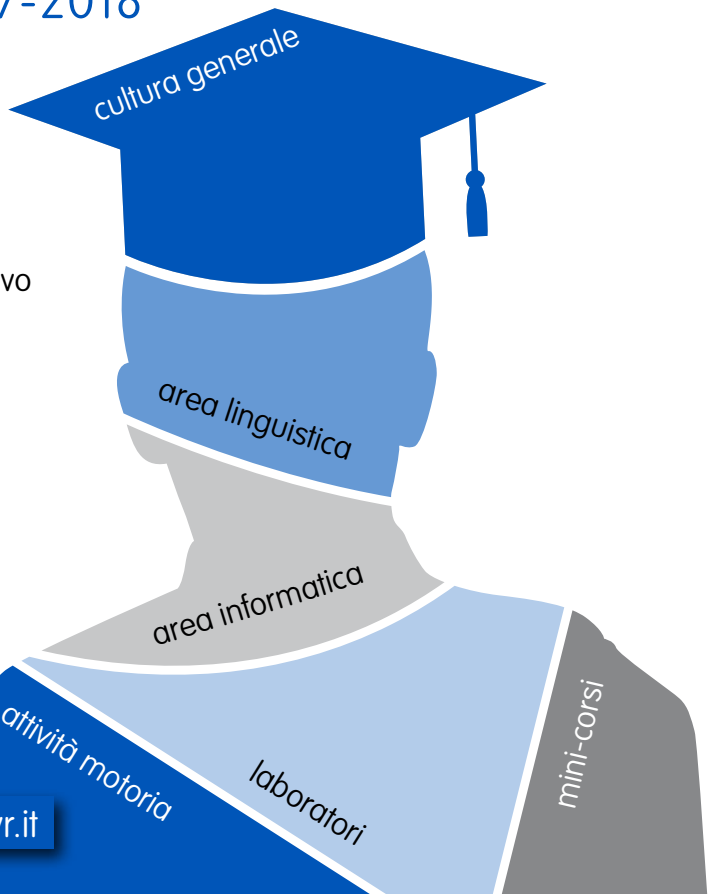
# UNIVERSITÀ DEL TEMPO LIBERO

## PROGRAMMA DEI CORSI

Comune di Castelnuovo del Garda
Assessorato alla Cultura
Biblioteca comunale

ANNO ACCADEMICO 2017-2018




## ISCRIZIONI

presso Ufficio Informagiovani di Castelnuovo

## INFORMAZIONI

cell. 320 0261149

Biblioteca comunale tel. 045 6459972

www.comune.castelnuovodelgarda.vr.it

# PRESENTAZIONE DEI CORSI

## MERCOLEDÌ 6 SETTEMBRE ORE 20.30

Vi aspettiamo numerosi
presso la Sala Civica
"11 Aprile 1848"
in Via Castello, 19

Finalmente ci siamo.
Al via l'anno accademico 2017-2018 dell'Università del Tempo Libero organizzata dal comune di Castelnuovo del Garda e alla Biblioteca Comunale.
Come ogni anno, sono stati organizzati diversi corsi: troveremo, infatti, quelli di lingua, di vela, di pittura, di finanza, di avvicinamento alla musica, di cultura generale.
Per chi vuole mantenersi in forma, abbiamo anche previsto diverse attività motorie, accessibili da chiunque, ad ogni livello e ad ogni età.
L'idea, per noi, è quella di favorire gli scambi culturali e la socializzazione tra i cittadini e di permettere a tutti di dedicare del tempo a se stessi con corsi facilmente fruibili, magari rallentando un po' i ritmi frenetici della quotidianità a favore di un miglioramento della salute e del benessere psicofisico.
Colgo, inoltre, l'occasione per salutare ringraziare tutte quelle persone grazie alle quali è possibile tutto questo: i nostri collaboratori per la non facile organizzazione e per i risultati sempre brillanti comunque ottenuti; i nostri docenti per la disponibilità e per la professionalità dimostrata e, infine, i cittadini per la loro rinnovata fiducia in questo nostro progetto che questa amministrazione porta avanti da tempo con orgoglio e soddisfazione.

Con viva cordialità!

Assessore alla Cultura
Ilaria Tomezzoli

# DOVE ISCRIVERSI

**PRESSO INFORMAGIOVANI**
in Piazza della Libertà
Castelnuovo

**GIORNI E ORARI DI APERTURA**

**Martedì e Sabato**
dalle 9.00 alle 12.00

**Lunedì e Giovedì**
dalle 15.00 alle 18.00

# QUANDO ISCRIVERSI

**I-II TRIMESTRE**
**11-30 SETTEMBRE**
**Martedì e Sabato 9-12**
**Lunedì e Giovedì 15-18**

**II TRIMESTRE**
**8-13 GENNAIO**
**Martedì e Sabato 9-12**
**Lunedì e Giovedì 15-18**

# COSA SAPERE

**REQUISITI**
maggiore età

**MODALITÀ**
compilazione e sottoscrizione del modulo di iscrizione (il modulo di iscrizione è scaricabile dal sito del Comune di Castelnuovo D/g: www.comune.castelnuovodelgarda.vr.it e disponibile presso l'Ufficio Informagiovani e la Biblioteca Comunale)

**PAGAMENTO**
**versamento su**
**CONTO BANCO POSTA**
**IT 20 R 07601 11700**
**000080250202**

**Attenzione**
**sconto del 10%**
**dal secondo corso scelto**

Attivazione dei corsi subordinata al raggiungimento di un numero minimo di iscrizioni

## PERIODO DELLE LEZIONI

**I TRIMESTRE** dal 9 OTTOBRE al 14 DICEMBRE
**II TRIMESTRE** dal 22 GENNAIO al 29 MARZO

# INFORMAZIONI

cell. 320 0261149

Biblioteca comunale tel. 045 6459972

# DESIGNER DI GIOIELLI

**Corso annuale**
20 lezioni da 120 minuti

**Giorno e orario**
martedì 19.00-21.00

**Inizio lezioni**
I trimestre: **11 ottobre**
II trimestre: **24 gennaio**

**Sede**
Scuola Secondaria I grado

**Quota**
€ 120

**Partecipanti**
minimo 10, massimo 15

**NUOVO!** **Corso di I Livello amatoriale**
**Corso pratico e sperimentale di progettazione di gioielli per l'Anima**

**Presentazione:** progetto dedicato a chi desidera affacciarsi al meraviglioso mondo dei gioielli per sperimentare la propria inventiva e creatività. Una preziosa occasione per fare emergere il proprio talento e per realizzare un "Sogno"! Il corso di I° livello, prevede l'acquisizione di tecniche base per ideare e rappresentare un gioiello, dal disegno dal vero, alle varie tecniche di rappresentazione e progettazione con accenni riguardanti allo studio del gioiello nella storia, alla simbologia, allo studio delle pietre preziose e semipreziose, a metalli preziosi e materiali vari, fino alla realizzazione del proprio progetto personalizzato.

**Programma:** presentazione corso e test sulla Creatività; evoluzione e Stile: "Il Gioiello nella Storia"; accenni allo studio delle gemme preziose/semipreziose, metalli preziosi e materiali innovativi; tecniche di disegno e decorazione; capacità ideativa e stilistica; disegno dal vero e schizzi; disegno tecnico con progettazione in scala 1:1; realizzazione prototipo in materiale vario e portfolio con relazione; mostra finale.

**Materiale richiesto:** blocco per schizzi, album Fabriano liscio A4, matita per schizzi, colori pastello, porta mine e mine 4H, gomma e tempera mine, coppia di squadre.

**Docente: Angela Innesto**
Diplomata al Liceo Artistico, Accademia di Belle Arti –diploma di laurea- con indirizzo scenografia. Designer di gioielli e insegnante.
Per info: www.segnidellanima.com

# RITRATTO

**NUOVO!** **Presentazione:** il corso si propone di dare le nozioni base sul ritratto ed è rivolto a chi non ha mai disegnato il volto umano oppure è agli inizi di un percorso già intrapreso. **Programma:** 1. breve panoramica del materiale acquistato o già in dotazione e dell'uso che ne verrà fatto durante il corso stesso; 2. applicazione delle tecniche per una buona riuscita del ritratto. Nello specifico: la linea e il tratteggio; lo sfumato fatto a matita e con lo sfumino; l'uso della gomma pane; l'impostazione della mano e della schiena; elenco e uso delle varie carte da disegno; 3. studio delle forme semplici a tre dimensioni (cubo, cono e sfera) e applicazione dello sfumato o del tratteggio per creare le ombre; 4. studio in chiaro (senza ombre) del volto umano e degli elementi principali che lo compongono, la loro comprensione attraverso la comparazione con forme geometriche semplici; l'anatomia di superficie spiegata in modo semplice e schematico; le proporzioni; 5. uso delle carte (bianche e colorate) e delle immagini fotografiche per una buona esecuzione del ritratto; 6. uso dei busti in gesso e la loro osservazione dal vero per meglio comprendere anatomia, masse, ombre e proporzioni; 7. comprendere e disegnare i capelli. **Materiale da acquistare:** 3 matite grigie della Steadtler o Derwent: B, 3B, 8B; 1 gomma pane della Faber-Castell; 1 tempera matite a due fori con serbatoio; 1 taglierino; 1 matita bianca White Pastel Soft marca Lyra; 1 allunga matite; 1 album della Fabriano liscio A4 (220 gr) da 20 fogli; 1 album o sfogli sfusi di carta colorata; 1 sfumino; 1 pannello mdf da 3 mm. 35x50 cm. **P.S.** Si consiglia l'acquisto del materiale al momento in cui verrà confermata l'attivazione del corso e/o sentito il docente.

**Corso annuale**
20 lezioni da 120 minuti

**Giorno e orario**
martedì 20-00-22.00

**Inizio lezioni**
I trimestre: **10 ottobre**
II trimestre: **23 gennaio**

**Sede**
Scuola Secondaria I grado

**Quota**
€ 120

**Partecipanti**
minimo 10, massimo 15

**Docente: Luca Mastrodonato**
Diplomato all'Accademia di Belle Arti Cignaroli, è illustratore, decoratore e ritrattista di professione.
Insegna nelle Università del Tempo Libero di diversi Comuni.
Per info: https://www.facebook.com/luca.mastrodonato.ritrattista/

# PILATES CORSO DELLA MATTINA

**Corso annuale**
20 lezioni da 90 minuti

**Giorno e orario**
mercoledì 09.30-11.00

**Inizio lezioni**
I trimestre: **11 ottobre**
II trimestre: **24 gennaio**

**Sede**
Residenza Montealto

**Quota**
€ 120

**Partecipanti**
minimo 10, massimo 15

**NUOVO!**

**Presentazione**

I corsi di Pilates sono rivolti a tutti, uomini e donne, che desiderano sviluppare tono, vitalità e benessere a prescindere da età, capacità psico-fisiche e formazione.

Il Pilates è una filosofia del movimento, una disciplina adatta a tutti coloro che hanno bisogno di educare il corpo alla coordinazione, è un'ottima risposta per ottenere rinforzo e tonificazione muscolare, rimodellamento, prevenzione e aiuto nel trattamento di dolori causati da tensione e rigidità muscolare. Riequilibra e tonifica la muscolatura, migliora la circolazione, scioglie e fa scomparire tensioni e rigidità muscolare, dovute soprattutto ad una postura scorretta. Joseph Pilates fondatore di questa disciplina, nel 1926 ottenne immediato successo e grande riscontro soprattutto nel mondo della danza. Infatti anche nella danza queste tecniche di allenamento, sono molto presenti, così come nelle terapie di riabilitazione, perché consentono di rafforzare i muscoli e di distenderli, favorendo la corretta postura e migliorando i movimenti.

