8/15/22/29 ottobre - 5 novembre · ore 15/17

5 incontri: € 40,00. Max 10 iscritti.

MAURO FARINA

MODALITÀ DI ISCRIZIONE

Le ISCRIZIONI agli incontri si effettuano presso la sede AUSER di via Ettore Spalenza, 8 (cascina delle suore, Casa di Riposo), cell. 335 6309678, a partire da lunedì 19 a venerdì 30 settembre con i seguenti orari: lunedì, venerdì e sabato dalle ore 10.00 alle ore 12.00; martedì, mercoledì e giovedì dalle ore 15.00 alle ore 17.00. È necessario essere in regola con il tesseramento AUSER 2016: la tessera costa € 8. La tessera di socio è necessaria per ogni iniziativa AUSER. Portare il codice fiscale al momento dell'iscrizione. Il Direttivo si riserva di far partire il corso solamente al raggiungimento di un minimo di 10 iscritti.

SI PREGA DI RISPETTARE IL TERMINE DI ISCRIZIONE DEL 30 SETTEMBRE.

GITE - VIAGGI - INIZIATIVE VARIE

viaggi, gite e iniziative verranno comunicati durante i corsi o con mail oppure sul sito google Auser Rovato

INFORMAZIONI E PROGRAMMI DETTAGLIATI DI QUESTE ED ALTRE INIZIATIVE IN SEDE O SU GOOGLE AUSER ROVATO

AUSER INSIEME ROVATO

Rovato - Via Ettore Spalenza, 8 - Tel. 030.7722680
Cell. 335.6309678 - e-mail: auserinsieme.rovato@libero.it
cliccare su Google: Auser Rovato e avrete periodicamente altre informazioni



AUSER INSIEME ROVATO "UNIVERSITÀ DELLA LIBERETÀ"

Rovato - Via Ettore Spalenza, 8
Tel. 030.7722680 - Cell. 335.6309678

in collaborazione con il

COMUNE DI ROVATO
Assessorato alla Pubblica Istruzione

propone

Opportunità di incontro.

“a chi non ha l'età
per la scuola
ma ha conservato
curiosità ed interessi,
desiderio di conoscenza
e di relazione con gli altri,,

SOSTIENI IL FILO D'ARGENTO
CON IL 5x1000: C.F. 97321610582

AUTUNNO 2016

LUNEDÌ

Sede AUSER · Rovato, via Ettore Spalenza, 8

Spagnolo base 2

MARLIN LISCANO

Indicato per coloro che hanno frequentato il corso base o hanno nozioni basilari della lingua.

Dal 3 ottobre al 5 dicembre · ore 9/10.30

10 incontri: € 50,00 + acquisto libro.

Scrittura creativa

MARIOLINA CADEDDU

Condividiamo storie, emozioni, ricordi, costruendo con le parole un ponte tra noi e gli altri... A fine corso un piccolo libro da portarsi a casa.

Dal 3 ottobre al 21 novembre · ore 15/17

8 incontri: € 40,00. Max 6 persone.

Comunicazione & Autostima

ERICA SIRANI

Riflessioni su alcune delle dinamiche centrali nel rapporto con sé e nelle relazioni interpersonali.

Dal 3 ottobre al 21 novembre · ore 20.30/22

8 incontri: € 45,00.

FORO BOARIO · Rovato, piazza Garibaldi

Hata Yoga - pomeriggio

SILVIA PARMIGIANI

L'individuo trova in sé la capacità di ascoltare e riscoprire ogni più piccola parte del proprio corpo, attraverso posizioni fisiche (ASANA) diventandone consapevole sentirà gli squilibri fisici ed energetici nel proprio corpo, attraverso il movimento riporterà a sua volta equilibrio e benessere.

Dal 3 ottobre al 5 dicembre · ore 15.30/16.30

10 incontri: € 40,00.

QiGong della Salute

LINA GIULIANA PECI

Basata su tecniche elementari di Qi Gong (Arte di nutrire la vita attraverso il respiro). Per abbassare i livelli di stress e accrescere il benessere psicofisico.

