



COMUNE DI SONA
Assessorato alla Cultura

UNIVERSITA' POPOLARE

29° ANNO ACCADEMICO 2016/2017

Per informazioni:

- Segreteria Università Popolare c/o **Biblioteca Comunale** –
Piazza Vittoria, 11 (Sona)
tel. 045/6091286-287
- **Sala di Lettura** – Via XXVI Aprile, 6 (Lugagnano)
tel. 045/514383
- **www.comune.sona.vr.it**

INTRODUZIONE

La parola all'Assessore Gianmichele Bianco:

“Sì, ma voi a Sona avete una bella Università Popolare”. È un orgoglio sentirsi dire questo quando mi sposto tra i vari paesi della provincia. Sì, è un orgoglio sapere che 500 persone ogni anno seguono uno dei più di 50 corsi che sono nell'offerta formativa. È un orgoglio sapere che l'Università Popolare non costa nulla alle casse del Comune, quindi alle nostre. È un orgoglio verificare l'entusiasmo di chi insegna e di chi partecipa. E ogni anno vogliamo e pretendiamo di fare meglio. Il nostro obiettivo quest'anno è di dare ancora più possibilità di partecipazione, anche a chi non ce la fa a mantenere un impegno per un lungo periodo. Abbiamo quindi previsto corsi più brevi e in giorni e orari diversi. La cultura non deve avere barriere. Per essere uomini e donne che sanno capire con la propria testa il mondo che li circonda. Questo è il vero orgoglio, di cui andare fieri. Tutti.

Assessore alla Cultura e Università Popolare
Gianmichele Bianco

La parola al Rettore Nora Cinquetti:

Si riparte: **ventinovesimo** anno accademico! **L'Università Popolare di Sona** presenta la sua **Offerta Formativa**. Sobrio ed elegante il nuovo vademecum ha una veste tipografica chiara, di facile ed esauriente consultazione. **La copertina, realizzata nel corso di disegno**, comunica efficacemente un messaggio di forte significato: donne e uomini si incontrano nello spazio aperto e laico che è la piazza del nostro Municipio. Si incontrano per uno scambio, un apprendimento condiviso, una crescita personale e collettiva. Da 29 anni il Comune di Sona, attraverso la Biblioteca, ha creduto nell'importanza di offrire alla cittadinanza occasioni di approfondimento culturale e rinnovamento sociale delle conoscenze.

Si potrà scegliere tra 56 corsi, di vario interesse e varia durata. Si va da corsi di trenta lezioni, venticinque, venti, quindici, dieci, fino a corsi più brevi di sette, sei, cinque e quattro lezioni. Ecco le aree di interesse culturale a cui i numerosi corsi fanno riferimento:

- **ALIMENTAZIONE: 4 corsi;**
- **ARTE E STORIA: 3 CORSI,**
- **ATTIVITA' ARTISTICO-ESPRESSIVE: 16 corsi;**
- **CONOSCENZA DI SE': 15 corsi;**
- **CONOSCENZA DEL TERRITORIO: 3 corsi;**
- **LINGUE STRANIERE: 10 corsi;**
- **TECNOLOGIA E INFORMATICA. 5 corsi.**

Sarà riproposta una iniziativa inaugurata con successo lo scorso anno: **due serate gratuite e aperte a tutti, a tema storico, sull'eredità del '900**. Per cercare insieme di comprendere un po' di più il difficile tempo in cui viviamo, evitando di rinchiuderci nelle nostre case e nelle nostre paure.

Accogliendo le richieste pervenute da questionari e **Comitato di gestione dell'Università**, le attività si svolgeranno dal lunedì al venerdì, facilitando così l'iscrizione, per chi lo desidera, a più corsi. L'impegno dell'Università Popolare nell'elaborazione della sua articolata proposta culturale ha come unico obiettivo la realizzazione della **finalità** prevista dal suo statuto: **"IL MANTENIMENTO DELLA SALUTE PSICOFISICA ATTRAVERSO L'IMPEGNO INTELLETTUALE E LO SVILUPPO DEI RAPPORTI INTERPERSONALI. UNA MIGLIORE INTEGRAZIONE TRA FORMAZIONE CULTURALE E CONDIZIONE ESISTENZIALE"**.

Spero di incontrare molti concittadini l'8 settembre alle ore 20.45, nella serata di apertura dell'anno accademico. CON L'ENTUSIASMO DI OGNI NUOVO INIZIO.

Il Rettore
Nora Cinquetti

L'EREDITA' DEL NOVECENTO: 2 INCONTRI AD INGRESSO LIBERO APERTI A TUTTI RELATORE: PROF. MARINO RAMA

- Sede: Aula Magna Scuola Media A. Frank Lugagnano
- Orario di inizio: 20.30
- Date: giovedì 3 novembre 2016
giovedì 2 febbraio 2017

INFORMAZIONI GENERALI

- ❑ **INIZIO LEZIONI: LUNEDI' 10 OTTOBRE 2016**
- ❑ **RIPRESA LEZIONI CORSI ANNUALI 2° SEMESTRE ED INIZIO CORSI NUOVI 2° SEMESTRE: LUNEDI' 9 GENNAIO 2017**
- ❑ **QUOTE DI ISCRIZIONE:**
 - iscrizione € 30,00
 - iscrizione ultrasessantacinquenni € 15,00
 - quote dei corsi: vedi singolo corso
- ❑ **ISCRIZIONI DAL 12 SETTEMBRE AL 5 OTTOBRE CON I SEGUENTI ORARI:**

	9.30-12.30	15.30-18.30
MARTEDI'	SALA LETTURA LUGAGNANO	BIBLIOTECA SONA
MERCOLEDI'	BIBLIOTECA SONA	SALA LETTURA LUGAGNANO
GIOVEDI'		BIBLIOTECA SONA
VENERDI'	BIBLIOTECA SONA	SALA LETTURA LUGAGNANO
SABATO	BIBLIOTECA SONA	

- ❑ **SERATA INAUGURALE**
Giovedì 8 settembre alle ore 20.45 presso l'Aula Magna della Scuola Media Anna Frank di Lugagnano si terrà la presentazione dei corsi e dei docenti.

COME ISCRIVERSI AI CORSI:

Le iscrizioni all'Università Popolare ed ai corsi avvengono su apposito modulo reperibile in Biblioteca a Sona, Sala Lettura a Lugagnano o scaricabile dalla pagina dell'Università Popolare nel sito internet del Comune www.comune.sona.vr.it

Il modulo di iscrizione, compilato in ogni sua parte, deve essere consegnato alla Segreteria dell'Università Popolare presso la Biblioteca di Sona o la Sala Lettura di Lugagnano negli orari di apertura indicati. Il versamento della quota dovuta va effettuato: alla Tesoreria del Comune di Sona: IBAN **IT62N0503459872000000010050**, presso qualsiasi filiale del Banco Popolare Soc. Coop, o con bonifico bancario anche on line. Nella causale del versamento devono essere precisamente indicati i dati presenti nell'apposito modulo dati scaricabile insieme a quello di iscrizione.

Il versamento della quota dovuta deve essere effettuato entro e non oltre il terzo giorno successivo alla presentazione del modulo di iscrizione alla Segreteria dell'Università Popolare.

La ricevuta del pagamento deve essere consegnata in Biblioteca a Sona, in Sala Lettura a Lugagnano, inviata al numero di fax 045/6091260 o all'indirizzo **mail biblioteca@comune.sona.vr.it**

Se entro tale data, al controllo giornaliero, non viene rilevato il versamento, l'iscrizione è considerata nulla e pertanto non registrata.

ISCRIZIONI DI RESIDENTI E NON RESIDENTI NEL COMUNE

Nel caso di richieste di iscrizioni ad un corso superiori al numero massimo ammissibile, verrà data precedenza ai residenti nel Comune scorrendo la lista dal basso: l'ultimo iscritto in lista non residente darà la precedenza al primo fuori lista residente.

Tale criterio di precedenza è valido unicamente nei periodi delle iscrizioni (dal 12 settembre al 5 ottobre 2016 e dal 2 al 20 dicembre 2016). Per iscrizioni al di fuori di tali periodi il criterio applicato è quello della data di iscrizione.

RESTITUZIONE QUOTE

Saranno restituite le quote di iscrizione ai corsi nel caso di corsi non attivati, nonché (a fronte di richiesta scritta documentata e prima dell'inizio del corso) per impossibilità alla frequenza (malattia etc.) e per causa di forza maggiore (trasferimento etc.); nel caso, infine, di precedenza a cittadini residenti.

NOTA:

L'iscrizione ad un corso del 1° semestre che prosegue nel 2° semestre non dà diritto ad alcuna precedenza. La sicurezza di poter frequentare il proseguimento del corso si può ottenere iscrivendosi a settembre sia al corso del 1° semestre che a quello del 2° semestre.

INDIRIZZI DELLE SEDI DEI CORSI:

- Scuola Media A. Frank: via Carducci, 10 (Lugagnano)
- Palestra Scuola Elementare di Lugagnano: via Don Minzoni (Lugagnano)

- Sala Lettura di Lugagnano: via 26 aprile, 6 (Lugagnano)
- Palestra Scuola Elementare di Sona: via Roma, 46 (Sona)
- Laboratorio di Ceramica: c/o Biblioteca di Sona
- Laboratorio di Pittura, Disegno, Composizioni Floreali e Piccolo Cucito: Centro Servizi di S. Giorgio in Salici: Via Don Castello
- Sala Clotilde c/o Scuola d'Infanzia di Palazzolo: Via Girelli, 32 (Palazzolo)

DESCRIZIONE DEI CORSI

INGLESE 1 (A1)

Docente: Girolama Repaci

Corso annuale: 25 lezioni da 1.30

Orario: mercoledì 20.30-22.00

Inizio corso: 12 ottobre 2016

Sede: Scuola Media A. Frank Lugagnano

Partecipanti: massimo 20

TARIFFA CORSO € 100,00

Argomenti trattati:

Obiettivi: L'approccio della lingua sarà fin dall'inizio di tipo comunicativo. Gli elementi grammaticali di base, la nuova fraseologia, le espressioni idiomatiche della lingua verranno assimilati a partire da situazioni di vita reale con finalità pratiche.