A chi sente la necessità di centrarsi per attingere a risorse interne sopite per imparare ad esprimere e a valorizzare il proprio potenziale, favorendo il contatto con i propri bisogni interni, per liberarsi da blocchi e tensioni accumulate, a ri-conoscere il proprio corpo e a ris-coprirlo come risorsa.

**Note al corso**

È consigliato un abbigliamento comodo. Tappetino.

**Docente: Angela Innesto**

Insegnante qualificata di danza classica, moderna, danza creativa, pilates, danza posturale, xtend barre.
Per maggiori informazioni consultare il sito www.segnidell'anima.com

# PILATES

NUOVO!

**Presentazione**

I corsi di Pilates sono rivolti a tutti, uomini e donne, che desiderano sviluppare tono, vitalità e benessere a prescindere da età, capacità psico-fisiche e formazione.

Il Pilates è una filosofia del movimento, una disciplina adatta a tutti coloro che hanno bisogno di educare il corpo alla coordinazione, è un'ottima risposta per ottenere rinforzo e tonificazione muscolare, rimodellamento, prevenzione e aiuto nel trattamento di dolori causati da tensione e rigidità muscolare. Riequilibra e tonifica la muscolatura, migliora la circolazione, scioglie e fa scomparire tensioni e rigidità muscolare, dovute soprattutto ad una postura scorretta. Joseph Pilates fondatore di questa disciplina, nel 1926 ottenne immediato successo e grande riscontro soprattutto nel mondo della danza. Infatti anche nella danza queste tecniche di allenamento, sono molto presenti, così come nelle terapie di riabilitazione, perché consentono di rafforzare i muscoli e di distenderli, favorendo la corretta postura e migliorando i movimenti.

A chi sente la necessità di centrarsi per attingere a risorse interne sopite per imparare ad esprimere e a valorizzare il proprio potenziale, favorendo il contatto con i propri bisogni interni, per liberarsi da blocchi e tensioni accumulate, a ri-conoscere il proprio corpo e a ris-coprirlo come risorsa.

**Note al corso**

È consigliato un abbigliamento comodo. Tappetino.

**Corso annuale**
20 lezioni da 90 minuti

**Giorno e orario**
giovedì 20.00-21.30

**Inizio lezioni**
I trimestre: **12 ottobre**
II trimestre: **25 gennaio**

**Sede**
Residenza Montealto

**Quota**
€ 120

**Partecipanti**
minimo 10, massimo 15

**Docente: Angela Innesto**

Insegnante qualificata di danza classica, moderna, danza creativa, pilates, danza posturale, xtend barre.
Per maggiori informazioni consultare il sito www.segnidell'anima.com

# ORTHO BIONOMY IN MOVIMENTO BASE

**Corso annuale**
20 lezioni da 90 minuti

**Giorno e orario**
mercoledì 20.00-21.30

**Inizio lezioni**
I trimestre: **11 ottobre**
II trimestre: **24 gennaio**

**Sede**
Scuola Secondaria I grado

**Quota**
€ 120

**Partecipanti**
minimo 10, massimo 12

**Presentazione:** l'Ortho-Bionomy è una tecnica naturale che segue le leggi del corpo e non usa manipolazioni forzate o violente. È un metodo di lavoro sul corpo e di educazione dello stesso. Il corpo esprime tutte le sue memorie attraverso la postura, quindi nella postura possiamo vedere le caratteristiche che impediscono al corpo di muoversi liberamente.

**Programma:** impariamo a sentire e ascoltare le nostre tensioni muscolari, le riconosciamo e creiamo la motivazione per sciogliere la tensione e ripristinare un nuovo equilibrio. Partiamo dall'appoggio dei piedi, che è la base dell'assetto posturale, sperimentando quante articolazioni sono coinvolte nel camminare. Impariamo la camminata corretta, passiamo poi alla parte alta: la testa, rilassiamo tutti i muscoli del collo, delle spalle, lavoriamo sulle braccia, polsi e mani. La respirazione; impariamo a svuotare completamente i polmoni, a rilassare i bronchi, ad espandere bene il torace. Andiamo a sciogliere la colonna vertebrale. Il lavoro a terra; sciogliendo tensioni alle anche, ginocchia, caviglie e talloni. Lavorando sulla struttura la muscolatura si adegua e quindi si tonifica il corpo.

**Note al corso:** vengono insegnati esercizi e massaggi per rimuovere le tensioni muscolari, il rilassamento sarà completo creando benessere psicofisico. Si consiglia abbigliamento comodo e un materassino o coperta per esercizi a terra. Le prime dieci lezioni costituiscono il corso di base, dove andremo a conoscere l'ORTHO-BIONOMY, le ultime dieci diventano corso avanzato dove andremo ad aggiungere nuovi esercizi, anche con l'ausilio di palline o con altro materiale, sempre per potenziare la capacità del nostro corpo di autocorrezione.

**Docente: Stefania Micheloni**
Operatrice socio sanitaria, pratica l'Ortho-Bionomy da molti anni.

# INGLESE ZERO (A1)

**Destinatari**
Corso base per principianti assoluti o falsi principianti. L'obiettivo del corso è fornire una competenza di base nell'uso della lingua inglese.

**Metodo**
Le lezioni si svolgeranno partendo da brevi frasi e dialoghi situazionali, facendo pratica a livello orale e analizzando le strutture grammaticali utilizzate.

**Programma**
Inizialmente si valuterà la competenza degli iscritti. Successivamente si apporteranno eventuali variazioni al programma, adattandolo alle conoscenze ed esigenze dei corsisti:
1. What's your name? / Hello! / The alphabet - 2. Numbers 1-20 / Verb to be / Possessive adjectives - 3.Where are you from? / Countries / What's your job? / Jobs - 4. Personal details / everyday objects / Days of the week / A - an - 5. Who's this? / Possessive 's / Short answers / Social English - 6. She teaches Spanish (Present simple ) /Daily routine - 7. Do you like cooking? (Activities like +ing ) / Telling the time / Numbers 21-100 - 8. What does he do? / Daily routines / Question words / Colours - 9. Opposite adjectives / Do you like tea? / How much is it? / In a cafè - 10. There is-there are / At the airport.
Utilizzo di espressioni di uso quotidiano ed espressione di bisogni primari. Chiedere e dare informazioni su interessi propri e altrui, descrivere luoghi e cose conosciuti.
**Chi si iscrive al corso del primo trimestre ha la possibilità di continuare il corso nel secondo trimestre rinnovando l'iscrizione**

**Corsi trimestrali**
10 lezioni da 90 minuti

**Giorno e orario**
lunedì 20.00-21.30

**Inizio lezioni**
I trimestre: **9 ottobre**
II trimestre: **22 gennaio**

**Sede**
Scuola Secondaria I grado

**Quota**
€ 85

**Partecipanti**
minimo 10, massimo 12

**Docente: Silvia De Giuli**
Laureata in Lingue e Letterature Straniere nel 2002, collabora con aziende operanti sul territorio per la parte commerciale di import-export e insegna Lingua e Letteratura inglese a singoli e gruppi. Da anni è insegnante d'inglese per L'UTL di Castelnuovo del Garda.

# INGLESE PRIMO LIVELLO (A2)

**Corso trimestrale**
10 lezioni da 90 minuti

**Giorno e orario**
mercoledì 20.00-21.30

**Inizio lezioni**
**11 ottobre**

**Sede**
Scuola Secondaria I grado

**Quota**
€ 85

**Partecipanti**
minimo 10, massimo 20

**Destinatari**

Corso base per chi ha una competenza basilare nell'utilizzo della lingua inglese. L'obiettivo del corso è arrivare a conversare con dimestichezza, relativamente alla quotidianità.

**Metodo**

Le lezioni si svolgeranno partendo da brevi frasi e dialoghi situazionali, facendo pratica a livello orale e analizzando le strutture grammaticali utilizzate. Sarà necessario esercitarsi anche a casa, tra una lezione e l'altra.

**Programma**

Inizialmente si valuterà la competenza degli iscritti. Successivamente si apporteranno eventuali variazioni al programma, adattandolo alle conoscenze ed esigenze dei corsisti:
1. Can - can't: What can you do? - 2. How much is that? / Prices - 3. Simple past (regular - irregular) / Time expressions - 4. Adverbs of frequency / Adverbs + Adjectives - 5. In a hotel / What's the matter? / Making suggestions - 6. At the airport / Directions - 7. Do you like cooking? (Activities like +ing) - 8. Numbers 1-1000 / Telling the time - 9. Some and any /How much /How many - 10. Comparatives and superlatives.
Utilizzo di espressioni di uso quotidiano ed espressione di bisogni primari. Chiedere e dare informazioni su interessi propri e altrui, descrivere luoghi e cose conosciuti.

**Docente: Silvia De Giuli**
Laureata in Lingue e Letterature Straniere nel 2002, collabora con aziende operanti sul territorio per la parte commerciale di import-export e insegna Lingua e Letteratura inglese a singoli e gruppi. Da anni è insegnante d'inglese per L'UTL di Castelnuovo del Garda.

# INGLESE LIVELLO INTERMEDIO (B1)

**Destinatari** Corso rivolto a chi ha seguito primo e secondo livello lo scorso anno, e a chi ha una certa dimestichezza nell'utilizzo della lingua inglese per conversazioni piuttosto semplici. Alla fine del corso, l'utente saprà muoversi con disinvoltura in conversazioni in lingua e relativamente ad argomenti familiari e saprà produrre brevi testi propri.

**Metodo** Le lezioni si svolgeranno partendo da dialoghi situazionali, e testi di riviste o giornali, facendo pratica a livello orale e analizzando le strutture grammaticali utilizzate. Sarà necessario esercitarsi anche a casa, tra una lezione e l'altra.

**Programma** Inizialmente si valuterà la competenza degli iscritti. Successivamente si apporteranno eventuali variazioni al programma, adattandolo alle conoscenze ed esigenze dei corsisti:
1. Can - can't / Could - couldn't - 2. Simple past (review) / Time expression - Dates - 3. Like - would like / Opposite adjectives 4. Present simple and present continuous - 5. Do you like cooking? (Activities like / love +ing) - 6. Countable and uncountable nouns 7. Everybody, nobody.... / Compound nouns - 8. Time expressions / Present perfect: ever-never - 9. Linking words /Relative pronouns - 10. Going to / Multi-word verbs.
Comunicare in merito a scuola, lavoro, tempo libero. Muoversi con agio nei paesi di lingua inglese. Produrre brevi testi in merito ad esperienze e desideri, e alle proprie abitudini.

**Corso trimestrale**
10 lezioni da 90 minuti

**Giorno e orario**
mercoledì 20.00-21.30

**Inizio lezioni**
**24 gennaio**

**Sede**
Scuola Secondaria I grado

**Quota**
€ 85

**Partecipanti**
minimo 10, massimo 20

**Docente: Silvia De Giuli**
Laureata in Lingue e Letterature Straniere nel 2002, collabora con aziende operanti sul territorio per la parte commerciale di import-export e insegna Lingua e Letteratura inglese a singoli e gruppi. Da anni è insegnante d'inglese per L'UTL di Castelnuovo del Garda.