Dal 3 ottobre al 5 dicembre · ore 17/18

10 incontri: € 40,00.

Ginnastica dedicata "all'intimo benessere"

LINA GIULIANA PECI

Ginnastica al femminile per rafforzare la muscolatura e per un benessere complessivo corpo-mente. Portare materassino e cuscinetto.

Dal 3 ottobre al 5 dicembre · ore 18.15/19.15

10 incontri: € 40,00.

Sala Sonzogni · C.so Bonomelli, 22

Danza del ventre

ZULEIKA PELUSO

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.

Dal 3 ottobre al 12 dicembre (no 31 ottobre e 7 novembre)

ore 17/18

10 incontri: € 40,00.

MARTEDÌ

Sede AUSER · Rovato, via Ettore Spalenza, 8

Yoga e Musica

MAURO OCCHIONERO

Yoga e Rilassamento Neuro-muscolare con Musica anche dal vivo.

Dal 4 ottobre al 13 dicembre · ore 9/10

10 incontri: € 40,00.

Parliamo di libri. Circolo di lettura

EBE RADICI

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

11 ott-15 nov-13 dic 2016 - 10 gen-7 feb - Sala CAI · ore 14.30/16

5 incontri: € 15,00.

Psicologia

MICHELE VENNI

Gli elementi che formano la nostra mente e la nostra personalità: caratteristiche, processi e modalità.

Dal 11 ottobre al 29 novembre · ore 17/18.30

8 incontri: € 45,00.

Salute Benessere

ANNAMARIA PIETTA

Salute e Benessere con la Nutrizione e la Fitoterapia: per l'importanza del drenaggio e depurazione per la prevenzione delle patologie invernali per le patologie articolari, per il bambino iper attivo e per i disturbi legati allo stress.

4/11/18 ott - 8/15 nov · ore 20/21.30 · 5 incontri: € 30,00.

FORO BOARIO · Rovato, piazza Garibaldi

Camminiamo insieme

SOCI AUSER

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

ore 8.30 (8 orario estivo)/9.30 - Solo tessera.

Laborat. Danze sacre in cerchio

MARIA GRAZIA CALABRIA

Danzare per riconnettersi con la vita e la natura ciclica delle donne. Tratteremo danze provenienti da diverse culture dove il contatto con la natura e le tradizioni è ancora ben radicato.

Dal 4 ottobre al 29 novembre · ore 16.30/18

8 incontri: € 50,00.

Sala Sonzogni · C.so Bonomelli, 22

Pittura emozionale

VALERIA ZANINI

Pittura Emozionale con la tecnica del disegno onirico PER-CORSO attivo e creativo, per gioco, con gioco e con l'uso del colore lasciando fluire le emozioni dipingendo senza essere legati ad una forma o ad un concetto... musica, movimento, ascolto di se stessi e dell'altro. Portare 4 cartoncini 100x70 cm.

Dal 4 al 25 ottobre · ore 20/23

4 incontri: € 60,00. Max 7 persone.

Biblioteca Comunale Rovato

Laboratorio teatrale

GIORGIO LOCATELLI

Training dell'attore: è un ritorno alle radici, l'educazione di un bambino nel corpo invecchiato, il risveglio dell'anima.

4/11/18/25 ottobre - 8/15/22/29 novembre · ore 20.15/22.15

8 incontri: € 50,00.

Scuola Ricchino

Filo e forbici intermedio

GIULIANA SALVINI

Apriamo i bauli e recuperiamo vecchi capi trasformando, cucendo e inventando cose nuove.

Dal 4 ottobre al 13 dicembre · ore 9/12

10 incontri: € 60,00. Max 10 persone.

Filo e forbici base

GIULIANA SALVINI

Per chi vuole avvicinarsi al cucito.

Dal 4 ottobre al 13 dicembre · ore 14.30/17.30

10 incontri: € 60,00. Max 10 persone.