Argomenti grammaticali:

Verb TO BE – Possessive's - WHOSE?; Present Simple – THERE IS – THERE ARE; SOME and ANY CAN /CAN'T - Past Simple – Regular and Irregular Verbs – Time expressions; Prepositions of place; LIKE and WOULD LIKE; Comparative and Superlative adjectives; PRESENT CONTINUOUS -GOING TO Future; Questions Forms- HOW MANY? – WHAT SORT?

Argomenti e contenuti lessicali:

Introducing people and introducing oneself ; Family relationships. Jobs; Daily routines – Freetime activities- Clothes – Food – cooking and restaurants- Directions –transport (airport – railway station etc..); Requests, Durante le lezioni la priorità sarà data alla comunicazione orale (mimare scenette di tutti i giorni) tenendo presente le esigenze dei partecipanti.

INGLESE 2 (A1+)

Docente: Girolama Repaci

Corso annuale: 25 lezioni da 1.30

Orario: lunedì 20.30-22.00

Inizio corso: 10 ottobre 2016

Sede: Scuola Media A. Frank Lugagnano

Partecipanti: massimo 20

TARIFFA CORSO € 100,00

Argomenti trattati:

L'inizio del corso sarà dedicato ad un ripasso approfondito delle strutture grammaticali e delle nozioni studiate durante l'anno precedente. Si proseguirà con lo studio di nuove strutture grammaticali e con l'apprendimento di nuove funzioni comunicative.

Argomenti grammaticali:

- Future tenses: present simple, present continuous, to be going to

- Past tenses: past simple, present perfect

- Modals. Will, shall, should

Funzioni comunicative:

- Polite instructions

- Offers and suggestions

- Inviting and accepting/refusing

- Phone conversation

INGLESE 3 (A2/B1)

Docente: Daniela Barbieri

Corso annuale: 25 lezioni da 1.30

Orario: martedì 20.30-22.00

Inizio corso: 11 ottobre 2016

Sede: Aula di Artistica presso la Scuola Media A. Frank Lugagnano

Partecipanti: massimo 22

TARIFFA CORSO € 100,00

1. Descrizione: il corso è dedicato a coloro che hanno già raggiunto una competenza linguistica di livello A1/A2 e desiderano consolidare e ampliare le loro conoscenze per raggiungere un livello A2/B1. Verranno esercitate le strutture grammaticali più complesse, approfondite le conoscenze terminologiche e perfezionate le abilità di comprensione e produzione, soprattutto orale. Saranno utilizzati materiali selezionati tratti da diversi libri di testo, e al primo incontro verrà proposto un breve test di autovalutazione.

2. Obiettivi: Migliorare la comprensione orale. Aumentare la sicurezza espressiva nella conversazione. Perfezionare la produzione scritta

3. Competenze: Descrivere, chiedere e dare spiegazioni su argomenti specifici. Raccontare eventi passati. Spiegare attività e abitudini in corso. Formulare progetti futuri, desideri e ipotesi

4. Contenuti grammaticali: Partendo da dialoghi o brani che introducono a temi di interesse generale, verranno esaminati i seguenti contenuti: Revisione dei principali argomenti dei corsi precedenti: pronomi personali (I / me), possessivi (my / mine), genitivo sassone (Peter's bike), pronomi interrogativi (what?),

partitivi e derivati (some / something), preposizioni (after / behind), comparativi e superlativi (better / the best), presenti (I work / I'm working), passati (I worked / I have worked / I was working), futuri (I'm working / I will work / I'm going to work), modali (want / would like / can / may / must / have to). Past perfect (I had worked). Present perfect continuous (I have been working since/for). Periodo ipotetico tipo 0, 1, 2 e 3 (If I work/worked/had worked...I will/would/would have). Passivo: presenti, passati, futuri e modali (It is/was/has been/will be/must be produced)

5. Strumenti e metodologie: Verranno utilizzati schemi riepilogativi, fotocopie di libri di testo, testi audio, video, siti Internet, lavagna e LIM. Gli incontri saranno improntati a un metodo comunicativo caratterizzato da: Ascolto o lettura di dialoghi o brani su temi di interesse; primo esame dei testi, attraverso domande e risposte in lingua inglese; traduzione dei termini incompresi e riflessione sulle strutture incontrate; rilettura ad alta voce o riproduzione dei dialoghi, con attenzione alla pronuncia; esercitazioni scritte, per fissare le conoscenze grammaticali e lessicali; conversazioni guidate, per aumentare la sicurezza espressiva.

INGLESE INTERNAZIONALE: CONVERSAZIONE (2 corsi)

Docente: Hiacinth Dwyer

Corso annuale: 30 lezioni da 1.30

Orario 1° gruppo: lunedì 20.30-22.00

Orario 2° gruppo: mercoledì 20.30-22.00

Inizio corso 1° gruppo: 10 ottobre 2016

Inizio corso 2° gruppo: 12 ottobre 2016

Sede: Scuola Media A. Frank Lugagnano.

Partecipanti: massimo 22

TARIFFA CORSO € 120,00

Argomenti trattati:

Introduzione:

L'obiettivo è raggiungere una migliore padronanza della Lingua Inglese Internazionale, attraverso l'attività di conversazione generale, per conquistare maggiore sicurezza, fluency, eloquenza nelle varie situazioni di esperienze internazionali dove l'inglese è la lingua parlata (nativa e non/ufficiale e/o di preferenza). La frequenza costante è uno degli elementi determinanti per il massimo successo del corso.

Alcuni argomenti preferiti dai partecipanti (purché approvati dall'intero gruppo): "Fatti" della nostra vita, la musica, l'amicizia, l'accettazione di sé, la natura, la serenità, notizie di cronaca (nazionale e internazionale). In base alla richiesta comune espressa: riassunti simultanei/commenti orali e/o scritti di materiali multimediali in lingua originale da riviste, giornali, poesie, canzoni, racconti/e-

books, 12 Essays - "ART of LIVING "(W. Pererson).

Descrizione dell'attività: si formano nell'aula due o tre gruppi. Ogni lezione viene articolata in tre fasi: la prima è dedicata al ripasso generale per ridurre le eventuali difficoltà grammaticali, lessicali, espressive; la seconda è una conversazione guidata, su argomenti di attualità a scelta; la terza comprende il riassunto orale o scritto in Lingua Inglese dai gruppi. Questo approccio facilita la conversazione a volte guidata e rivela dei segreti per comunicare imparando piacevolmente insieme. Così si arricchisce la cultura generale di ciascuno.

Procedura dell'incontro: distribuzione di dispense individuali con "formule" grammaticali, strutture ed espressioni da rafforzare, nei gruppi, su misura. Questo è considerato uno strumento essenziale per progredire nell'attività di gruppo anche con "I Pioneers of International English" con Additional Mezzi Didattici /Linguistici: Video, Pubblicità, Film, Ascolto Interviste/Dialoghi/Argomenti (es. YouTube on-line "Ted Talks" e/o "NetFlix"). L'obiettivo dell'ultima parte dei corsi è il potenziamento per una maggior padronanza, fluency, eloquence nella conversazione. La fase finale è programmata per permettere la valutazione dei progressi individuali raggiunti.

SPAGNOLO PRINCIPIANTI (A1)

Docente: Maria Paz Carretero Feijò

Corso annuale: 25 lezioni da 1.30

Orario: lunedì 21.00 – 22.30

Inizio corso: 10 ottobre 2016

Sede: Aula di artistica presso la Scuola Media A. Frank Lugagnano

Partecipanti: massimo 22

TARIFFA CORSO € 100,00

Argomenti trattati:

Il corso di Spagnolo 1° fornisce le basi funzionali e grammaticali della lingua. Si acquisiscono pertanto gli strumenti fonetici, lessicali e grammaticali di base. L'apprendimento della lingua avviene in modo da funzionare come strumento immediato per la comunicazione verbale di "sopravvivenza" nella vita reale (i viaggi, le telefonate, l'informazione essenziale).

SPAGNOLO INTERMEDIO (A2)

Docente: Maria Paz Carretero Feijò

Corso annuale: 25 lezioni da 1.30

Orario: lunedì 19.30-21.00

Inizio corso: 10 ottobre 2016

Sede: Aula di artistica presso la Scuola Media A. Frank Lugagnano

Partecipanti: massimo 22

TARIFFA CORSO € 100,00

Argomenti trattati:

Il corso è rivolto a studenti che hanno già una buona conoscenza della lingua spagnola ma che hanno ancora bisogno di arricchire il proprio lessico e di ottenere una maggiore padronanza delle costruzioni grammaticali e nella competenza comunicativa.

SPAGNOLO AVANZATO (B1)

Docente: Maria Paz Carretero Feijò

Corso annuale: 25 lezioni da 1.30

Orario: giovedì 19.00-20.30

Inizio corso: 13 ottobre 2016

Sede: Aula di artistica presso la Scuola Media A. Frank Lugagnano

Partecipanti: massimo 22

TARIFFA CORSO € 100,00

Argomenti trattati:

Il corso è rivolto a studenti che hanno già una buona conoscenza della lingua spagnola ma che hanno ancora bisogno di arricchire il proprio lessico e di ottenere una maggiore padronanza delle costruzioni grammaticali. Verranno approfonditi gli argomenti studiati negli anni precedenti e verranno maggiormente proposte attività di conversazione.

SPAGNOLO SUPERIORE: CONVERSAZIONE (B2)

Docente: Maria Paz Carretero Feijò

Corso annuale: 25 lezioni da 1.30

Orario: giovedì 20.30-22.00

Inizio corso: 13 ottobre 2016

Sede: Aula di artistica presso la Scuola Media A. Frank Lugagnano

Partecipanti: massimo 22

TARIFFA CORSO € 100,00

Argomenti trattati:

Il corso approfondisce la capacità di conversare attraverso argomenti che suscitano l'interesse e la curiosità degli allievi. Verranno utilizzati articoli di giornale e verranno affrontati argomenti di attualità. Verrà consolidata e ampliata la conoscenza della grammatica.