# INGLESE (B1)

**Corso trimestrale**
10 lezioni da 90 minuti

**Giorno e orario**
martedì 20.00-21.30

**Inizio lezioni**
**10 ottobre**

**Sede**
Scuola Secondaria I grado

**Quota**
€ 85

**Partecipanti**
minimo 10, massimo 20

**Destinatari**

Corso rivolto a chi ha seguito primo e secondo livello lo scorso anno, e a chi ha una certa dimestichezza nell'utilizzo della lingua inglese per conversazioni piuttosto semplici. Alla fine del corso, l'utente saprà muoversi con disinvoltura in conversazioni in lingua e relativamente ad argomenti familiari e saprà produrre brevi testi propri.

**Metodo**

Per approfondire le conoscenze già in loro possesso le lezioni si svolgeranno situazioni di contesto e funzionali seguite dall'evidenziazione e spiegazione degli aspetti sintattici e grammaticali.

**Programma**

Inizialmente si valuterà la competenza degli iscritti. Successivamente si apporteranno eventuali variazioni al programma, adattandolo alle conoscenze ed esigenze dei corsisti: Condizionale (1 & 2), Abitudini nel passato, Verbi + preposizioni, Passivo, Uso dell'infinitivo, Potere (Might), Passato Prossimo Semplice v Passato Prossimo continuo, Present Perfect. Comunicare in merito a scuola, lavoro, tempo libero. Muoversi con agio nei paesi di lingua inglese. Produrre brevi testi in merito ad esperienze e desideri, e alle proprie abitudini.

**Docente: Diane E. Heyn**
Madrelingua inglese, certificata CELTA, Università di Cambridge, insegna inglese a tutti i livelli ad adulti e bambini. Lazise, Vr.
Per info: www.education2.net

# ENGLISH CONVERSATION

**NUOVO!**

**Programma**

Il Corso di Conversazione è rivolto a coloro che hanno una buona conoscenza della lingua inglese e ne padroneggiano gli aspetti strutturali-grammaticali ma hanno la necessità di approfondire la competenza riguardante il lessico specifici, la pronuncia e la fluenza e di mantenere le conoscenze acquisite.

**Corso trimestrale**
10 lezioni da 90 minuti

**Giorno e orario**
lunedì 20.00-21.30

**Inizio lezioni**
**9 ottobre**

**Sede**
Scuola Secondaria I grado

**Quota**
€ 85

**Partecipanti**
minimo 10, massimo 12

**Docente: Diane E. Heyn**
Madrelingua inglese, certificata CELTA, Università di Cambridge, insegna inglese a tutti i livelli ad adulti e bambini. Lazise, Vr.
Per info: www.education2.net

# INGLESE (B2)

**Corso trimestrale**
10 lezioni da 90 minuti

**Giorno e orario**
martedì 20.00-21.30

**Inizio lezioni**
**23 gennaio**

**Sede**

**Quota**
€ 85

**Partecipanti**
minimo 10, massimo 20

**Destinatari**

Corso rivolto a chi ha un buon livello di Inglese, ed a chi ha una certa dimestichezza nell'utilizzo della lingua inglese per conversazioni. Con questo corso si impara a capire e utilizzare espressioni complesse, gestire situazione lavorative e di viaggio, produrre testi in lingua di alta qualità e argomentare e spiegare le proprie idee.

**Metodo**

Per approfondire le conoscenze già in loro possesso le lezioni si svolgeranno situazioni di contesto e funzionali seguite dall'evidenziazione e spiegazione degli aspetti sintattici e grammaticali.

**Programma**

Passato Prossimo, Continuo, Lontano (Past Perfect), Present Perfect, Future, Modals of deduction (might/could, must, can't) Reported Speech, 3rd Conditional, Multi-word verbs.

**Docente: Diane E. Heyn**
Madrelingua inglese, certificata CELTA, Università di Cambridge, insegna inglese a tutti i livelli ad adulti e bambini. Lazise, Vr.
Per info: www.education2.net

# INGLESE PER OPERATORI DEL SETTORE TURISTICO

**NUOVO!**

**Destinatari**

Il corso vuole aiutare quanti in impresa hanno rapporti costanti con clienti stranieri. Partecipanti con conoscenza della lingua inglese di livello base, lavoratori nel settore turistico e alberghiero, dirigenti nel settore turistico e alberghiero.

**Metodo**

La formazione verrà erogata tramite lezioni frontali, esercitazioni, casi pratici di studio, simulazioni, role playing e **sarà privilegiato l'aspetto orale.**

**Programma**

Come gestire efficacemente una conversazione in lingua inglese alla presenza della controparte, dall'approccio al congedo. La gestione del cliente, come accogliere il cliente, fornire informazioni al cliente, rispondere adeguatamente alle richieste, gestire i reclami. Comunicazione orale: verbi, frasi standard ed espressioni idiomatiche, descrizioni di servizi, terminologia del settore turistico.

**Corso trimestrale**
10 lezioni da 90 minuti

**Giorno e orario**
lunedì 20.00-21.30

**Inizio lezioni**
**22 gennaio**

**Sede**
Scuola Secondaria I grado

**Quota**
€ 85

**Partecipanti**
minimo 10, massimo 20

**Docente: Diane E. Heyn**

Madrelingua inglese, certificata CELTA, Università di Cambridge, insegna inglese a tutti i livelli ad adulti e bambini. Lazise, Vr.

Per info: www.education2.net

# TEDESCO ZERO (A1)

**Corso trimestrale**
10 lezioni da 90 minuti

**Giorno e orario**
lunedì 19.00-20.30

**Inizio lezioni**
**9 ottobre**

**Sede**
Scuola Secondaria I grado

**Quota**
€ 85

**Partecipanti**
minimo 10, massimo 20

**Presentazione**
Ciclo di lezioni consigliate a chi già possiede remote conoscenze di base o vuole cimentarsi nell'apprendimento di una nuova lingua straniera che, nel nostro territorio, è diventata la principale impiegata a livello lavorativo e che, nella sua apparente durezza, si rivela spesso molto interessante e più semplice di ciò che si direbbe. Iniziando con l'alfabeto, ci si addentrerà, successivamente, nell'apprendimento di vocabolario e forme grammaticali di base, attraverso esercizi interattivi svolti in classe e, volontariamente, anche a casa (per chi abbia tempo).
L'allievo, alla fine, sarà in grado di: leggere, salutare, dire l'orario, formare frasi nelle forme temporali più semplici ed acquisirà una buona comprensione di conversazioni semplici, in cui ogni singola parola avrebbe rappresentato, prima di tale corso, un totale smarrimento. Sarà così che, alla fine, i partecipanti scopriranno spesso una nuova passione per persone tenaci.

**Note: gli orari potrebbero subire delle variazioni. Gli utenti saranno avvisati in sede d'iscrizione.**

**Docente: Ileana Tecla Allegri**
Laureata in Mediazione Linguistica (tedesco, inglese e spagnolo) presso la Scuola per interpreti e traduttori, è interprete, traduttrice simultanea, accompagnatrice turistica per gruppi stranieri ed ha tenuto corsi di lingue collaborando con Comuni e Biblioteche della provincia di Verona. Certificato Z.M.P. presso Goethe Institut.

# TEDESCO COMMERCIALE

**Presentazione**

Il corso è rivolto a tutti coloro che, già in possesso di una conoscenza molto buona della lingua, intendono acquisire competenze tecniche per necessità lavorative o semplicemente per passione.

Durante le ore di lezione gli allievi impareranno a scrivere lettere commerciali di richiesta, offerta, conferma, disdetta, annullamento, lamentela da parte del cliente e del fornitore. Verranno simulate, inoltre, conversazioni telefoniche commerciali.

La terminologia tecnico-commerciale potrà variare a seconda delle esigenze dei corsisti, con particolare attenzione al settore turistico.

Il corso non è rivolto a chi possiede solo nozioni di base della lingua, in quanto la struttura delle frasi e la terminologia potrebbero rivelarsi troppo elaborate.

Si tratta di un corso per fare il cosiddetto "salto di qualità".

**Note: gli orari potrebbero subire delle variazioni. Gli utenti saranno avvisati in sede d'iscrizione.**

**Corso trimestrale**
10 lezioni da 90 minuti

**Giorno e orario**
martedì 20.45-22.15

**Inizio lezioni**
**10 ottobre**

**Sede**
Scuola Secondaria I grado

**Quota**
€ 85

**Partecipanti**
minimo 10, massimo 20

**Docente: Ileana Tecla Allegri**

Laureata in Mediazione Linguistica (tedesco, inglese e spagnolo) presso la Scuola per interpreti e traduttori, è interprete, traduttrice simultanea, accompagnatrice turistica per gruppi stranieri ed ha tenuto corsi di lingue collaborando con Comuni e Biblioteche della provincia di Verona. Certificato Z.M.P. presso Goethe Institut.

# TEDESCO CONVERSAZIONE LIVELLO INTERMEDIO

**Corso trimestrale**
10 lezioni da 90 minuti

**Giorno e orario**
mercoledì 20.45-22.15

**Inizio lezioni**
**11 ottobre**

**Sede**
Scuola Secondaria I grado

**Quota**
€ 85

**Partecipanti**
minimo 10, massimo 12

**Presentazione**

Ideale per chi, già in possesso di discrete/buone conoscenze del tedesco, è interessato ad utilizzare la lingua nella vita quotidiana e lavorativa, nonché a migliorare le proprie capacità d'ascolto, d'esposizione in pubblico, la conversazione e la pronuncia. Un'ampia gamma d'attività pratiche che spazieranno da dettati a letture in aula, brevi presentazioni di un argomento a scelta da parte degli allievi, esercizi di conversazione e discussioni in classe circa gli argomenti trattati che aiuteranno a raggiungere tale scopo.

Il corso permetterà di superare alcune barriere della lingua, quali il timore di enunciare parole errate o di parlare in pubblico, attraverso un lavoro interattivo tra gli allievi.

Gli argomenti verranno scelti in base alle conoscenze reali ed alle esigenze/preferenze dei corsisti.

**Note: gli orari potrebbero subire delle variazioni. Gli utenti saranno avvisati in sede d'iscrizione.**

**Docente: Ileana Tecla Allegri**

Laureata in Mediazione Linguistica (tedesco, inglese e spagnolo) presso la Scuola per interpreti e traduttori, è interprete, traduttrice simultanea, accompagnatrice turistica per gruppi stranieri ed ha tenuto corsi di lingue collaborando con Comuni e Biblioteche della provincia di Verona. Certificato Z.M.P. presso Goethe Institut.

# INGLESE COMMERCIALE

**Presentazione**

Il corso è rivolto a tutti coloro che, già in possesso di una conoscenza molto buona della lingua, intendono acquisire competenze tecniche per necessità lavorative o semplicemente per passione.

Durante le ore di lezione gli allievi impareranno a scrivere lettere commerciali di richiesta, offerta, conferma, disdetta, annullamento, lamentela da parte del cliente e del fornitore. Verranno simulate, inoltre, conversazioni telefoniche commerciali.

La terminologia tecnico-commerciale potrà variare a seconda delle esigenze dei corsisti, con particolare attenzione al settore turistico.

Il corso non è rivolto a chi possiede solo nozioni di base della lingua, in quanto la struttura delle frasi e la terminologia potrebbero rivelarsi troppo elaborate.

Si tratta di un corso per fare il cosiddetto "salto di qualità".