Restauro

GIANPIETRO COSTA

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

Dal 4 ottobre al 13 dicembre · ore 20/23

10 incontri: € 60,00 + acquisto materiale. Max 12 iscritti.

MERCOLEDÌ

Sede AUSER · Rovato, via Ettore Spalenza, 8

Modellare la creta

TIZIANA DE PALMA

Attraverso l'impiego delle tecniche del 'colombino' e della 'lastra' sarà possibile realizzare oggetti di decoro: vasi, paralumi, portacandele ecc., in argilla.

Dal 5 ottobre al 7 dicembre - sala CAI · ore 14/15.30

10 incontri: € 50,00 + costo materiale.

Storia dell'arte

ERICA SIRANI

Il Rinascimento.

Dal 5 ottobre al 23 novembre · ore 15/16.30

8 incontri: € 45,00.

Inglese base 2

CRISTINA GUAZZETTI

Per chi ha già basi della lingua inglese.

Dal 5 ottobre al 7 dicembre - Sala CAI · ore 16/17.30

10 incontri: € 50,00 + acquisto libro.

Inglese intermedio

CRISTINA GUAZZETTI

Per chi ha già conoscenze di livello pre-intermedio della lingua. Ripasso dei principali contenuti grammaticali, la lettura, l'ascolto, la produzione scritta e la simulazione di situazioni tipo.

Dal 5 ottobre al 7 dicembre - Sala CAI · ore 18/19.30

10 incontri: € 50,00 + acquisto libro.

Francese base

BEATRICE DE CARLI

Adatto per coloro che non hanno mai studiato francese o che l'hanno dimenticato.

Dal 5 ottobre al 7 dicembre · ore 18.15/19.45

10 incontri: € 50,00 + acquisto libro.

Inglese preintermedio

ROBERTA MARANESI

Indicato per coloro che hanno già frequentato il corso di base 2 o hanno già dimestichezza con i concetti di base della lingua inglese.

Dal 5 ottobre al 7 dicembre · ore 20/21.30

10 incontri: € 50,00 + acquisto libro.

Inglese intermedio

BEATRICE DE CARLI

Indicato per coloro che hanno già appreso i primi elementi della lingua e desiderano proseguire nello studio ed esercitarsi nella conversazione.

Dal 5 ottobre al 7 dicembre - Sala CAI · ore 20/21.30

10 incontri: € 50,00 + acquisto libro.

FORO BOARIO · Rovato, piazza Garibaldi

Hata Yoga - mattino

SILVIA PARMIGIANI

L'individuo trova in sé la capacità di ascoltare e riscoprire ogni più piccola parte del proprio corpo, attraverso posizioni fisiche (ASANA) diventandone consapevole sentirà gli squilibri fisici ed energetici nel proprio corpo, attraverso il movimento riporterà a sua volta equilibrio e benessere.

Dal 5 ottobre al 7 dicembre · ore 10/11

10 incontri: € 40,00.

Pilates - pomeriggio

SARA QUADRELLI

Tecnica innovativa per tutte le età per la salute del corpo e della mente. Serve materassino e calze antiscivolo.

Dal 5 ottobre al 7 dicembre · ore 16.30/17.30

10 incontri: € 40,00.

VILLA CANTÙ

Disegnare e dipingere

GIACINTO PICOZZA

Disegnare e dipingere scoprendo l'energia che dorme dentro di noi utilizzando tecniche diverse di disegno anche dal vero, usciamo a riprendere scorci panoramici, sia di Rovato che di altre località vicine, tempo permettendo.

Dal 5 ottobre al 7 dicembre · ore 14/17.30

10 incontri: € 60,00.

GIOVEDÌ

Sede AUSER · Rovato, via Ettore Spalenza, 8

Spagnolo intermedio

MARLIN LISCANO

Indicato per coloro che hanno già frequentato il corso di base 2 o hanno già dimestichezza con i concetti di base della lingua spagnola.

Dal 6 ottobre al 15 dicembre · ore 9/10.30

10 incontri: € 50,00 + acquisto libro.