In tutti i corsi di spagnolo si visionerà un film a fine corso e durante i corsi si svilupperanno attività ludiche in modo da imparare la lingua divertendosi.

TEDESCO TERZO CORSO: LIVELLO A2

Docente: Daniela Barbieri

Corso annuale: 25 lezioni da 1.30

Orario: martedì 18.45-20.15

Inizio corso: 11 ottobre 2016

Sede: Sala Lettura di Lugagnano

Partecipanti: massimo 22

TARIFFA CORSO € 100,00

1. Descrizione: il corso è dedicato a coloro che hanno già raggiunto una competenza linguistica di livello A1/A1+ e desiderano consolidare e ampliare le loro conoscenze per raggiungere un livello A2. Verranno esercitate strutture grammaticali più complesse e la terminologia utile per condurre conversazioni su temi di interesse generale. Saranno utilizzati materiali selezionati tratti da diversi libri di testo, e al primo incontro verrà proposto un breve test di autovalutazione.

2. Obiettivi: migliorare la comprensione orale; aumentare la sicurezza espressiva nella conversazione; riuscire a leggere e scrivere testi di natura divulgativa

3. Competenze: descrivere, chiedere e dare spiegazioni su argomenti specifici; esprimere il possesso o specificare; descrivere persone, oggetti, luoghi o eventi; formulare progetti futuri, desideri e ipotesi; raccontare eventi passati.

4. Contenuti grammaticali: partendo da dialoghi o brani che introducono a temi di interesse, verranno esaminati i seguenti contenuti: revisione dei principali argomenti dei corsi precedenti: generi e casi, articoli (der / ein), pronomi personali (ich / mich / mir), aggettivi possessivi (mein), costruzioni, pronomi interrogativi (was?), preposizioni (um / von / in), presente (er macht), prefissi (an / be / unter), Perfekt (er hat gemacht), presente dei verbi modali (ich kann / will / muss), congiunzioni subordinanti (weil). Genitivo (des / eines). Preposizioni che reggono il Genitivo (wegen). Declinazioni dell'aggettivo attributivo (debole, mista e forte). Futuro (er wird es machen). Condizionale (er würde es machen). Passato dei verbi modali: doppio infinito (er hat es machen wollen). Passivo: presente, passato, modali (es wird/wurde gemacht; es muss gemacht werden)

5. Strumenti e metodologie: verranno utilizzati schemi riepilogativi, fotocopie di libri di testo, testi audio, video, siti Internet, lavagna e LIM. Gli incontri saranno improntati a un metodo comunicativo caratterizzato da: Ascolto o lettura di dialoghi o brani su temi di interesse. Primo esame dei testi, attraverso domande e risposte in lingua tedesca. Traduzione dei termini incompresi e riflessione sulle strutture incontrate. Rilettura ad alta voce o riproduzione dei dialoghi, con attenzione alla pronuncia. Esercitazioni scritte, per fissare le conoscenze grammaticali e lessicali. Conversazioni guidate, per aumentare la sicurezza espressiva.

NOTA AI CORSI DI LINGUA:

Durante la prima lezione per i nuovi iscritti sarà possibile effettuare un test di autovalutazione per comprendere il proprio livello.

Durante le prime lezioni è possibile essere trasferiti da un livello ad un altro, in modo da partecipare al corso che corrisponde maggiormente alla propria preparazione.

INFORMATICA: HARDWARE E SOFTWARE

Docente: Agostino Ferraro

Corso semestrale: 10 lezioni da 2 ore

Orari: martedì 20.30-22.30

Inizio corso: 11 ottobre 2016

Sede: Sala Lettura Lugagnano

Partecipanti: massimo 10

TARIFFA CORSO € 80,00

Argomenti trattati:

Il Computer da zero

- Hardware e Software
- Conoscere l'Hardware

Il Sistema Operativo Windows SEVEN (7)

- Usare il sistema operativo Windows 7
- Controllare le finestre dei programmi
- Creare e rinominare cartelle e file
- Gestire file e cartelle
- Spostare, copiare ed eliminare file
- Personalizzare il desktop - sfondo e screen saver
- Come scaricare, aggiungere e rimuovere un programma
- Mettere ordine nel desktop
- Trovare un documento o un generico file
- Pulitura e Scandisk del disco fisso
- La deframmentazione del disco fisso
- Usare i comandi rapidi da tastiera
- Personalizzare il pulsante START
- Personalizzare - icone, data, ora, e audio
- Chiudere un'applicazione che non risponde
- Catturare lo schermo e condividerlo via email o online
- Creare account e password per condividere e dividere il PC
- Quali sono i file di uso più comune
- Aprire file con programmi diversi
- Copiare file da PC a chiavetta USB (Pendrive)
- Avvio veloce dalla barra delle applicazioni
- Modificare il percorso delle raccolte

INFORMATICA OFFICE BASE

Docente: Agostino Ferraro

Corso semestrale: 10 lezioni da 2 ore

Orario: martedì 20.30-22.30

Inizio corso: 10 gennaio 2017

Sede: Sala Lettura Lugagnano

Partecipanti: massimo 10

TARIFFA CORSO € 80,00

Argomenti trattati:

Microsoft Word

- Conoscere la finestra di Word 2007
- Conoscere la tastiera
- Salvare, chiudere ed aprire
- Formattare il testo
- Copiare ed incollare
- Taglia incolla ed elenchi
- Inserire e controllare immagini con Word
- Come inserire tabelle, aggiungere righe e colonne
- Eliminare o nascondere, tabelle, righe e colonne
- Creare biglietti di auguri usando le tabelle

Microsoft Excel

- Conoscere il foglio di lavoro
- Spostarsi tra le celle e fissare i dati
- Creare formule e allargare colonne
- Primi esercizi con excel
- Modificare contenuto e formato delle celle
- Riempire automaticamente le celle
- Creare grafici con excel
- Personalizzare lo sfondo dei grafici con excel
- Creare un modello fattura excel
- Creare modelli con excel per archiviare dati
- La stampa e l'anteprima di stampa
- Ridurre il numero di pagine da stampare
- Scegliere quanto e cosa stampare
- Comandi rapidi da tastiera

Microsoft Powerpoint

- Creare una diapositiva, inserire immagine e sfondo
- Inserire e cancellare diapositive. Impostare la transizione
- Creare una animazione in powerpoint

INFORMATICA: ALFABETIZZAZIONE DIGITALE

Docente: Massimo Boninsegna

Corso semestrale: 10 lezioni da 2 ore

Orario: mercoledì 20.30-22.30

Inizio corso: 11 gennaio 2017

Sede: Sala Lettura Lugagnano

Partecipanti: massimo 10

TARIFFA CORSO € 80,00

Argomenti trattati:

Il modo di erogare i servizi da parte della Pubblica Amministrazione, dall'INPS all'Agenzia delle Entrate, alle ULSS, ma anche quelli erogati dalle banche e perfino dai nostri negozi preferiti, sono in continuo e veloce cambiamento e sempre più "digitali".

Tutto ciò è meglio o peggio? Probabilmente ha dei vantaggi e degli svantaggi, ma quello che è certo è che non lo possiamo fermare. Quello che possiamo invece fare è acquisire nuove competenze per coglierne i vantaggi.

Il corso "Alfabetizzazione digitale" si caratterizza come formazione di base ed è rivolto alle persone di qualsiasi età, in particolare per coloro che possiedono limitate conoscenze del computer e di Internet. La finalità sulla quale esso si fonda, è di aiutare le persone ad usufruire dei servizi Internet, da quelli legati alla Pubblica Amministrazione a quelli relativi al commercio elettronico, trasporti pubblici, banca on-line, Servizio Sanitario e per un utilizzo utile e consapevole della posta elettronica.

OBIETTIVI

Alla fine del programma l'utente avrà acquisito le seguenti capacità di utilizzare Internet e la posta elettronica:

- utilizzare e gestire in maniera efficace ed efficiente la propria e-mail;
- conoscere e sapere come difendersi dalle insidie veicolate con le e-mail *phishing*;
- conoscere i principali motori di ricerca e sapere come utilizzarli al meglio;
- conoscere il nuovissimo sistema SPID di creazione di Identità Digitali;
- fruire dei servizi on-line della Pubblica Amministrazione, degli Enti di Assistenza e Previdenza e del Servizio Sanitario;
- utilizzare i servizi Internet delle banche;
- prenotare viaggi e alberghi, acquistare biglietti ferroviari, aerei e per eventi culturali e sportivi;
- prenotare visite e prestazioni del Servizio Sanitario;
- reperire e consultare giornali e riviste sul *Web*;
- accedere a corsi di formazione a distanza (*e-learning*);
- avere accesso ai siti Internet che offrono occasioni di lavoro;
- effettuare acquisti on-line;
- conoscere e sapere come difendersi dalle principali frodi nascoste in Internet;
- conoscere la posta elettronica certificata (PEC) e sapere come ottenerla;
- conoscere i principali *social network* e *social media*.

INFORMATICA: STRUMENTI PER LA GESTIONE DELLE IMMAGINI DIGITALI

Docente: Ivo Cambioli

Corso semestrale: 10 lezioni da 2 ore

Orario: lunedì 20.30-22.30

Inizio corso: 9 gennaio 2017

Sede: Scuola Media A. Frank Lugagnano

Partecipanti: massimo 12

TARIFFA CORSO € 80,00

Argomenti trattati:

- Nozioni di base sulle immagini digitali (formati e loro caratteristiche)
- Panoramica sugli strumenti per acquisire immagini digitali: fotocamera digitale, smartphone e tablet, scanner, cattura da schermo, Internet
- Trasferimento delle immagini digitali acquisite in cartelle appositamente create sul Pc
- Accenno ai programmi proposti durante il corso: Paint net, Fast Stone Capture, Image Composite Editor, Photo Story 3 per Windows
- Paint.net
- Image Composite Editor
- Photo Story 3 per Windows
- Salvare la sequenza di immagini come file .wmv

INFORMATICA: PROGETTARE CON LA LIM

Docente: Massimo Boninsegna

Corso semestrale: 10 lezioni da 2 ore

Orario: mercoledì 17.30-19.30

Inizio corso: 12 ottobre 2016

Sede: Scuola Media A. Frank Lugagnano

Partecipanti: massimo 12

TARIFFA CORSO € 80,00

Argomenti trattati:

L'introduzione di nuove tecnologie e di strumenti innovativi nella scuola e nel mondo della formazione arricchisce le risorse a disposizione per l'insegnamento e l'apprendimento degli allievi, ma propone anche nuove sfide, nuovi orizzonti e soluzioni da esplorare. La LIM (Lavagna Interattiva Multimediale), rappresenta l'ultima novità in ordine di tempo, ma anche un potente strumento di classe per la rappresentazione e la condivisione delle conoscenze, ambiente di apprendimento collaborativo e partecipativo anche se, a volte, sfruttato solo in minima parte.