**Note: gli orari potrebbero subire delle variazioni. Gli utenti saranno avvisati in sede d'iscrizione.**

**Corso trimestrale**
10 lezioni da 90 minuti

**Giorno e orario**
mercoledì 19.00-20.30

**Inizio lezioni**
**11 ottobre**

**Sede**
Scuola Secondaria I grado

**Quota**
€ 85

**Partecipanti**
minimo 10, massimo 20

**Docente: Ileana Tecla Allegri**

Laureata in Mediazione Linguistica (tedesco, inglese e spagnolo) presso la Scuola per interpreti e traduttori, è interprete, traduttrice simultanea, accompagnatrice turistica per gruppi stranieri ed ha tenuto corsi di lingue collaborando con Comuni e Biblioteche della provincia di Verona. Certificato Z.M.P. presso Goethe Institut.

# FRANCESE COMMERCIALE LIVELLO INTERMEDIO

**Corso trimestrale**
10 lezioni da 90 minuti

**Giorno e orario**
lunedì 20.45-22.15

**Inizio lezioni**
**9 ottobre**

**Sede**
Scuola Secondaria I grado

**Quota**
€ 85

**Partecipanti**
minimo 10, massimo 20

**NUOVO!**

**Programma**

Il corso è rivolto a tutti coloro che, già in possesso di una conoscenza molto buona della lingua, intendono acquisire competenze tecniche per necessità lavorative o semplicemente per passione.
Durante le ore di lezione gli allievi impareranno a scrivere lettere commerciali di richiesta, offerta, conferma, disdetta, annullamento, lamentela da parte del cliente e del fornitore. Verranno simulate, inoltre, conversazioni telefoniche commerciali.
La terminologia tecnico-commerciale potrà variare a seconda delle esigenze dei corsisti, con particolare attenzione al settore turistico.
Il corso non è rivolto a chi possiede solo nozioni di base della lingua, in quanto la struttura delle frasi e la terminologia potrebbero rivelarsi troppo elaborate.
Si tratta di un corso per fare il cosiddetto "salto di qualità".

**Note: gli orari potrebbero subire delle variazioni. Gli utenti saranno avvisati in sede d'iscrizione.**

**Docente: Ileana Tecla Allegri**
Laureata in Mediazione Linguistica (tedesco, inglese e spagnolo) presso la Scuola per interpreti e traduttori, è interprete, traduttrice simultanea, accompagnatrice turistica per gruppi stranieri ed ha tenuto corsi di lingue collaborando con Comuni e Biblioteche della provincia di Verona. Certificato Z.M.P. presso Goethe Institut.

# TEDESCO PRIMO LIVELLO (A2)

**Presentazione**

Ciclo di lezioni consigliate a chi ha già partecipato ad almeno un corso d'alfabetizzazione e possiede conoscenze di base. I partecipanti al corso acquisiranno le nozioni utili per costruire frasi complete, atte alla conversazione, e non solo un vocabolario di base che soddisfi prevalentemente l'esigenza di comprensione. Basandosi sull'apprendimento della grammatica, attraverso esercizi di teoria orali e scritti, l'insegnante si prefigge d'aiutare gli allievi a destreggiarsi nelle varie situazioni che si possono verificare nella vita quotidiana e/o al lavoro, quali: al ristorante, per strada, al lavoro, a casa di qualcuno…

Il corso verrà sviluppato tenendo conto degli spunti e delle esigenze degli allievi; proposte d'argomento potrebbero, così, diventare materia di lezione, focalizzando il lavoro d'ogni partecipante. Verranno altresì sviluppate e revisionate dall'insegnante le attività scritte tramite esercizi grammaticali, dettati e brevi composizioni a scelta da parte dei candidati.

**Note: gli orari potrebbero subire delle variazioni. Gli utenti saranno avvisati in sede d'iscrizione.**

**Corso trimestrale**
10 lezioni da 90 minuti

**Giorno e orario**
martedì 19.00-20.30

**Inizio lezioni**
**10 ottobre**

**Sede**
Scuola Secondaria I grado

**Quota**
€ 85

**Partecipanti**
minimo 10, massimo 20

**Docente: Ileana Tecla Allegri**

Laureata in Mediazione Linguistica (tedesco, inglese e spagnolo) presso la Scuola per interpreti e traduttori, è interprete, traduttrice simultanea, accompagnatrice turistica per gruppi stranieri ed ha tenuto corsi di lingue collaborando con Comuni e Biblioteche della provincia di Verona. Certificato Z.M.P. presso Goethe Institut.

# SPAGNOLO ZERO (A1)

**Corso trimestrale**
10 lezioni da 90 minuti

**Giorno e orario**
martedì 19.00-20.30

**Inizio lezioni**
**10 ottobre**

**Sede**
Scuola Secondaria I grado

**Quota**
€ 85

**Partecipanti**
minimo 10, massimo 20

**Presentazione**
Il corso base di lingua spagnola, che toccherà diversi aspetti della lingua come quelli grammaticali, culturali e lessicali, porterà i partecipanti, al termine del corso, a saper comunicare ed esprimersi in modo elementare, nonché a comprendere lo stretto necessario.
In particolare si imparerà a:

- salutare e presentarsi
- parlare di e descrivere altre persone
- proporre delle attività, accettare/rifiutare un invito
- chiedere e dare consigli

Ovviamente grande rilevanza verrà data alle culture spagnola e sudamericana, andando incontro alle richieste ad agli interessi dei partecipanti al corso.

**Docente: Gloria Mariacci**
Laurea specialistica presso la Facoltá di Lingue e Letteratura Straniere (spagnolo, inglese e tedesco) di Udine, curriculum Lingue per la Comunicazione Internazionale, ha conseguito conseguimento "Máster en Profesora de Secundaria" presso l'Universitá di Valencia (Spagna) è docente di lingua spagnola presso scuole pubbliche e private.

# SPAGNOLO LIVELLO INTERMEDIO (A2 VERSO IL B1)

**Presentazione**

Il corso per falsi principianti di lingua spagnola, che toccherà diversi aspetti della lingua come quelli grammaticali, culturali e lessicali, porterà i partecipanti, al termine del corso, a saper comunicare ed esprimersi con sufficiente autonomia, nonché a comprendere buona parte delle comunicazioni del quotidiano.
In particolare si imparerà a:

- chiedere dove si trovi un luogo e dare indicazioni
- chiedere il permesso e chiedere un favore
- fare complimenti
- parlare al telefono
- prendere parte ad una conversazione colloquiale

Ovviamente grande rilevanza verrà data alle culture spagnola e sudamericana, andando incontro alle richieste ad agli interessi dei partecipanti al corso.

**Chi si iscrive al corso del primo trimestre ha la possibilità di continuare il corso nel secondo trimestre rinnovando l'iscrizione**

**Corsi trimestrali**
10 lezioni da 90 minuti

**Giorno e orario**
martedì 20.45-22.15

**Inizio lezioni**
I trimestre: **10 ottobre**
II trimestre: **23 gennaio**

**Sede**
Scuola Secondaria I grado

**Quota**
€ 85

**Partecipanti**
minimo 10, massimo 20

**Docente: Gloria Mariacci**
Laurea specialistica presso la Facoltá di Lingue e Letteratura Straniere (spagnolo, inglese e tedesco) di Udine, curriculum Lingue per la Comunicazione Internazionale, ha conseguito conseguimento "Máster en Profesora de Secundaria" presso l'Universitá di Valencia (Spagna) è docente di lingua spagnola presso scuole pubbliche e private.

# SPAGNOLO CONVERSAZIONE BASE

**Corso trimestrale**
10 lezioni da 90 minuti

**Giorno e orario**
martedì 20.45-22.15

**Inizio lezioni**
**23 gennaio**

**Sede**
Scuola Secondaria I grado

**Quota**
€ 85

**Partecipanti**
minimo 10, massimo 12

**Presentazione**
I destinatari del corso sono persone con una conoscenza a livello "1" dello spagnolo **(livello A2 in base al quadro di riferimento europeo)** che vogliano migliorare la produzione e comprensione orale.

**Obiettivi**
Comprendere frasi ed espressioni usate frequentemente relative ad ambiti di immediata rilevanza (es. informazioni personali e familiari di base, fare la spesa, la geografia locale, l'occupazione). Comunicare in attività quotidiane che richiedono un semplice scambio di informazioni su argomenti familiari e comuni. Descrivere in termini semplici aspetti della propria vita, dell'ambiente circostante ed esprimere bisogni immediati.

**Metodologia**
Le lezioni saranno interamente in lingua, promuovendo lo sforzo di capire e esprimersi in lingua.

**Argomenti**
Verrà data rilevanza alle necessità dei singoli studenti, nonché agli aspetti culturali del mondo ispano (tramite la visione di video, filmati di canzoni, letture di testi, ecc. che servano come spunti di conversazione).

**Docente: Gloria Mariacci**
Laurea specialistica presso la Facoltá di Lingue e Letteratura Straniere (spagnolo, inglese e tedesco) di Udine, curriculum Lingue per la Comunicazione Internazionale, ha conseguito conseguimento "Máster en Profesora de Secundaria" presso l'Universitá di Valencia (Spagna) è docente di lingua spagnola presso scuole pubbliche e private.

# RUSSO ZERO (A1)

**Destinatari**
Il corso è consigliato a chi non ha mai affrontato lo studio della lingua russa.

**Obiettivo del corso**
Avvicinare i corsisti alla conoscenza della lingua russa e acquisire competenze comunicative di base legate alla vita quotidiana per riuscire e comprendere il contenuto di messaggi e ad interagire in brevi conversazioni.

**Programma**
L'alfabeto russo, lettere in stampatello e corsivo, le vocali - consonanti forti e deboli, consonanti sonore e sorde - pronuncia di parole facili - il sostantivo - i pronomi personali - i pronomi possessivi - risposte complete e risposte brevi - avverbi di luogo "Dove?" - la costruzione "io ho…" - il verbo, il presente, gruppi verbali - i numeri cardinali - il plurale dei sostantivi - casi speciali nella formazione del plurale dei sostantivi

**Metodologia**
Il corso sarà costruito con gradualità in base alla lingua e cultura russa.

**Corso trimestrale**
10 lezioni da 90 minuti

**Giorno e orario**
martedì 19.30-21.00

**Inizio lezioni**
**10 ottobre**

**Sede**
Scuola Secondaria I grado

**Quota**
€ 85

**Partecipanti**
minimo 10, massimo 20

**Docente: Galyna Minchenko**
Lavora in Italia come insegnante, traduttrice di lingua russa, ha tenuto corsi di lingue collaborando con Comuni e Biblioteche della provincia di Verona, lavorava in Centro Polifunzionale Istituto Don Calabria Verona.

# RUSSO PRIMO LIVELLO (A2)

**Corso trimestrale**
10 lezioni da 90 minuti

**Giorno e orario**
martedì 19.30-21.00

**Inizio lezioni**
**23 gennaio**

**Sede**
Scuola Secondaria I grado

**Quota**
€ 85

**Partecipanti**
minimo 10, massimo 20

**Destinatari**
Il corso è consigliato a chi è interessato a riprendere lo studio, partendo da un livello base A1.

**Obiettivo del corso**
Migliorare la conoscenza dei corsisti della lingua russa e acquisire competenze comunicative di base legate alla vita quotidiana, migliorare la conversazione e la pronuncia, scrivere brevi lettere, messaggi, mail.

**Programma**
Il plurale dei pronomi possessivi - i pronomi e gli aggettivi dimostrativi, l'uso - il passato dei verbi. L'uso del verbo "essere" - il prepositivo dei sostantivi - l'uso delle preposizioni B e HA con il prepositivo "Dove?" - pronomi personali al prepositivo - l'accusativo singolare dei sostantivi - l'accusativo dei pronomi personali - le costruzione "come si chiama" - gruppi verbali - come esprimere stato in luogo e moto a luogo, avverbi di luogo e direzione - Il futuro del verbo, la formazione del futuro.

**Metodologia**
Il corso sarà costruito con gradualità in base alla lingua e cultura russa.

**Docente: Galyna Minchenko**
Lavora in Italia come insegnante, traduttrice di lingua russa, ha tenuto corsi di lingue collaborando con Comuni e Biblioteche della provincia di Verona, lavorava in Centro Polifunzionale Istituto Don Calabria Verona.

# ITALIANO PER CINESI LIVELLO A1-A2

**Presentazione**
Corso di italiano per cinesi. Livello elementare.

**Livelli:**
- livello 1: A1 del Quadro Comune Europeo di Riferimento per le lingue (QCER).
- livello 2: A2 del Quadro Comune Europeo di Riferimento per le lingue (QCER).

**Obiettivi**
Il corso di livello elementare (A1-A2) si pone come obiettivo l'acquisizione del lessico, delle conoscenze grammaticali e delle funzioni comunicative di livello elementare.

**Orari delle lezioni**
**livello A1: lunedì 20.30-22.00**
**livello A2: mercoledì dalle 20.30-22.00**

**Corso trimestrale**
10 lezioni da 90 minuti

**Inizio lezioni**
**9 e 11 ottobre**

**Sede**
Scuola Secondaria I grado

**Quota**
€ 85

**Partecipanti**
minimo 10, massimo 20

**Docente: Elisa Guardalben**
Sinologa, laureata a Ca' Foscari, dal 2008 propone corsi di lingua cinese nelle scuole secondarie di II grado a Verona e in Provincia. Si è dedicata dal 2004 al 2015 all'insegnamento dell'italiano L2 ad adulti, ragazzi e bambini stranieri nei corsi di italiano e nei doposcuola di L2 organizzati dal Centro Studi Immigrazione di Verona (CESTIM). Specializzata nella Didattica delle Lingue Moderne presso il Dipartimento di Studi Linguistici e Culturali Comparati dell'Università Ca' Foscari di Venezia (2010-2013), dal 2013 è docente di lingua cinese presso l'IISS Copernico-Pasoli di Verona.

# USO DI TABLET E SMARTPHONE

**Corso trimestrale**
10 incontri da 120 minuti

**Giorno e orario**
mercoledì 20.00-22.00

**Inizio lezioni**
**11 ottobre**

**Sede**
Scuola Secondaria I grado

**Quota**
€ 75

**Partecipanti**
minimo 10, massimo 20

**Presentazione**

I dispositivi mobili, tablet e smartphone sono strumenti ormai di uso quotidiano; il corso è rivolto a chi desidera imparare ad utilizzare le diverse funzionalità di questi dispositivi, in modo più consapevole e adeguato alle proprie necessità; non sono richieste particolari conoscenze specifiche per partecipare al corso. Le lezioni si svolgeranno con esposizione mediante l'ausilio di videoproiettore degli aspetti tecnici, con la visualizzazione passo-passo delle procedure per l'utilizzo dei dispositivi mobili, seguite da esercitazioni pratiche e operative da parte dei partecipanti per la sperimentazione e ripetizione delle spiegazioni esposte. **Per tale motivo si consiglia di portare alle lezioni il proprio tablet o smartphone.**

**Programma**

Si tratteranno i seguenti argomenti: I sistemi operativi (Android e iOS) e le App. La gesture e il touchscreen. Le funzionalità di base. Le procedure preliminari per attivare il tablet o lo smatphone. La gestione degli account. Goolge Play e App Store. Download e gestione delle App. Il menu impostazioni. Le cartelle e i widget. I servizi Web e GPS. Configurare un indirizzo di posta elettronica, inviare e ricevere e-mail. Gli strumenti, funzionalità multimediali e alcune App utili. Connettività, protezione e sicurezza dei dati.

**Docente: Enrico Modena**
Laureato in Economia e Commercio, responsabile dei sistemi informativi e insegnate di informatica.

# GIOIELLI IN CERAMICA BASE



**Presentazione**

La ceramica come forma espressiva per la creazione di gioielli interamente modellati e decorati a mano: lo scopo di questo corso è apprendere le tecniche base della modellatura della creta e della decorazione ceramica per poter realizzare collane, anelli,orecchini e braccialetti originali e creativi.

**Programma**

1. Tecniche base di modellatura della creta: La sfoglia e realizzazione di forme semplici mediante stampi. - Decorazioni impresse: a stampino, a merletto - La perforazione - Il graffito 2. Progetto per una parure di gioielli - Bozzetto preliminare con scelta dei motivi e colori. 3. Modellatura e realizzazione dei gioielli a progetto Prima cottura dei manufatti 4. Descrizione delle tecniche decorative e prove pratiche: - Colori sottovernice - Smalti - Engobbi (applicato alla creta a durezza cuoio) 5. Decorazione finale con tecnica a scelta del progetto parure Invetriatura con cristallina se necessario e seconda cottura dei manufatti 6. Assemblaggio dei gioielli.

**Elenco dei materiali**

Creta; - Strumenti base per la modellatura della creta; - Stampini forme geometriche; - Fogli e carta da lucido, matite; - Colori sottovernice, smalti ceramici, engobbi; - Fili e minuterie metalliche per l'assemblaggio dei gioielli (facoltativo).

**Corso trimestrale**
10 lezioni da 120 minuti

**Giorno e orario**
mercoledì 19.00-21.00

**Inizio lezioni**
**11 ottobre**

**Sede**
Scuola Secondaria I grado

**Quota**
€ 75

**Partecipanti**
minimo 10, massimo 20

**Docente: Simona Schiavolin**

Ceramista, laureata presso l'Accademia di Belle Arti di Verona. Collabora come ceramista e decoratrice presso una cooperativa sociale. Ha frequentato il Corso di aggiornamento "Gioielli caldi" tenutosi dalla ceramista Martha Pachòn sulle terre colorate con la tecnica del Neriage ed Agata presso la Galleria d'arte ceramica e laboratorio Officine Saffi, Milano.

Per info: www.ceramicsartglass.it

# ACQUERELLO

**Corso trimestrale**
10 lezioni da 120 minuti

**Giorno e orario**
mercoledì 20.00-22.00

**Inizio lezioni**
**11 ottobre**

**Sede**
Scuola Secondaria I grado

**Quota**
€ 75

**Partecipanti**
minimo 10, massimo 20

NUOVO!

**Presentazione**
Corso di tecniche umide, acquerello, pastelli e grafite acquerellabile.

**Programma**
Il corso è aperto sia a chi si avvicina per la prima volta alla tecnica dell'acquerello e in generale delle tecniche umide, sia a chi ha la necessità di perfezionare una tecnica già acquisita.
Il corso non segue un programma - percorso rigido, ma si diversifica in base alle esigenze collettive e individuali, che via via emergeranno. È rivolto sia ai neofiti che agli esperti, attraverso la copia di oggetti e composizioni varie, sperimentando le varie tecniche umide su varie tipologie di carte.
Acquerelli, tempera a guazzo, pastelli e grafite acquerellabile su carta

**Materiale d'uso**
Verranno forniti fogli da disegno, matita e gomma, mentre colori ed altro materiale è a carico dell'allievo e verrà concordato assieme all'insegnante.

**Docente: Giovanni Cavassori**
Diplomato al Liceo Artistico di Venezia, insegnate, illustratore, artista figurativo.
Per info: www.giovannicavassori.com

# FOTOGRAFIA DIGITALE
## PRATICA BASE



**Presentazione**
Il corso è diretto a tutti coloro che vogliono imparare ad usare al meglio la propria macchina fotografica digitale, sia essa una compatta una bridge o una reflex. La fotografia è una forma di arte e come tale va studiata, compresa ma soprattutto praticata, per questo motivo durante le lezioni ci saranno momenti pratici con prove di scatto da parte dei partecipanti che metteranno in pratica quanto appreso durante la parte teorica, per tanto è vivamente consigliato portare la propria fotocamera digitale, possibilmente non completamente e unicamente automatica, in modo da poter provare anche i settaggi di tipo manuale.

**Programma**
- Nozioni e concetti teorici di base: Tipi di fotocamere: compatte, bridge e reflex. Le modalità di scatto: program, priorità di diaframma, di tempi e manuale. Le ottiche: fisse e zoom. Autofocus, stabilizzatore, il diaframma, il sensore, l'otturatore - Esposizione: Il rapporto ISO, tempi, diaframma. Uso e lettura della luce della fotocamera. La messa a fuoco. La gestione della profondità di campo - Composizione: Le regole di composizione: come seguirle e quando infrangerle - Generi fotografici: Paesaggi, macro, ritratti, street, still life, reportage, sportiva, naturalistica, notturna e architettonica - Cenni di postproduzione: Correzione dell'esposizione, ritaglio, bilanciamento del bianco.

**Corso trimestrale**
10 lezioni da 120 minuti

**Giorno e orario**
lunedì 20.00-22.00

**Inizio lezioni**
**9 ottobre**

**Sede**
Scuola Secondaria I grado

**Quota**
€ 75

**Partecipanti**
minimo 10, massimo 20

**Docente: Bruna Zavattiero**
Appassionata di fotografia fin dai tempi in cui esisteva solo l'analogico, con la comparsa della fotografia digitale ha saputo integrare la nuova tecnologia con le conoscenze artistiche ed informatiche di fotoritocco.
http://facebook.com/pages/Bruna-Zavattero-photograpy/104924640488

# FOTORITOCCO PRATICO

**Corso trimestrale**
10 lezioni da 120 minuti

**Giorno e orario**
lunedì 20.00-22.00

**Inizio lezioni**
**22 gennaio**

**Sede**
Scuola Secondaria I grado

**Quota**
€ 75

**Partecipanti**
minimo 10, massimo 20

**Presentazione**

Questo corso di fotoritocco è indicato per chi già possiede ed usa la macchina digitale e vuole apprendere tecniche semplici e pratiche per poter ritoccare e migliorare o creare effetti speciali sulle sue foto.
Il corso prevede inoltre l'utilizzo di Photoshop e si prefigge di dare ai partecipanti le nozioni necessarie per potersi muovere con agilità tra i numerosi strumenti ed opzioni del programma. **È necessario portare alle lezioni il proprio pc portatile o tablet.**

**Programma**

Presentazione programmi vari per la gestione delle foto - come importare e archiviare le proprie immagini digitali - metodi di archiviazione - formati digitali delle fotografie (jpg, raw, tif etc) - lo sviluppo: come ottimizzare i colori, la luminosità e la nitidezza delle immagini. Ridurre il rumore digitale - l'istogramma: correzione dell'esposizione e bilanciamento del bianco - utilizzo dei filtri - la conversione in bianco e nero, seppia - l'esportazione e la riduzione dell'immagine per la gestione e l'upload diretto su vari social media - la stampa, casalinga o laboratorio - apertura foto in adobe camera reader, gestione delle luci e ombre - gestione del bilanciamento del bianco - modifiche selettive delle luci e ombre - i livelli questi sconosciuti - le selezioni - rotazione e distorsioni - clonare o sfocare elementi di disturbo - creazione di panoramiche - gestire due foto in una - modificare i colori singolarmente - proteggere le proprie foto: utilizzo watermark - creazione hdr tramite plugin - lifting digitale - automatizzare con le azioni.