Il corso si propone di dare delle indicazioni operative e di fornire degli strumenti validati per aiutare gli insegnanti e i formatori a costruire quelle nuove competenze di cui hanno bisogno, sia nell'uso ragionato dello strumento LIM, che nell'applicazione della corretta metodologia, attraverso l'utilizzo opportuno delle diverse strategie didattiche.

Il programma del corso è diviso in due parti:

- nella prima parte verranno presentati ed esercitati i numerosi strumenti della LIM, al fine di acquisire una competenza nell'utilizzo strumentale dei comandi, delle procedure e delle funzioni presenti nel software della LIM a supporto delle abilità comunicative;
- una volta acquisite le conoscenze e le competenze necessarie all'utilizzo

strumentale della LIM, nella seconda parte si apprenderanno le modalità di Ideazione, Progettazione e Realizzazione di lezioni, di attività laboratoriali nonché di momenti di formazione che facciano uso della LIM.

Il corso terminerà con la realizzazione di un'Unità di Apprendimento a cura dei partecipanti, che metteranno così alla prova le nuove competenze acquisite.

STORIA DELL'ARTE

Docente: Nadia Melotti

Corso semestrale: 15 lezioni da 1.30

Orario: mercoledì 20.30-22.00

Inizio corso: 12 ottobre 2016

Sede: Scuola Media A. Frank Lugagnano

TARIFFA CORSO € 60,00

Argomenti trattati:

- La grande onda: **Katsushika Hokusai**
- Le composizioni dinamiche di **Edgar Degas**
- Maestro ed allievo: **Gustav Klimt ed Egon Schiele**
- Armonia tra le diverse attività artistiche: **Bauhaus**
- La persistenza della memoria: **Salvador Dalì**
- I ritratti dell'anima: **Amedeo Modigliani**
- L'arte con la vita: **Joseph Beuys**
- L'arte politica: **Barbara Kruger**
- Il grafitismo di **Keith Haring**
- Le visioni interiori: **Bill Viola**
- La natura e la libertà: **Christo e Jeanne-Claude**
- L'utopia scientifica: **Thomas Saraceno**
- La pittura urbana: **Banksy**
- Villa Celle arte ambientale: **Collezione Gori Santomato di Pistoia**
- Milano, a Palazzo Reale: **la mostra di Escher**

STORIA DELLE RELIGIONI: IL CRISTIANESIMO

Docente: Catherine Ibrahim

Corso semestrale: 10 lezioni da 1.30

Orario: lunedì 20.30-22.00

Inizio corso: 10 ottobre 2016

Sede: Scuola Media A. Frank Lugagnano

TARIFFA CORSO € 40,00

Argomenti trattati:

Il cristianesimo è la concezione di vita che più caratterizza la società occidentale: per duemila anni ha influenzato la storia, la letteratura, la filosofia, l'arte e

l'architettura europee. Perciò propongo per questo anno il cristianesimo e le sue divisioni o "Chiese sorelle", per conoscere e comprendere la società, la storia e la cultura in cui viviamo.

- La Chiesa Cattolica romana
- La Chiesa Ortodossa
- La Chiesa Luterana/ Calvinista
- La Chiesa Anglicana
- La Chiesa Maroniti
- La Chiesa Copta
- La Chiesa Ortodossa e Copta in Etiopia
- La storia e nascita dei padri eremiti
- Chi sono i profeti?

CONOSCERE VERONA: LA LUNGA STAGIONE DEL MEDIOEVO 1° semestre

Docente: Giulia Sarteà

Corso semestrale: 4 lezioni in aula il lunedì dalle 20.30 alle 22.00 e 3 visite guidate il sabato dalle 9.30 alle 12.30

Inizio corso: 17 ottobre 2016

Calendario: lunedì 17 ottobre, sabato 29 ottobre, lunedì 7 novembre, sabato 19 novembre, lunedì 28 novembre, sabato 10 dicembre, lunedì 19 dicembre

Sede lezioni in aula: Scuola Media A. Frank Lugagnano

TARIFFA CORSO € 40,00

La conoscenza delle nostre radici storico-culturali ci permette di apprezzare sempre meglio la bellezza e la ricchezza della nostra città, con il desiderio di scoprire il nostro passato ma, nello stesso tempo, di vivere nel presente e affrontare con ottimismo il futuro.

Visto il consenso riscontrato nelle passate edizioni, prosegue la formula collaudata dell'alternanza delle lezioni serali alle visite in città.

Dopo il corso dedicato alla fondazione di Verona e al periodo romano, si prosegue quest'anno con la storia medievale, dalla fine dell'Impero romano all'inizio dell'Età Moderna, approfondendo nel primo semestre i secoli fino all'anno Mille.

Programma lezioni:

- Dalla fine dell'Impero romano all'avvento del Cristianesimo a Verona
- L'Altomedioevo a Verona: da re Teodorico al vescovo Raterio
- L'età del libero Comune a Verona
- Invito a corte: a tavola nel Medioevo.

Programma visite:

- Il complesso del Teatro romano e il rinnovato Museo archeologico di Verona
- Le basiliche paleocristiane del Duomo e il sacello delle Sante Teuteria e Tosca
- Passeggiando in città al tempo del Comune.

CONOSCERE VERONA: LA LUNGA STAGIONE DEL MEDIOEVO 2° semestre

Docente: Giulia Sarteà

Corso semestrale: 4 lezioni in aula il lunedì dalle 20.30 alle 22.00 e 3 visite guidate il sabato dalle 9.30 alle 12.30

Inizio corso: 16 gennaio 2017

Calendario: lunedì 16 gennaio, sabato 28 gennaio, lunedì 6 febbraio, sabato 18 febbraio, lunedì 27 febbraio, sabato 11 marzo, lunedì 20 marzo

Sede lezioni in aula: Scuola Media A. Frank Lugagnano

TARIFFA CORSO € 40,00

Nella seconda parte del corso si continuerà con la storia nel Basso Medioevo, con particolare riferimento alla Signoria Scaligera, nei suoi aspetti storici, culturali e artistici.

Programma lezioni:

- Gli Scaligeri a Verona: storia di una dinastia
- Arte e cultura al tempo degli Scaligeri
- La Verona di Cangrande I della Scala
- L'immagine di Verona medievale lungo i secoli.

Programma delle visite:

- La chiesa della Santissima Trinità e le collezioni medievali del rinnovato Museo degli Affreschi alla Tomba di Giulietta
- Le pievi romaniche di San Lorenzo e dei Santi Apostoli e le collezioni medievali del Museo di Castelvecchio
- Passeggiando in città al tempo degli Scaligeri.

BIBLIOTERAPIA: Biblioterapia e Storia: viaggio sulla Macchina del Tempo costruita con la letteratura

Docente: Marco Dalla Valle

Corso semestrale: 10 lezioni da 1.30

Orario: mercoledì 20.30-22.00

Inizio corso: 12 ottobre 2016

Sede: Scuola Media A. Frank Lugagnano

TARIFFA CORSO € 40,00

Argomenti trattati:

La lettura favorisce la creatività, aumenta la capacità di trovare soluzioni ai problemi, amplifica la possibilità di venire a contatto con le proprie emozioni positive, mostra angolazioni inusuali e inaspettate della realtà, crea oasi di tranquillità.

La Biblioterapia si pone come tecnica per ampliare queste risorse, rendendo maggiormente attivo il lettore e guidandolo alla scoperta di testi utili a confrontarsi con i personaggi della letteratura in modo costruttivo, a immaginare ipotesi di cambiamento nella propria vita e a riflettere in modo nuovo.

Il programma sotto descritto si propone di fornire spunti di discussione di gruppo utilizzando la letteratura sulle e delle diverse epoche storiche, in un Viaggio nel Tempo in cui il fascino del passato sarà strumento utile quanto la lettura.

1. Costruiamo insieme la Macchina del Tempo: come utilizzare il romanzo storico, gli epistolari, le biografie, le diverse opere letterarie del tempo.
2. Misteri e intrighi nell'Antico Egitto.
3. Alla fonte delle nostre origini: l'Antica Grecia e Roma.
4. L'anno zero: Cristo narrato dalla letteratura.
5. Carlo Magno, padre dell'Europa unita.
6. L'oscurità che generò la luce: storie dal Medioevo.
7. Lo splendore del Rinascimento italiano ed europeo.
8. L'età dei Lumi in prospettiva: i diversi punti di vista sulla Scienza.
9. Benvenuti nei salotti dell'Ottocento!
10. Lo Spirito dei Natali passati: il Natale nella Storia.