**Docente: Bruna Zavattiero**
Appassionata di fotografia fin dai tempi in cui esisteva solo l'analogico, con la comparsa della fotografia digitale ha saputo integrare la nuova tecnologia con le conoscenze artistiche ed informatiche di fotoritocco.
Per saperne di più visita il sito: http://facebook.com/pages/Bruna-Zavattiero-photograpy/104924640488

# XTEND BARRE DANZA E PILATES INSIEME!

**NUOVO!**

**Presentazione**

Tutti i benefici del pilates, insieme alle tecniche di base della danza, dove il corpo ritrova nuovo equilibrio, agilità, elasticità, vitalità, armonia, e completo benessere. **Danza e Pilates insieme,** un allenamento divertente ed energico, che fonde le due tecniche, in una perfetta combinazione di forza e flessibilità unita al lavoro cardiovascolare svolto anche attraverso l'utilizzo della sbarra della danza classica. Il corpo non solo si scolpisce ma si allunga, si tonifica e nel frattempo opera un significativo stretching a livello muscolare. Si hanno benefici in termini di stabilità, di ascolto di se stessi, di potenziamento del centro addominale da cui deriva tutta la forza e l'eleganza di un gesto, oltre al benessere degli organi interni. Il corpo cambia, e migliora soprattutto la postura. La precisione del gesto, l'armonica con il **ritmo**, l'**eleganza e la naturalezza del movimento**, il lavoro dinamico che sollecita il **cuore** e lo fa lavorare in modo giusto.

**Note al corso**

È consigliato un abbigliamento comodo. Tappetino.

**Corso trimestrale**
10 lezioni da 90 minuti

**Giorno e orario**
mercoledì 18.30-20.00

**Inizio lezioni**
**11 ottobre**

**Sede**
Palestra Teatro DIM

**Quota**
€ 75

**Partecipanti**
minimo 10, massimo 20

**Docente: Angela Innesto**

Ballerina Tersicorea, con l'abilitazione alla professione e all'insegnamento. Insegnante di danza Classica e Moderna. Da circa 30 anni insegna la danza, sua compagna di vita, come "Terapia" grazie anche allo studio di specifiche tecniche energetiche e creative, che integrate al movimento trasformano e liberano la conoscenza del proprio Se' interiore. Propone infatti diversi corsi, sia per adulti e bambini, di danza classica, moderna, e danza creativa, e corsi di pilates, posturale, e xtend barre (danza e pilates insieme.

Per maggiori informazioni consultare il sito www.segnidellanima.com

# DANZA POSTURALE

**Corso trimestrale**
10 lezioni da 90 minuti

**Giorno e orario**
mercoledì 18.30-20.00

**Inizio lezioni**
**24 gennaio**

**Sede**
Palestra Teatro DIM

**Quota**
€ 75

**Partecipanti**
minimo 10, massimo 20

**NUOVO!**

**Presentazione**

Correggere gli squilibri della postura è il modo migliore per conquistare il benessere e riaffermare il pieno controllo del proprio corpo. La Danza Posturale come consapevolezza del proprio corpo e del proprio spirito. Per riscoprire la bellezza del nostro essere per esprimere e valorizzare il nostro potenziale, favorendo il contatto con i nostri desideri interiori, per liberarci da tensioni accumulate per ri-conoscere e ri-scoprire il nostro corpo e sentirci in armonia con noi stessi. Per ritrovare tutti i benefici in termini di stabilità, di ascolto di se stessi, di potenziamento del centro addominale da cui deriva tutta la forza e l'eleganza di un gesto, oltre al benessere degli organi interni. Il corpo cambia, e migliora soprattutto la postura. Ogni corso e seduta sarà un occasione preziosa per esplorarsi, ascoltarsi ed attivare una nuova conoscenza di sé, attraverso esercizi di respirazione, rilassamento, stretching e movimento libero.

**Note al corso**

È consigliato un abbigliamento comodo. Tappetino.

**Docente: Angela Innesto**

Ballerina Tersicorea, con l'abilitazione alla professione e all'insegnamento. Insegnante di danza Classica e Moderna. Da circa 30 anni insegna la danza, sua compagna di vita, come "Terapia" grazie anche allo studio di specifiche tecniche energetiche e creative, che integrate al movimento trasformano e liberano la conoscenza del proprio Se' interiore. Propone infatti diversi corsi, sia per adulti e bambini, di danza classica, moderna, e danza creativa, e corsi di pilates, posturale, e xtend barre (danza e pilates insieme.

Per maggiori informazioni consultare il sito www.segnidellanima.com

# GINNASTICA AEROBICA

**Presentazione**

Una lezione di aerobica consiste in una serie di movimenti e passi a tempo di musica che servono a migliorare la resistenza cardiocircolatoria, la flessibilità e la tonificazione muscolare.
La maggior parte dei movimenti si eseguono in piedi; poi ci sarà una parte dedicata agli esercizi a terra per la bonificazione degli addominali, delle gambe e dei glutei.
Infine 6 o 7 minuti di stretching e rilassamento a terra.

**Note**

È consigliato un abbigliamento comodo.

**Chi si iscrive al corso del primo trimestre ha la possibilità di continuare il corso nel secondo trimestre rinnovando l'iscrizione**

**2 Corsi trimestrali**
10 lezioni + 10 lezioni

**Giorno e orario**
lunedì 18.30-19.30

**Inizio lezioni**
I trimestre: **9 ottobre**
II trimestre: **22 gennaio**

**Sede**
Scuola Secondaria I grado

**Quota**
€ 75

**Partecipanti**
minimo 10, massimo 20

**Docente: Margherita Mutti**
Istruttrice di aerobica. I miei interessi oggi si concentrano sullo studio di una danza orientale. Ho frequentato nel 2005-2006 un corso di formazione professionale di danza orientale riconosciuto alla F.I.P.D.
Insegno da 5 anni per l'Università del Tempo Libero di Valeggio s/Mincio.

# DANZA DEL VENTRE BASE



**2 Corsi trimestrali**
10 lezioni + 10 lezioni

**Giorno e orario**
lunedì 19.30-20.30

**Inizio lezioni**
I trimestre: **9 ottobre**
II trimestre: **22 gennaio**

**Sede**
Scuola Secondaria I grado

**Quota**
€ 75

**Partecipanti**
minimo 10, massimo 20

**Presentazione**
La Danza del Ventre è una danza femminile e intima, i suoi movimenti melodici e ritmici portano ad una maggiore conoscenza e consapevolezza del proprio corpo. Questa danza lavora principalmente sul bacino, ma non solo: si lavora anche sul busto, le braccia, e le mani. I movimenti e i passi della danza del ventre sono accompagnati da musiche Baladi o popolari.- Al corso possono essere ammesse anche persone senza una particolare conoscenza delle basi
La Danza del Ventre è una danza femminile, sensuale e gioiosa. È adatta a tutte le età. Nelle prime lezioni di Danza del Ventre insegnerò i passi base in modo da integrare le allieve principianti con quelle intermedie. In seguito insegnerò una coreografia arabo-flamenco.

**Note**
È consigliato un abbigliamento comodo.

**Chi si iscrive al corso del primo trimestre ha la possibilità di continuare il corso nel secondo trimestre rinnovando l'iscrizione**

**Docente: Margherita Mutti**
Istruttrice di aerobica. I miei interessi oggi si concentrano sullo studio di una danza orientale. Ho frequentato nel 2005-2006 un corso di formazione professionale di danza orientale riconosciuto alla F.I.P.D.
Insegno da 5 anni per l'Università del Tempo Libero di Valeggio s/Mincio.

# BIOENERGETICO PRIMO LIVELLO

**NUOVO!** **Conoscere il nostro corpo attraverso i meridiani**

**Presentazione**

Il corso, di primo livello, porterà alla scoperta dei meridiani energetici che ci percorrono -gli stessi che vengono usati in agopuntura cinese-. Conoscere il loro percorso e soprattutto le funzioni ci permette, all'occorrenza, di ristabilire la nostra salute.

Andremo inoltre a conoscere come l'alimentazione errata o le abitudini di vita, influiscano negativamente su tutti gli aspetti del corpo (bioenergia, pensiero, salute). Andremo a stabilire e riconoscere i 5 livelli di malattia e guarigione.

**Corso trimestrale**
10 lezioni da 120 minuti

**Giorno e orario**
martedì 20.00-22.00

**Inizio lezioni**
**10 ottobre**

**Sede**
Scuola Secondaria I grado

**Quota**
€ 75

**Partecipanti**
minimo 10, massimo 20

**Docente: Zeno Ambrosi**
Operatore shiatsu.

# BIOENERGETICO LIVELLO AVANZATO

**Corso trimestrale**
10 lezioni da 120 minuti

**Giorno e orario**
martedì 20.00-22.00

**Inizio lezioni**
**23 gennaio**

**Sede**
Scuola Secondaria I grado

**Quota**
€ 75

**Partecipanti**
minimo 10, massimo 15

**I CHAKRA E L'ALIMENTAZIONE**

**Presentazione**
In questo livello avanzato, andremo a capire come i Chakra influiscono sulla nostra salute e quindi andremo a capire come stabilire il giusto funzionamento energetico. Andremo a localizzarli con precisione e capiremo come trattarli. Poi parleremo di alimentazione e delle funzioni energetiche del cibo.

**Docente: Zeno Ambrosi**
Operatore shiatsu.

# RIEDUCAZIONE POSTURALE MÉZIÈRES

**NUOVO!**

**Presentazione** La rieducazione posturale Mézières è una tecnica riabilitativa ad approccio sistemico che, attraverso il ripristino della simmetria del sistema muscolo-scheletrico, determina il recupero funzionale, previene la degenerazione patologica degli squilibri posturali e migliora la qualità del gesto motorio. Secondo la metodica Mézières la causa dell'insorgenza del sintomo doloroso è il conflitto meccanico, che è determinato dal progressivo accorciamento asimmetrico dei muscoli agenti sulle articolazioni. Con la rieducazione posturale si agisce sulle articolazioni attraverso il riequilibrio delle forze muscolari e attraverso l'aumento della capacità di lavoro del sistema mio-fasciale.

**Programma:** si agisce sia in modo analitico, riequilibrando le forze mio-fasciali che generano i conflitti meccanici articolari locali che causano il sintomo, che sistemico, riequilibrando i fattori mio-fasciali che alterano il corretto assetto posturale. Nel corso delle sedute si valuterà la propria postura attraverso un auto-esame obiettivo statico e dinamico, si analizzeranno i dolori "nascosti", si eseguiranno lavori sul tratto cranio-vertebro-sacrale, utilizzando la respirazione terapeutica e contrazioni isometriche in massimo allungamento in diverse posture, oltre a lavori specifici su vari distretti corporei (cranio, osso ioide, articolazione temporo-mandibolare, distretto infrascapolare, articolazione del piede). Il metodo è rivolto a tutti e in particolare a persone con problematiche: vertebrali (scoliosi, iperlordosi, cifosi, compressione dei dischi intervertebrali e relative radicolopatie, sciatalgia, cervico-brachialgia, ecc.), articolari (artrosi, conflitto scapolo-omerale, coxartrosi, gonartrosi, ecc.), muscolari (lombalgia, torcicollo, mialgie, ecc.), dismorfiche (locking/sublussazione temporomandibolare, ginocchia vare o valghe, piede piatto o cavo, cedimento arco anteriore plantare, alluce valgo, ecc.).