FITOTERAPIA: ALIMENTAZIONE E NUTRIZIONE

Docente: Dott. Pedro Benjamin

Corso semestrale: 15 lezioni da 1.30

Orario: lunedì 20.30-22.00

Inizio corso: 9 gennaio 2017

Sede: Scuola Media A. Frank Lugagnano

TARIFFA CORSO € 60,00

Argomenti trattati:

1. Cenni di botanica sistemica
2. L'azione delle piante nel nostro metabolismo basale
3. Alimentazione e nutrizione: i loro effetti sulla salute
4. I minerali, le vitamine, gli enzimi e la loro importanza nell'equilibrio della salute
5. Piante e sindrome (X): da crociato contro il colesterolo a sterminatore dell'amido
6. La smitizzazione del colesterolo
7. Come il nostro organismo gestisce il colesterolo
8. La dieta Atkins. Così com'è non va bene per tutti
9. Ipercolesterolemia: stile di vita o geni
10. Le piante contro il flagello del nuovo millennio: l'obesità ed il suo braccio destro, il diabete
11. Le piante: come creare un programma di salute su misura
12. Le piante e l'insulina resistenza e nel metabolismo dei carboidrati
13. Le conseguenze dell'insulina resistenza nell'organismo umano
14. La soluzione dietetica

15. Conclusione: la salute non è assenza di malattia, cos'è?

MEDICINA NON CONVENZIONALE: SEMPRE FEGATO ED INTESTINO! COMPRENDERE E CURARE

Docente: Dott. Ralf Specke

Corso semestrale: 6 lezioni da 2 ore

Orario: mercoledì 20.30-22.30

Inizio corso: 18 gennaio 2017

Sede: Scuola Media A. Frank Lugagnano

TARIFFA CORSO € 35,00

Argomenti trattati:

Fegato e intestino sono due organi straordinari e belli da scoprire. Il loro buon funzionamento regola la digestione, il metabolismo e il sistema immunitario. Ultimamente emergono sempre più ricerche che discutono un loro ruolo rilevante anche per la salute psico-emotiva e la depressione.

Il corso spiega, in parole semplici, le basi della fisiologia e della malattia con i vari approcci curativi. Much attenzione viene posta sugli aspetti pratici ("fai da te") della medicina naturale e sulla terapia nutrizionale. Le nozioni si basano sulla scienza medica attuale, convenzionale e non convenzionale. Esempi di casi clinici vissuti aiutano nella comprensione.

Si parlerà di:

- Alimentazione idonea nella salute e nella malattia di fegato e di intestino
- "Intestino felice"
- Intolleranze alimentari vere e maldigestione
- Tutto intorno al valore del colesterolo e dei grassi
- Obesità e diabete di tipo II
- Cattivo alito (alitosi) e flatulenza
- Troppa aria nella pancia (meteorismo)
- Disturbi della cistifellea
- Colon irritabile
- Dolori addominali ricorrenti, coliti e diverticoliti
- Malattie infiammatorie dell'intestino (Crohn, rettocolite ulcerosa)
- Infiammazione cronica del fegato (epatiti)
- Malattie della cute, dermatite atopica nel bambino e nell'adulto
- Problemi della psiche
- Malattie autoimmunitarie e reumatiche

L'ABC DELL'ALIMENTAZIONE: CORSO BASE

Docente: Laura Bombieri

Corso semestrale: 10 lezioni da 1.30

Orario: mercoledì 20.30-22.00

Inizio corso: 12 ottobre 2016

Sede: Scuola Media A. Frank Lugagnano

TARIFFA CORSO € 40,00

OBIETTIVI

- Fornire le linee guida per una sana alimentazione
- Imparare a conoscere le caratteristiche organolettiche e nutritive di alcuni alimenti e bevande
- La lettura dell'etichetta alimentare con individuazione delle informazioni nutrizionali
- Come conservare correttamente gli alimenti

ARGOMENTI TRATTATI:

- Che cos'è il glutine?
- Perché è importante consumare alimenti ricchi di fibra?
- L'olio extravergine di oliva contiene colesterolo?
- Grasso di palma: perché se ne parla tanto?
- Un prodotto si definisce "senza zucchero" quando...

CONTENUTI

Il valore nutritivo di alimenti e bevande con individuazione degli squilibri alimentari e delle intolleranze alimentari più frequenti: cereali e derivati, uova, olii e grassi, acqua minerale. Analisi etichetta alimentare con calcolo delle calorie e individuazione del residuo fisso per le acque minerali. I principali metodi di conservazione: edulcoranti naturali e artificiali.

METODOLOGIA DIDATTICA

Le lezioni prevedono il coinvolgimento interattivo del gruppo. Si lavora sul prodotto alimentare partendo dall'esperienza domestica e/o professionale.

L'ABC DELL'ALIMENTAZIONE: CORSO AVANZATO

Docente: Laura Bombieri

Corso semestrale: 10 lezioni da 1.30

Orario: mercoledì 20.30-22.00

Inizio corso: 11 gennaio 2017

Sede: Scuola Media A. Frank Lugagnano

TARIFFA CORSO € 40,00

OBIETTIVI

Imparare a conoscere le caratteristiche organolettiche e nutritive di alimenti e bevande. Guida alla spesa intelligente. Salvaguardia della biodiversità: agricoltura biologica e biodinamica.

ARGOMENTI TRATTATI:

- Cosa vuol dire latte U.H.T? La ricotta è un formaggio?
- Verdure e ortaggi: qual è la differenza? E tra spezie ed erbe aromatiche?
- La cioccolata è un prodotto nervino?
- DOP e IGP: che cosa indicano? e BIO?

CONTENUTI

Il valore nutritivo degli alimenti e delle bevande con individuazione degli squilibri alimentari e delle intolleranze alimentari più frequenti: latte e derivati, carne e prodotti ittici, frutta e verdura, spezie ed erbe aromatiche, prodotti nervini, bevande analcoliche e alcoliche. Marchi di qualità: facciamo chiarezza sulle differenze. Conoscere e valorizzare i prodotti biologici e biodinamici.

METODOLOGIA DIDATTICA

Le lezioni prevedono il coinvolgimento interattivo del gruppo. Si lavora sul prodotto alimentare partendo dall'esperienza domestica e/o professionale.

FLORA E FAUNA DEL MONTE BALDO

Docenti: Bruno Leoni e Domizio Bagnara

Corso semestrale: 2 lezioni da 1.30 e 2 escursioni sul Monte Baldo

Orario lezioni: martedì 20.30-22.00

Date lezioni: 7 e 14 marzo 2017

Sede lezioni: Sala Clotilde c/o Scuola dell'Infanzia di Palazzolo

Le date delle escursioni verranno concordate durante la prima lezione.

TARIFFA CORSO € 35,00

Argomenti trattati:

- 1) Presentazione del Monte Baldo, sua origine, configurazione, fasce climatiche, sentieri. L'incontro verrà arricchito dalla visione di diapositive
- 2) La ricca flora del Monte Baldo con inerenti diapositive. La fauna del Monte Baldo con visione di un D.V.D.

ILLUSIONI DELLA MENTE: A VOLTE IL NOSTRO INTUITO CI INGANNA, COME MAI?

Docente: Renato Nervosi

Corso semestrale: 6 lezioni da 1.30

Orario: mercoledì 20.30-22.00

Inizio corso: 12 ottobre 2016

Sede: Scuola Media A. Frank Lugagnano

Partecipanti: massimo 15

TARIFFA CORSO € 35,00

Argomenti trattati:

L'obiettivo del corso è quello di sorprendere e meravigliare per come, più spesso di quanto si pensi, le cose non stiano così come sembrano, intuizione e colpo d'occhio ci traggano facilmente in inganno, e la realtà si riveli talora tenacemente controintuitiva.

Le ricerche degli ultimi decenni che studiano "il ragionamento" hanno mostrato in modo netto che spesso compiamo degli errori sistematici, e che la propensione a cadere in "trappola" è talora indipendente dal nostro grado di istruzione o competenza specifica (e anche questo può destare una certa sorpresa). Sotto forma di gioco, in cui ciascuno sarà invitato a cimentarsi, durante il corso verranno presentati almeno dieci casi fra i più noti descritti e discussi in un'ampia letteratura divulgativa sull'argomento, casi che ovviamente non andiamo ad elencare qui per non togliere il piacere della sorpresa.

Il corso non è teorico, si imparerà a partire dai casi pratici, ed è rivolto a persone di tutte le età dai 14 ai 99 anni, di qualsiasi grado di istruzione, mosse da curiosità e voglia di sorprendersi ragionando sui "ragionamenti". Alla fine del corso verrà consegnata a ciascun partecipante una dispensa con descrizioni, soluzioni e commenti per tutti i quesiti presentati, accompagnata da una ricca bibliografia sull'argomento, per approfondire e imbattersi in nuove sorprese.

ASSAGGIATORI DI VINO

Docente: Mirko Bindinelli

Corso semestrale: 9 lezioni da 1.30 e una uscita in cantina

Orario: lunedì 20.30-22.00

Inizio corso: 10 ottobre 2016

Sede: Scuola Media A. Frank Lugagnano

Partecipanti: massimo 12

TARIFFA CORSO € 60,00

Argomenti trattati:

- 1) Storia del vino nel mondo e in Italia; Come nasce un vigneto; ciclo vitale della pianta; L'ambiente pedoclimatico; Tecnica della degustazione: l'esame visivo.
- 2) Maturazione tecnologica-fenolica dell'uva; Tecnica della degustazione: l'esame olfattivo.
- 3) Vinificazione in bianco e vinificazione in rosso; Maturazione ed affinamento; Tecnica della degustazione: l'esame gusto-olfattivo.
- 4) La spumantizzazione: il metodo classico ed il metodo Charmat.
- 5) I vini speciali: passiti, liquorosi, muffati, icewine, aromatizzati.
- 6) Il vino e la legislazione: le denominazioni di origine; Enografia italiana: Nord e Centro Italia, vitigni e Doc più significativi.
- 7) Enografia italiana: Centro e Sud Italia, vitigni e Doc più significativi.
- 8) Enografia europea: Francia, Spagna, Germania e altri Paesi Europei.
- 9) Enografia mondiale: America del Nord, America del Sud, Australia, Nuova Zelanda, Sud Africa.
- 10) Uscita in cantina.

ABBINAMENTO CIBO - VINO

Docente: Mirko Bindinelli

Corso semestrale: 9 lezioni da 1.30 e una uscita in cantina

Orario: lunedì 20.30-22.00

Inizio corso: 9 gennaio 2017

Sede: Scuola Media A. Frank Lugagnano

Partecipanti: massimo 12

TARIFFA CORSO € 60,00

Argomenti trattati:

- 1) I principi dell'abbinamento cibo-vino
- 2) I prodotti della terra ed il vino
- 3) I derivati dai cereali ed il vino
- 4) I formaggi ed il vino
- 5) I salumi ed il vino
- 6) La carne ed il vino
- 7) Il pesce ed il vino
- 8) I dolci ed il vino
- 9) Il cioccolato ed il vino, cibi "impossibili"
- 10) Uscita in cantina.

Ogni lezione prevede una prima parte teorica in cui si analizzerà la tipologia di alimento che si andrà a degustare nella seconda parte della serata, nella quale si metteranno in pratica i principi dell'abbinamento cibo-vino.

LEGGENDO IN CANTO: AVVICINAMENTO ALLA LETTURA MUSICALE 1° e 2° SEMESTRE

Docenti: Giulia Favari e Andrea Favari

Corsi semestrali: 10 lezioni da 1.30 ciascuno

Orario: lunedì 20.30-22.00

Inizio corso 1° semestre: 10 ottobre 2016

Inizio corso 2° semestre: 9 gennaio 2017

Sede: Scuola Media A. Frank Lugagnano

Partecipanti: massimo 20

TARIFFA A CORSO € 40,00

Argomenti trattati:

Il corso si articola in 10 lezioni con inizio ad ottobre e in 10 lezioni con inizio a gennaio e porterà i partecipanti ad immergersi nella musica e nel canto per scoprire la propria voce e per imparare a vivere il ritmo. Faremo esperienza della musica attraverso l'ascolto, il canto, la lettura e la scrittura con attività di vario genere: riconoscere "il tempo" della musica, usare la propria voce per parlare e cantare, orientarsi nel linguaggio musicale scritto.

A fine corso i partecipanti avranno maggior consapevolezza della propria voce (respirazione, emissione e sostegno del suono) e sapranno scrivere, leggere e cantare semplici melodie.

SAPER PARLARE, SAPER VIVERE: 3 MODULI

Obiettivi generali:

Acquisire consapevolezza della propria immagine verbale e del potere della Parola; conoscere le tecniche su come utilizzare questo enorme potere per costruire il proprio benessere psico-fisico e dare la migliore versione di noi stessi.

SAPER PARLARE, SAPER VIVERE 1: L'individuo: presa di coscienza

Docente: Alessandra Orsolato

Corso semestrale: 4 lezioni da 2 ore

Orario: mercoledì 20.30-22.30

Inizio corso: 12 ottobre 2016

Sede: Scuola Media A. Frank Lugagnano

Partecipanti: massimo 20

TARIFFA CORSO € 35,00

Argomenti trattati:

1. Immagine Verbale: Io sono ciò che parlo
2. I tiranni verbali (dovrei)
3. Il grande ascoltatore
4. Il potere del Messaggio Sostenibile

SAPER PARLARE, SAPER VIVERE 2: La relazione: quando l'utilizzo della parola risana

Docente: Alessandra Orsolato

Corso semestrale: 4 lezioni da 2 ore

Orario: mercoledì 20.30-22.30

Inizio corso: 9 novembre 2016

Sede: Scuola Media A. Frank Lugagnano

Partecipanti: massimo 20

TARIFFA A CORSO € 35,00

1. Lo specchio verbale, ciò che tu dici è ciò che ho bisogno di sentire
2. Una torta di parole, la ricetta della felicità
3. Esercizi di pulizia verbale
4. Le parole "magiche", come crearle e come utilizzarle

SAPER PARLARE, SAPER VIVERE 3: Laboratorio

Docente: Alessandra Orsolato

Corso semestrale: 4 lezioni da 2 ore

Orario: mercoledì 20.30-22.30

Inizio corso: 18 gennaio 2017

Sede: Scuola Media A. Frank Lugagnano

Partecipanti: massimo 20

TARIFFA CORSO € 35,00

1. Le parole della mia storia
2. Chi è stato il regista?
3. Cambio le mie parole e riscrivo il mio futuro. Piano giornaliero
4. Facoltativo (video)

RIFLESSOLOGIA PLANTARE

Docente: Naturopata Rosanna Comai (con certificato rilasciato dal Director of the Metamorphic Association - London - England)

Corso semestrale: 10 lezioni da 2 ore

Orario: lunedì 20.30-22.30

Inizio corso: 10 ottobre 2016

Sede: Scuola Media A. Frank Lugagnano

Partecipanti: massimo 16

TARIFFA CORSO € 50,00

Argomenti trattati:

La pratica della riflessologia consiste nel provocare una manifestazione positiva delle attività nervose e vitali, mettendo in moto quegli stessi meccanismi che hanno condizionato la comparsa di uno squilibrio negli organi e negli apparati. Il corso fornisce l'insegnamento di base per eseguire un massaggio plantare con il riconoscimento dei punti riflessi. Mediante la stimolazione dei punti riflessi si determina infatti un insieme di reazioni, di emozioni e di sensazioni che contribuiscono al miglioramento delle funzioni vitali, creando benessere. Verranno introdotti i principi fondamentali dell'Ortho-Bionomy, tecnica per rimuovere tensioni dalle articolazioni e dai muscoli del piede e della mano. Verranno inoltre trattati cenni di anatomia, di fisiologia, di alimentazione, di fitoterapia, di floriterapia, di urinoterapia e dell'utilizzo dell'argilla. E' necessario parlare un plaid e un cuscino.

TECNICA METAMORFICA

Docente: Naturopata Rosanna Comai

Corso semestrale: 10 lezioni da 1.30

Orario: lunedì 20.30-22.00

Inizio corso: 9 gennaio 2017

Sede: Scuola Media A. Frank Lugagnano

TARIFFA CORSO € 40,00

La Tecnica Metamorfica è un semplice approccio all'auto-guarigione e alla crescita creativa; la pratica consiste in un leggero sfioramento sui punti riflessi della colonna vertebrale sul piede, sulla mano e sulla testa che corrispondono al periodo prenatale, periodo in cui si formano tutte le nostre caratteristiche.

Il leggero sfioramento metamorfico presenta un modo rivoluzionario di guardare alla Vita ed è un mezzo per trasformarla; la nostra forza vitale ha un potere che guarisce, ma nel corso dei tempi abbiamo perduto la capacità di utilizzarlo.

Metamorfosi non comporta la cura dei sintomi particolari, ma genera un movimento di liberazione da patologie d'antica data sia fisiche che psicologiche.

E' un movimento di evoluzione e di crescita.

Programma

- Cenni storici. La Metamorfica nel suo concetto.
- Trasformazione, vita. Definizione di Catalizzatore.
- Riflessologia: approccio fisico, energetico, psicologico.
- Prenatoterapia secondo Robert St. John.
- Schema prenatale, evoluzione parallela del corpo e della coscienza durante il periodo della gestazione.
- Lettura psicologia del piede e schemi della nascita.
- Principi: il distacco e il suo significato.
- Introduzione al concetto di schema.
- Natura dei blocchi energetici, accompagnati da esempi.
- Posizione della Tecnica Metamorfica rispetto alle altre tecniche.

Lo studio sarà accompagnato alla pratica: ciò permetterà ai partecipanti di praticare la Tecnica Metamorfica.

Verrà consegnata una dispensa sui contenuti principali del corso.

Le persone interessate ad approfondire questo approccio si possono documentare leggendo il libro "Il massaggio che trasforma" (Edizioni Mediterranee).

ORTHO – BIONOMY 1° SEMESTRE

Docente: Rosanna Comai

Corsi semestrali: 10 lezioni da 1.30

Orari: mercoledì 18.30-20.00

o mercoledì 20.30-22.00

Inizio corso: 12 ottobre 2016

Sede: Palestra Scuola Elementare Lugagnano

Partecipanti: massimo 20

TARIFFA CORSO € 50,00

ORTHO – BIONOMY 2° SEMESTRE

Docente: Rosanna Comai

Corsi semestrali: 15 lezioni da 1.30

Orari: mercoledì 18.30-20.00

o mercoledì 20.30-22.00

Inizio corso: 11 gennaio 2017

Sede: Palestra Scuola Elementare Lugagnano

Partecipanti: massimo 20

TARIFFA CORSO € 65,00

Argomenti trattati:

ORTHO-BIONOMY® = Applicazione corretta delle leggi della vita.

E' un metodo di lavoro e di educazione sul corpo.

E' una tecnica dolce ed efficace che permette la correzione della struttura corporea.

E' indicato per bambini, adolescenti, adulti, anziani, diversamente abili, sportivi, animali, ecc. che possono soffrire di: dolori da stress, disequilibrio della struttura o della postura, rigidità articolare, dolori cronici, vertigini, emicranie e altri disturbi.

Come la struttura governa le funzioni, il suo rilassamento darà un effetto armonizzatore direttamente sugli organi interni.

Programma

Impariamo a sentire e ad ascoltare le nostre tensioni muscolari che determinano lo squilibrio della postura; le riconosciamo e creiamo la motivazione a quella tensione di sciogliersi, senza provocare dolore; in questo modo si va a ripristinare un nuovo equilibrio.

Inoltre vengono insegnati esercizi e massaggi per rimuovere tensioni muscolari legati agli occhi, utilizzando anche il metodo del Dr. Bates.

A livello degli organi viene effettuato un lavoro mirato per portare luce positiva, per stimolare all'auto-guarigione attraverso il rilassamento e la visualizzazione, creando benessere psicofisico.

E' necessario portare un materassino e un cuscino.

YOGA 1° SEMESTRE

Docente: Emanuela Casarotto

Corso semestrale: 10 lezioni da 1.30

Orario: venerdì 19.00-20.30

Inizio corso: 14 ottobre 2016

Sede: Palestra Scuola Elementare Sona

Partecipanti: massimo 20

TARIFFA CORSO € 50,00

YOGA 2° SEMESTRE

Docente: Emanuela Casarotto

Corso semestrale: 15 lezioni da 1.30

Orario: venerdì 19.00-20.30

Inizio corso: 13 gennaio 2017

Sede: Palestra Scuola Elementare Sona

Partecipanti: massimo 20

TARIFFA CORSO € 65,00

Argomenti trattati:

Il corso avrà lo scopo di portare equilibrio tra la nostra mente e il nostro corpo dandoci, come risultato, un benessere generale.