**Corso trimestrale**
10 lezioni da 90 minuti

**Giorno e orario**
lunedì 19.00-20.30

**Inizio lezioni**
**22 gennaio**

**Sede**
Scuola Secondaria I grado

**Quota**
€ 75

**Partecipanti**
minimo 10, massimo 20

**Docente: Ina Rakovac**

# LINGUA LATINA BASE (A1)

**Corso trimestrale**
10 lezioni da 90 minuti

**Giorno e orario**
lunedì 20.00-21.30

**Inizio lezioni**
**9 ottobre**

**Sede**
Scuola Secondaria I grado

**Quota**
€ 75

**Partecipanti**
minimo 10, massimo 20

NUOVO!

**Presentazione**

Il corso di Latino A1, tenuto da una giovane docente appassionata di Lettere Classiche, coautrice di un manuale scolastico di Latino per le scuole superiori (edito da Zanichelli), non è finalizzato soltanto all'apprendimento delle strutture grammaticali, logiche e sintattiche del latino, ma anche alla riflessione su una lingua e una cultura alla radice della nostra civiltà. Al termine del corso i partecipanti saranno in grado di comprendere (e contestualizzare) brevi passi in lingua, analizzarne forma e contenuto, conoscere l'etimologia e la - magari inaspettata! - storia evolutiva di termini e locuzioni propri dell'italiano e dei volgari, da cui si svilupparono i nostri dialetti. Inoltre, grazie alla scoperta dei lati artistici e socio-culturali più affascinanti dell'universo classico, le nostre tradizioni assumeranno un significato diverso, un valore più profondo, una preziosità maggiore, e i vantaggi della conoscenza del latino si contorneranno di una luce finalmente chiara.

**Docente: Jennifer Bertasini**

Laureata in Filologia e Storia dell'Antichità (110 e Lode) presso l'Università di Pisa, è docente di Lettere Classiche e Moderne presso scuole secondarie e centri post-diploma. Ha collaborato alla creazione di un manuale di Latino per i licei (edito da Zanichelli) e al progetto multimediale a esso collegato. Autrice di romanzi per ragazzi (Mandorle e Arance, vergato all'età di 19 anni, è l'opera a cui è più legata), racconti, saggi e spettacoli teatrali, le sue opere si sono aggiudicate svariati riconoscimenti nazionali e internazionali.

# VERONA E IL SUO TERRITORIO

## ALLA SCOPERTA DI STORIA, ARTE, CULTURA

**Presentazione:** come già negli Anni Accademici passati il corso prosegue con la collaudata formula che alterna lezioni in aula a uscite guidate di approfondimento. Questa edizione continua la storia di Verona e, dopo il periodo romano e quello medievale, affronterà la prima parte della lunga stagione veneziana, alla scoperta dei secoli XV e XVI.

**Programma:** nel **primo trimestre** si partirà dalla fine della Signoria Scaligera per arrivare alla lunga dominazione della Serenissima Repubblica, passando per il breve intermezzo dei Visconti e dei Carraresi. Gli incontri permetteranno di scoprire la ricchezza culturale e artistica anche di quest'epoca tra Pisanello e Mantegna. Nel **secondo trimestre** si proseguirà tra lezioni e visite guidate con il XVI secolo, approfondendo da un lato la figura di Michele Sanmicheli e l'architettura militare e dall'altro quella di Paolo Veronese e la stagione d'oro della pittura veneta.

**Calendario degli incontri: primo trimestre** mercoledì 18 ottobre, sabato 28 ottobre, mercoledì 8 novembre, sabato 18 novembre, mercoledì 29 novembre, sabato 9 dicembre, mercoledì 20 dicembre. **Secondo trimestre** mercoledì 10 gennaio, sabato 20 gennaio, mercoledì 31 gennaio, sabato 10 febbraio, mercoledì 21 febbraio, sabato 3 marzo, mercoledì 14 marzo.

**Note: chi si iscrive al corso del primo trimestre ha la possibilità di continuare il corso nel secondo trimestre rinnovando l'iscrizione.**

**Il calendario potrebbe subire delle variazioni.**

**Corso trimestrale**
incontri e uscite didattiche

**Giorno e orario**
mercoledì 20.30-22.00
sabato 9.30-12.30

**Inizio lezioni**
I trimestre: **18 ottobre**
II trimestre: **da definirire**

**Sede**
Scuola Secondaria I grado

**Quota**
€ 75

**Partecipanti**
minimo 10

**Docente: Giulia Sartea**
Storica dell'arte, guida turistica autorizzata per Verona, città e provincia, con particolare riguardo a itinerari didattici e culturali, rivolti a gruppi scolastici e di adulti. Insegna presso l'Università Popolare di Sona e presso l'Università del Tempo Libero di Castel d'Azzano. Collabora con i civici musei veronesi.

# GLI AUTORI, VERONA, L'AMORE

[ MINI-CORSI ]

**Mini-corso**
10 lezioni da 120 minuti

**Giorno e orario**
martedì 20.00-22.00

**Inizio lezioni**
**10 ottobre**

**Sede**
Scuola Secondaria I grado

**Quota**
€ 50

**Partecipanti**
minimo 10, massimo 20

**NUOVO!**

**Presentazione**

Un'avventura storico-letteraria della durata di due millenni. Tra i fili conduttori, scorgeremo le donne e l'amore, i viaggi e l'animo umano, stagliati su uno sfondo d'eccezione: i suggestivi palazzi veronesi e le onde assolate del Lago di Garda

**Programma**

- I incontro. Catullo: le ville sul Garda, il paesaggio lacustre, la passione.
- II incontro. Dante e gli Scaligeri, Beatrice, il palio di Verona.
- III incontro. Petrarca: gli amori e il ritiro sui Colli Euganei, tra lusso e religione.
- IV incontro. Goldoni: nuove figure di donna si profilano su uno sfondo lagunare.
- V incontro. Arte, amori, letteratura nel Vittoriale di D'Annunzio.

**Docente: Jennifer Bertasini**

Laureata in Filologia e Storia dell'Antichità (110 e Lode) presso l'Università di Pisa, è docente di Lettere Classiche e Moderne presso scuole secondarie e centri post-diploma. Ha collaborato alla creazione di un manuale di Latino per i licei (edito da Zanichelli) e al progetto multimediale a esso collegato. Autrice di romanzi per ragazzi (Mandorle e Arance, vergato all'età di 19 anni, è l'opera a cui è più legata), racconti, saggi e spettacoli teatrali, le sue opere si sono aggiudicate svariati riconoscimenti nazionali e internazionali.

# MEDEA

## MAGA, FANCIULLA INNAMORATA…ASSASSINA?



NUOVO!

**Presentazione**

La vicenda di Medea, erede di Circe, principessa della Colchide e discendente del Sole, ci affascina da millenni. Durante il nostro percorso, dal V secolo a. C. alla contemporaneità, ripercorreremo le più significative declinazioni del suo mito, spaziando tra il mondo greco e quello latino, tra i generi del teatro, del romanzo e della cinematografia. E scopriremo i reconditi segreti di un animo misterioso, ambiguo e tormentato, conteso da passioni totalizzanti, a noi innegabilmente vicine.

**Programma**

- I incontro. Argonautiche, Apollonio Rodio: Medea innamorata, tra notti insonni e fanciulleschi tormenti.
- II incontro. Metamorfosi, Ovidio: Medea ambigua maga, tra filtri d'amore e turpi rituali.
- III incontro. Medea, Euripide: Medea figlia del Sole, orgogliosa amante tradita. Medea, Seneca: Medea accusata, assassina della sua stessa progenie.
- IV incontro. Medea nel cinema: le esotiche interpretazioni di Pasolini e Lars von Trier.
- V incontro. Medea. Voci, Wolf: Medea alternativa, emblema della modernità del mito. Le molteplici declinazioni di Medea, tra arte figurativa e musicale.

**Mini-corso**
10 lezioni da 120 minuti

**Giorno e orario**
martedì 20.00-22.00

**Inizio lezioni**
**10 ottobre**

**Sede**
Scuola Secondaria I grado

**Quota**
€ 50

**Partecipanti**
minimo 10, massimo 20

**Docente: Jennifer Bertasini**

Laureata in Filologia e Storia dell'Antichità (110 e Lode) presso l'Università di Pisa, è docente di Lettere Classiche e Moderne presso scuole secondarie e centri post-diploma. Ha collaborato alla creazione di un manuale di Latino per i licei (edito da Zanichelli) e al progetto multimediale a esso collegato. Autrice di romanzi per ragazzi (Mandorle e Arance, vergato all'età di 19 anni, è l'opera a cui è più legata), racconti, saggi e spettacoli teatrali, le sue opere si sono aggiudicate svariati riconoscimenti nazionali e internazionali.

# MAI PIÙ STRESS

[ MINI-CORSI ]

**Mini-corso**
5 incontri da 120 minuti

**Giorno e orario**
mercoledì 20.00-22.00

**Inizio lezioni**
**11 ottobre**

**Sede**
Scuola Secondaria I grado

**Quota**
€ 50

**Partecipanti**
minimo 10

**NUOVO!** **Contro la frenesia della vita moderna**

**Presentazione**
Impareremo a rilassarci sia fisicamente che mentalmente, a staccare dai problemi e dalle preoccupazioni quotidiane ed acquisiremo strumenti semplici e sempre alla portata per far fronte ai momenti più difficili della nostra vita. Vedremo come si può fare per prestare attenzione aperta e sincera ai diversi aspetti del nostro mondo interiore e a quello che ci circonda per riuscire a trovare pace e serenità al di là degli eventi che ci travolgono. Impareremo a considerare i pensieri come eventi mentali e a coltivare un atteggiamento di accettazione, compassione ed empatia nei riguardi di noi stessi e degli altri.

**Programma**
Gli argomenti che affronteremo sono i seguenti: imparare a rilassarci e a prendere contatto con il corpo, percepire le emozioni e osservare i pensieri, esplorare le difficoltà e imparare nuovi modi di guardare agli eventi, sviluppare la compassione e l'amichevolezza, sviluppare la capacità di fare scelte consapevoli.

**Docente: Marzia Sandri**
Counselor relazionale, insegnante di Raja Yoga. Tiene conferenze, corsi, cicli di incontri e serate di divulgazione sulla meditazione, sulle tecniche di comunicazione consapevole, sui problemi di coppia e di relazione e sulla crescita personale. In qualità di giornalista ed esperta di comunicazione svolge l'attività di consulente e formatrice sui temi della comunicazione, dello sviluppo della leadership, della gestione delle emozioni e dei rapporti interpersonali. Riceve privatamente per colloqui individuali, familiari e di gruppo.

# IO SONO QUI TU DOVE SEI?

**NUOVO!** **Relazioni in armonia**

**Presentazione**

Le relazioni interpersonali rappresentano uno degli ingredienti principali di una vita serena e ricca di soddisfazioni, nella coppia, con gli amici, sul lavoro. Eppure questo importante aspetto viene per lo più lasciato al caso, convinti come siamo che avere buone relazioni dipenda dalla fortuna o dal frequentare le persone "giuste". In realtà alla base di tutto stanno delle ben precise qualità e capacità che ciascuno di noi può imparare e sviluppare.

**Programma**

Gli argomenti che affronteremo sono i seguenti: prendere contatto con se stessi, con le proprie emozioni e i propri bisogni, imparare a contattare l'altro, nuovi modi di comunicare, la gestione del conflitto.