Il programma prevede la pratica delle principali posizioni (ASANA) dell'HATHA YOGA, con cenni teorici; lo studio e la pratica delle basi del PRANAYAMA (la scienza del respiro), attraverso le cui tecniche possiamo prendere coscienza delle nostre energie; cenni sulla filosofia legata allo Yoga.

E' necessario utilizzare un abbigliamento comodo (tuta da ginnastica o altro) e portare con sé una coperta o un asciugamano. La pratica meditativa va effettuata, preferibilmente, a stomaco vuoto, per cui si consiglia di cenare dopo l'incontro.

CERAMICA

Docente: Elda Calvi

Corsi annuali: 20 lezioni da 2 ore

Orario: sabato 9.00-11.00

Inizio corsi: 12 novembre 2016

Sede: Laboratorio presso la Biblioteca di Sona

Partecipanti: massimo 12

TARIFFA CORSO € 120,00

Argomenti trattati:

Solo attraverso l'esperienza e la conoscenza delle tecniche e dei materiali si impara; prima di tutto occorre apprendere quanto più possibile le tecniche di lavorazione. Ciò vale per tutti, sia per i principianti che per quelli che hanno già fatto esperienza.

Ci sono diversi tipi di argilla e ognuno deve essere trattato in modo diverso. In caso contrario pochi pezzi riusciranno veramente bene.

Il programma può essere diviso in tre momenti: 1) la conoscenza del materiale;

2) la modellatura con la produzione di vasi a lucignolo, la tecnica dell'intreccio e la preparazione delle lastre anche con sfumature ottenute attraverso due o tre tipi di argilla; 3) la decorazione dell'oggetto con engobbi e smalti.

Piatti modellati a mano e decorati con smalti per il primo corso; il bucchero e la salatura per gli allievi avanzati.

Capire e sperimentare l'arte sarà sempre alla base degli interventi. La creatività e la fantasia di ognuno saranno sempre le benvenute.

CERAMICA

Docente: Rosa Emma Crescente

Corso annuale: 20 lezioni da 2 ore

Orario: martedì 16.00-18.00

Inizio corso: 15 novembre 2016

Sede: Laboratorio presso la Biblioteca di Sona

Partecipanti: massimo 12

TARIFFA CORSO € 120,00

Argomenti trattati:

Propongo un percorso articolato in più fasi che inizia con l'espressione grafico-plastica dei sentimenti più vivi o contrastanti degli allievi.

Eseguiamo anche una esercitazione con varie textures. Tale percorso al suo termine svilupperà la forma-vaso a tutto tondo secondo una versione nuova che potrà dare vita ad un creatività e conoscenza personale più arricchita.

Realizzazione di un pannello, diviso in mattonelle in creta, con riferimento a degli artisti ma poi interpretato personalmente.

Alla fine: realizzazione di una cornice con la sfoglia, composta da più elementi.

CORSO BASE DI DECORAZIONE CERAMICA

Docente: Simona Schiavolin

Corso annuale: 20 lezioni da 2 ore

Orario: giovedì 16.00-18.00

Inizio corso: 13 ottobre 2016

Sede: Laboratorio presso la Biblioteca di Sona

Partecipanti: massimo 12

TARIFFA CORSO € 120,00

Argomenti trattati:

La decorazione ceramica è un'espressione artistica che unisce il disegno e la pittura ad un materiale vivo e fortemente versatile come la ceramica.

L'obiettivo del corso è di apprendere gli strumenti e le tecniche base, in sintesi nei seguenti punti:

1. Studi preliminari di tecniche di decorazione

- Esercizi base di tecniche pittoriche su carta e biscotto, con presentazione degli strumenti e materiali;
- Teoria dei colori;
- Analisi dei colori sottovernice e modalità di utilizzo;
- Pastelli ceramici

Elaborazione di un progetto

- Realizzazione di un disegno a progetto;
- Tecnica dello spolvero;
- Prima decorazione su biscotto del disegno o motivo decorativo a progetto con colori sottovernice e/o pastelli ceramici.

Tecniche applicative dell'invetriatura con cristallina e rifinitura del manufatto

2. Presentazione del forno ceramico e della modalità di inserimento degli oggetti.

3. Decorazione con smalti e ossidi

- Tecnica a pennello, ad immersione, a spruzzo;
- Sovrapposizione di smalti;
- Decorazione con ossido di rame (Ramina), ossido di Manganese ed avventurina al ferro (cristallina). Applicazione su biscotto, immersione nel bagno di smalto bianco ed incisione.

Materiale necessario: Pennelli per decorazione su ceramica di vario tipo; Colori sottovernice; Smalti ceramici; Pastelli ceramici; Cristallina; Ossidi; Matite; Fogli da lucido, carboncini e punteruoli; Biscotto ceramico; Contenitori per l'acqua (brocche in plastica); Carta assorbente; Stracci.

L'oggetto o gli oggetti finiti, verranno consegnati al partecipante alla fine del corso.

L'elenco dei fornitori del materiale necessario, potrà essere fornito direttamente dal docente stesso.

NOTA AI CORSI DI CERAMICA: la tariffa comprende la cottura di 5 elaborati nel forno del laboratorio. E' obbligatorio compilare il registro di cottura del forno.

TUTTI I MATERIALI SONO A CARICO DEI PARTECIPANTI.

COMPOSIZIONI FLOREALI CORSO BASE

Docente: Antonia Basile

Corso semestrale: 10 lezioni da 2 ore

Orario: venerdì 20.30-22.30

Inizio corso: 14 ottobre 2016

Sede: Laboratorio presso il centro servizi di S. Giorgio in Salici (via Don Castello, vicino all'ufficio postale)

Partecipanti: massimo 12

TARIFFA CORSO € 50,00

Argomenti trattati:

Il corso si propone di insegnare come può nascere una composizione floreale e di far sviluppare le capacità creative di ognuno, mediante l'utilizzo di materiali offerti dalla natura.

Programma:

Descrizione dei materiali necessari per realizzare una composizione.

Tipi di composizione:

- FORMALE: racchiusa in una forma
- DECORATIVA: con più movimento e maggiormente ornamentale
- LINEARE: un incontro di linee che da anche più possibilità di esprimere la propria creatività (composizione libera)
- Composizioni natalizie e tradizionali addobbi per porte e finestre
- Centri tavola, corone per l'avvento
- Lavorando con l'uncinetto o con i ferri creeremo le basi per ulteriori decorazioni alle nostre composizioni floreali.

COSTO DEI MATERIALI ESCLUSO

COMPOSIZIONI FLOREALI CORSO AVANZATO

Docente: Antonia Basile

Corso semestrale: 10 lezioni da 2 ore

Orario: venerdì 20.30-22.30

Inizio corso: 13 gennaio 2017

Sede: Laboratorio presso il centro servizi di S. Giorgio in Salici (via Don Castello, vicino all'ufficio postale)

Partecipanti: massimo 12

TARIFFA CORSO € 50,00

Argomenti trattati:

- Approfondimento delle tecniche base per scoprire nuove forme di composizione
- Tecniche per mazzo floreale
- Ricerca stile
- Studio delle forme
- Carattere del fiore
- L'omaggio floreale personalizzato
- Centro tavola
- Strutture per bouquet
- Allestimento di uno spazio per un evento importante
- Nozioni sul significato dei nomi e sulla cura delle piante e dei fiori utilizzati.

COSTO DEI MATERIALI ESCLUSO

PITTURA

Docente: Giorgio Mazzeuga

Corso annuale: 20 lezioni da 2 ore

Orario: giovedì 20.30-22.30

Inizio corso: 13 ottobre 2016

Sede: Laboratorio presso il centro servizi di S. Giorgio in Salici (via Don Castello, vicino all'ufficio postale)

Partecipanti: massimo 18

TARIFFA CORSO € 90,00

Argomenti trattati:

Il programma delle lezioni si adatta, a seconda delle singole capacità tecnico-artistiche dei partecipanti e delle loro personali tendenze, ad una definizione di un linguaggio pittorico.

Il corso di pittura è adatto sia per nuovi principianti che per i frequentanti lo stesso corso dell'Università Popolare negli anni precedenti, e dunque in possesso di una sufficiente base o di capacità avanzate.

Le finalità del corso sono mirate all'acquisizione di varie tecniche ed in particolare dell'acrilico, dell'olio, di tecniche e materiali misti.

Nel programma è previsto anche un accostamento ad esperienze nel settore specifico del disegno, come fase preliminare di elaborazione per l'esecuzione successiva pittorica.

Nell'ambito prettamente tecnico della pittura, le esperienze sono orientate sulla costruzione dei supporti, dalla scelta delle tele al montaggio su telaio, ai materiali costitutivi delle preparazioni tradizionali e moderne, alle mistiche. Proposizione di materiali acrilici su supporti laminati lignei. Uso della tavolozza, dei leganti per i pigmenti ed uso dei colori. Gli aspetti tematici e stilistici sono a scelta dei singoli partecipanti, in accordo con il docente. Nel corso delle lezioni sono altresì discussi aspetti teorici e tecnici sull'arte moderna e contemporanea.

Gli obiettivi sono rivolti all'acquisizione di capacità pittoriche personali per i nuovi iscritti, e di un ulteriore sviluppo creativo e propositivo per i corsisti dei precedenti anni.

DISEGNO

Docente: Giorgio Mazzurega

Corso annuale: 20 lezioni da 2 ore

Orario: martedì 20.30-22.30

Inizio corso: 11 ottobre 2016

Sede: Laboratorio presso il centro servizi di S. Giorgio in Salici (via Don Castello, vicino all'ufficio postale)

Partecipanti: massimo 18

TARIFFA CORSO € 90,00

Argomenti trattati:

Il corso è rivolto a tutti quelli che desiderano conoscere le tecniche che permettono di realizzare un disegno dal vivo o copiato. Durante le lezioni

verranno trattati i seguenti argomenti: come nasce un disegno, variare le proporzioni (ingrandire o rimpicciolire), la prospettiva, il tratteggio, l'illusione della luce, l'illusione della profondità, schemi e composizioni, disegno e immaginazione.

PICCOLO CUCITO CORSO BASE

Docente: Adriana Oliosi

Corso semestrale: 10 lezioni da 2 ore

Orario: giovedì 20.30-22.30

Inizio corso: 13 ottobre 2016

Sede: Laboratorio presso il centro servizi di S. Giorgio in Salici (via Don Castello, vicino all'ufficio postale)

Partecipanti: massimo 12

TARIFFA CORSO € 50,00

Argomenti trattati:

Usare l'ago per scoprire l'arte del fare e diventare anche creativi con l'uso del filo.

Programma:

- Imbastitura
- Rammendo
- Orlo con sottopunto (punti invisibili)
- Attaccatura di bottoni e automatici
- Asole
- Cucitura cerniera
- Hobbistica natalizia.

Creazioni a piacere con applicazione in stoffa per varie occasioni.

Da portare alla prima lezione: forbice, ago e filo.

PICCOLO CUCITO CORSO AVANZATO

Docente: Adriana Oliosi

Corso semestrale: 10 lezioni da 2 ore

Orario: giovedì 20.30-22.30

Inizio corso: 12 gennaio 2017

Sede: Laboratorio presso il centro servizi di S. Giorgio in Salici (via Don Castello, vicino all'ufficio postale)

Partecipanti: massimo 12

TARIFFA CORSO € 50,00

Argomenti trattati:

- Approfondimento delle tecniche di cucito per imparare l'utilizzo della macchina da cucire.
- Realizzazione di borse, bambole in stoffa, presine ecc.

- Per necessità famigliari: orli, asole, cerniere, bottoni.

BALLO CARAIBICO BASE (MERENGUE, BACHATA E SALSA)

Docente: Alessandro Sorrentino

Corso semestrale: 10 lezioni da 1.30

Orario: venerdì 20.00-21.30

Inizio corso: 14 ottobre 2016

Sede: Palestra Scuola Elementare Lugagnano

TARIFFA CORSO € 50,00

Argomenti trattati:

Il corso ha l'obiettivo di avvicinare gli allievi alla salsa, il ballo caraibico più famoso e più ballato, passando attraverso l'apprendimento di due balli caraibici più semplici: bachata e merengue, con i quali iniziare a sperimentare il movimento corretto del bacino tipico di questi ritmi.

Il corso prevede, inizialmente, l'acquisizione della corretta postura corporea tipica dei balli caraibici e l'apprendimento della corretta posizione in coppia; ampio spazio sarà inoltre dedicato alla tecnica di guida dell'uomo.

Questi fondamentali saranno poi estremamente utili durante l'insegnamento di ogni disciplina dei balli caraibici.

Il primo ballo sarà la BACHATA, ballo molto sensuale e romantico ed in continua e prepotente diffusione nelle piste.

Quindi si studierà il MERENGUE, altro tipico ballo nato a Santo Domingo.

A fine corso si prenderà confidenza con i passi base ed i primi rudimenti della SALSA, disciplina principe dei balli caraibici, che verrà poi diffusamente studiata nel trimestre successivo.

BALLO CARAIBICO: CORSO SALSA INTERMEDIO 1

Docente: Alessandro Sorrentino

Corso semestrale: 10 lezioni da 1.30

Orario: venerdì 21.30-23.00

Inizio corso: 14 ottobre 2016

Sede: Palestra Scuola Elementare Lugagnano

TARIFFA CORSO € 50,00

Argomenti trattati:

Si tratta del naturale sbocco per chi ha seguito gli anni precedenti il corso di salsa cubana principianti o proviene da corsi analoghi.

A partire dalle conoscenze di salsa cubana principianti, si studieranno figure via via più complesse, caratterizzate da un maggior grado di difficoltà ma anche di una maggiore resa coreografica.

Si cercherà di eseguire le figure con una maggiore consapevolezza e sicurezza e di arricchirle con qualche movimento ed atteggiamento di gestualità che ne impreziosisce l'esecuzione.

Nella parte finale del corso si potrà sperimentare, a discrezione del maestro sulla base del ritmo di apprendimento del gruppo, anche la RUEDA, una interpretazione molto divertente ma anche utile didatticamente del ballo salsa eseguito in gruppo sotto i suggerimenti del cosiddetto "cantante".

BALLO CARAIBICO: CORSO SALSA PRINCIPIANTI

Docente: Alessandro Sorrentino

Corso semestrale: 10 lezioni da 1.30

Orario: venerdì 20.00-21.30

Inizio corso: 13 gennaio 2017

Sede: Palestra Scuola Elementare Lugagnano

TARIFFA CORSO € 50,00

Argomenti trattati:

Il corso è strutturato come ideale prosecuzione del cammino iniziato nel primo trimestre con il corso base di merengue, bachata e rudimenti di salsa.

Il programma del corso prevede l'insegnamento della SALSA a partire dalle basi, beneficiando di quei concetti fondamentali sui balli caraibici già appresi nel corso del primo trimestre.

Poi a seguire verranno proposte le prime figure in coppia: il "giro a otto", "l'apertura cubana", il "dile que no", "l'enчуflа", "il setenta" e le loro variazioni.

Si impareranno anche le nozioni più importanti relativamente alla struttura ritmica della salsa, cioè gli strumenti tipici della musica salsa, le loro caratteristiche musicali ed il modo di sfruttarle per trarne utili indicazioni e suggerimenti a vantaggio dei ballerini.

BALLO CARAIBICO: CORSO SALSA INTERMEDIO 2

Docente: Alessandro Sorrentino

Corso semestrale: 10 lezioni da 1.30

Orario: venerdì 21.30-23.00

Inizio corso: 13 gennaio 2017

Sede: Palestra Scuola Elementare Lugagnano

TARIFFA CORSO € 50,00

Argomenti trattati:

Si tratta del percorso naturale per chi ha seguito nel primo trimestre il corso di Salsa cubana intermedio 1 oppure per chi ha una conoscenza della salsa di livello intermedio. A partire dalle conoscenze di salsa cubana intermedio si studieranno figure di maggiore complessità in cui la parte interpretativa e gestuale andrà ad assumere contenuti sempre più importanti. Non ci si dovrà più accontentare di

eseguire le figure "solo" in maniera corretta.

Sarà necessaria una maggiore padronanza della ritmica della salsa che consente di personalizzare maggiormente il gesto che si va ad eseguire e che deve diventare naturale per chi lo esegue.

Questo obiettivo da raggiungere faciliterà anche l'apprendimento della gestualità maschile e femminile e soprattutto l'acquisizione della sicurezza necessaria per poi ripetere in pista quello che si impara durante le lezioni.

La RUEDA, interpretazione molto divertente ma anche strumento didattico molto utile del ballo salsa eseguito in gruppo, potrà costituire, a discrezione del maestro in relazione al ritmo di apprendimento del gruppo, non solo il momento di verifica ed esercizio delle figure spiegate, ma, a partire da quanto già appreso nel primo trimestre, potrà sviluppare figure e specifiche coreografie sempre più complesse, appassionanti e divertenti.

In definitiva i corsi di ballo caraibico previsti per l'anno 2016 - 2017, pur conservando una loro valenza individuale, sono strutturati in modo da costituire due percorsi paralleli gradualmente di apprendimento, differenziati in funzione del livello di partenza degli allievi iscritti.

Il **percorso 1** (lezioni il **venerdì** ore **20.00 - 21.30**), caratterizzato dai corsi **BASE + SALSA PRINCIPIANTI**, è rivolto a coloro che si avvicinano per la prima volta al mondo dei balli caraibici ed è caratterizzato dall'apprendimento di bachata, merengue e rudimenti di salsa nel primo trimestre e delle figure iniziali della salsa cubana nel secondo trimestre.

Il **percorso 2** (lezioni il **venerdì** ore **21.30 - 23.00**), caratterizzato dai corsi **SALSA INTERMEDIO 1 + SALSA INTERMEDIO 2**, è rivolto a coloro che sono già in grado di eseguire figure di salsa di livello principiante e vogliono migliorare il loro livello tecnico, imparando figure nuove più complesse ed inserendo nel proprio stile di ballo anche elementi di gestualità con cui arricchire il proprio bagaglio tecnico.

INDICE

CORSO	PAG.
ABBINAMENTO CIBO - VINO	21
ABC DELL'ALIMENTAZIONE: CORSO BASE E AVANZATO	18-19
ASSAGGIATORI DI VINO	21
BALLO CARAIBICO (4 LIVELLI)	33-35
BIBLIOTERAPIA	16
CERAMICA (2 CORSI)	27-28
COMPOSIZIONI FLOREALI (2 LIVELLI)	29-30
CONOSCERE VERONA (2 CORSI)	15-16
CORSO BASE DI DECORAZIONE CERAMICA	28
DISEGNO	31
FITOTERAPIA	17
FLORA E FAUNA DEL MONTE BALDO	20
ILLUSIONI DELLA MENTE	20
INFORMATICA: ALFABETIZZAZIONE DIGITALE	11
INFORMATICA: HARDWARE E SOFTWARE	10
INFORMATICA: OFFICE BASE	10
INFORMATICA: STRUMENTI PER LA GESTIONE DELLE IMMAGINI DIGITALI	12
INFORMATICA: PROGETTARE CON LA LIM	13
INGLESE (3 LIVELLI)	1-5
INGLESE INTERNAZIONALE CONVERSAZIONE (2 CORSI)	6
LEGGENDO IN CANTO (2 LIVELLI)	22
MEDICINA NON CONVENZIONALE	18
ORTHO-BIONOMY (4 CORSI)	25-26
PICCOLO CUCITO (2 LIVELLI)	31-32
PITTURA	30
RIFLESSOLOGIA PLANTARE	24
SAPER PARLARE, SAPER VIVERE (3 CORSI)	23-24
SPAGNOLO (4 LIVELLI)	7-8
STORIA DELL'ARTE	14
STORIA DELLE RELIGIONI	14
TECNICA METAMORFICA	24
TEDESCO 3 CORSO (LIVELLO A2)	9
YOGA (2 CORSI)	26-27

**SU RICHIESTA VERRA' RILASCIATO
L'ATTESTATO DI PARTECIPAZIONE AI CORSI**