**Mini-corso**
5 incontri da 120 minuti

**Giorno e orario**
mercoledì 20.00-22.00

**Inizio lezioni**
**24 gennaio**

**Sede**
Scuola Secondaria I grado

**Quota**
€ 50

**Partecipanti**
minimo 10

**Docente: Marzia Sandri**

Counselor relazionale, insegnante di Raja Yoga. Tiene conferenze, corsi, cicli di incontri e serate di divulgazione sulla meditazione, sulle tecniche di comunicazione consapevole, sui problemi di coppia e di relazione e sulla crescita personale. In qualità di giornalista ed esperta di comunicazione svolge l'attività di consulente e formatrice sui temi della comunicazione, dello sviluppo della leadership, della gestione delle emozioni e dei rapporti interpersonali. Riceve privatamente per colloqui individuali, familiari e di gruppo.

# ALLA RICERCA DELLE NOSTRE EMOZIONI

[ MINI-CORSI ]

**Mini-corso**
5 incontri da 120 minuti

**Giorno e orario**
mercoledì 20.00-22.00

**Inizio lezioni**
**28 febbraio**

**Sede**
Scuola Secondaria I grado

**Quota**
€ 50

**Partecipanti**
minimo 10

NUOVO!

**Presentazione**

A scuola impariamo la geografia, la matematica, il francese, a disegnare e a fare ginnastica… cosa impariamo a proposito delle emozioni? Niente! Davanti ad una lite in ascensore o per un parcheggio siamo completamente impreparati, non sappiamo nulla a proposito del lutto, nulla sul controllo della paura, niente sulla sana espressione della collera.

L'intelligenza è una risorsa importante, ma se a questa non sappiamo affiancare la capacità di percepire con precisione il nostro stato emotivo, a dargli un nome e ad esprimerlo adeguatamente, sarà difficile per noi, raggiungere i risultati desiderati in ogni campo della nostra vita. Impariamo a farlo insieme!

**Programma**

Gli argomenti che affronteremo sono i seguenti: le sei emozioni di base, il colore delle emozioni, il quoziente emotivo, esprimere le emozioni in maniera costruttiva, come affrontare le emozioni "difficili".

**Docente: Marzia Sandri**

Counselor relazionale, insegnante di Raja Yoga. Tiene conferenze, corsi, cicli di incontri e serate di divulgazione sulla meditazione, sulle tecniche di comunicazione consapevole, sui problemi di coppia e di relazione e sulla crescita personale. In qualità di giornalista ed esperta di comunicazione svolge l'attività di consulente e formatrice sui temi della comunicazione, dello sviluppo della leadership, della gestione delle emozioni e dei rapporti interpersonali. Riceve privatamente per colloqui individuali, familiari e di gruppo.

# EMOTIVAMENTE ALZHEIMER



NUOVO!

**Programma**

1° incontro D.ssa Miozzi Francesca

"Alzheimer: sintomi, fasi ed evoluzione della malattia" In tale incontro verrà illustrata la sintomatologia cognitiva e non cognitiva, e come si evolve la demenza nel corso del tempo. Sarà l'occasione per dare anche suggerimenti adeguati per un corretto approccio relazionale con la persona malata.

2° incontro D.ssa Miozzi Francesca "Sento, dunque sono: le emozioni nell'Alzheimer" In tale incontro ci si concentrerà sull'aspetto emotivo nelle persone malate di Alzheimer. È vero che dimenticano, ma si emozionano ancora. In tale occasione, verrà anche presentato un volume, "Fiabe dell'anima", nel quale sono state raccolte alcune fiabe realizzate dagli anziani ospiti con declino cognitivo di grado moderato dell'I.P.A.B. Centro Anziani di Bussolengo. Una terapia originale che valorizza l'aspetto emotivo, la creatività e l'umanità degli anziani e che dimostra l'antico potere terapeutico delle storie.

3° incontro D.ssa Merlini Federica Le terapie non farmacologiche. I bisogni fondamentali degli esseri umani: attaccamento e accudimento. Come sono implicati nella demenza di Alzheimer? Possono essere utili nella sua gestione?

4° incontro D.ssa Merlini Federica Il familiare della persona affetta da m. di Alzheimer: quali bisogni?

5° incontro Riflessione e condivisione finale di esperienze personali (D.ssa Miozzi e Merlini).

**Mini-corso**
5 lezioni da 120 minuti

**Giorno e orario**
lunedì 20.00-22.00

**Inizio lezioni**
**22 gennaio**

**Sede**
Scuola Secondaria I grado

**Quota**
€ 50

**Partecipanti**
minimo 10, massimo 15

**Docenti: Francesca Miozzi e Federica Merlini**
Psicoterapeute.
Per info: www.federicamerlini.it

# CONVERSAZIONI SULLA MUSICA



**Mini-corso**
5 lezioni da 120 minuti

**Giorno e orario**
mercoledì 20.00-22.00

**Inizio lezioni**
**11 ottobre**

**Sede**
Scuola Secondaria I grado

**Quota**
€ 50

**Partecipanti**
minimo 10

**NUOVO!**

**Presentazione**

Il corso si pone l'obiettivo di provare a svelare la meravigliosa magia della musica, analizzando gli elementi che ne costituiscono il linguaggio. Senza porre barriere fra i generi, si cercherà di capire il significato espressivo ed il valore di alcune composizioni attraverso l'ascolto guidato di brani presi dal repertorio colto ed anche dalla musica leggera. Le lezioni avranno una struttura non troppo predeterminata e si svilupperanno secondo la forma della libera conversazione traendo spunto dalle osservazioni e dalle richieste di chi vi partecipa.

**Docente: Eros Roselli**

Musicista dai molteplici interessi, Eros Roselli è diplomato in chitarra e svolge attività concertistica. Si è laureato in sociologia all'Università di Trento con una tesi sulla musica contemporanea. È docente di chitarra presso il Conservatorio di Musica di Mantova, dove, nel periodo 2010/2013 ha anche svolto l'incarico di Direttore. L'attività di Eros Roselli è descritta in www.erosroselli.it.

# ADOLESCENZA 2.0
## ISTRUZIONI PER L'USO



NUOVO!

**Presentazione e programma**

Durante gli incontri si approfondiranno vari aspetti della vita dell'adolescente e della sua famiglia, per comprendere come poter attraversare questa delicata transizione in modo funzionale. Ogni incontro prevede una breve parte teorica, è una seconda parte di laboratori di gruppo sulle tematiche affrontate.

- **Essere genitori di un adolescente nel 2017,** come costruire un rapporto di fiducia con i figli adolescenti, per accompagnarli nella ricerca di sé.
- **La mente adolescente, capirli per comprenderli**, breve panoramica dei meccanismi cerebrali che influenzano il comportamento degli adolescenti.
- **A mente lucida! Gestione dei conflitti,** come gestire in modo funzionali i conflitti attraverso un dialogo costruttivo.
- **Comportamenti a rischio, quali interventi per prevenirli,** come scuola e famiglia possono essere efficaci nella prevenzione di condotte a rischio.
- **Non solo genitori: la complessità del sé,** prepararsi all'indipendenza dei figli attraverso la consapevolezza delle proprie risorse e molteplici ruoli nella società
- **Tra quartiere e famiglia: una comunità che educa**, il territorio ha un ruolo fondamentale nella crescita armonica degli adolescenti. la costruzione di una rete con le realtà presenti nella comunità.

**Mini-corso**
5 lezioni da 120 minuti

**Giorno e orario**
lunedì 20.30-22.30

**Inizio lezioni**
**22 gennaio**

**Sede**
Scuola Secondaria I grado

**Quota**
€ 50

**Partecipanti**
minimo 10, massimo 20

**Docente: Agnese Cadura**

Laureata in Psicologia dello Sviluppo e dell'educazione, psicoterapeuta in formazione. Attualmente si occupa di bambini e ragazzi con autismo e sviluppo di comunità. Ha svolto un'esperienza di tirocinio presso una comunità educativa per adolescenti allontanati dalle famiglie, e presso un servizio di psicologia dell'età evolutiva dell'Ulss 22. Da anni svolge attività di volontariato con adolescenti.

# ALIMENTAZIONE E NUTRIZIONE

[ MINI-CORSI ]

**Mini-corso**
5 lezioni da 120 minuti

**Giorno e orario**
mercoledì 20.00-22.00

**Inizio lezioni**
**11 ottobre**

**Sede**
Scuola Secondaria I grado

**Quota**
€ 50

**Partecipanti**
minimo 10, massimo 20

NUOVO!

**Programma**

Lezione 1: Introduzione ai principi base della nutrizione umana. Come si è evoluto il nostro modo di mangiare dalla preistoria ai tempi moderni. Lezione 2: l'alimentazione e le patologie correlate
Come il nostro modo di alimentarci influisce sul benessere fisico e psicologico. Lezione 3: diete a confronto: paleo dieta o vegana? Zona o Mediterranea? Come evitare di intraprendere diete rischiose per la salute
Lezione 3: allergie e intolleranze alimentari: imparare a riconoscerle e come rimediare con l'alimentazione. Lezione 4: dieta e cancro: quali sono gli alimenti che ci proteggono? E quali ci mettono a rischio di sviluppare tumori?
Lezione 5: la salute nel carrello: come modificare la nostra alimentazione per vincere le insidie del mercato.

**Docente: Matteo Pasetto**
mi chiamo Matteo Pasetto e sono laureato in Scienze Biologiche a pieni voti presso l'Università Alma Mater Studiorum di Bologna. Da sempre lavoro nel campo della ricerca biomedica. I miei studi mi hanno portato ad approfondire le mie conoscenze sul metabolismo cellulare grazie anche a due anni di lavoro trascorsi presso il più importante istituto di ricerca e salute degli Stati Uniti, i National Institutes of Health, di Bethesda (Maryland). Collaboro con la rivista "La voce di Mantova" e con il programma di divulgazione scientifica "Dica 33", trasmesso da TeleArena.

# ARTE DELL'ACCOGLIENZA



Come rinnovare ambienti e renderli accoglienti e come accogliere gli ospiti. Per ambienti residenziali, uffici, B&B, agriturismi.

**Presentazione:** spesso basta qualche ritocco "fai da te" per rinnovare un ambiente e renderlo accogliente: cambiare colore ad una parete, disporre diversamente l'arredo, cambiare qualche tessuto, studiare la giusta illuminazione. Rendi accogliente la tua abitazione per ritrovare benessere con i tuoi cari dopo giornate intense di lavoro ed accogliere gli ospiti in ambienti sereni. Rinnova anche l'ambiente lavorativo dove passi molte ore, per alleviare lo stress. Se hai un'attività Micro-ricettiva (B&B, agriturismo) crea un'ambiente accogliente ed accattivante per farti scegliere dai clienti in internet… e farli tornare! La sfida è rinnovare spendendo poco… perché "bello non vuol dire costoso"! Tratteremo i seguenti argomenti:
• Come "alleggerire" gli ambienti facendo "DE-CLUTTERING" che significa eliminare il superfluo quindi tutto ciò che non usiamo… per migliorare anche la nostra vita interiore ed emotiva lasciando andare ricordi negativi.
• Basi dell'ARREDAMENTO, l'abbinamento dei COLORI e dei materiali, cenni di Feng Shui, illuminazione. • "MISE EN PLACE" per imparare ad apparecchiare correttamente ma con semplicità la tavola; una bella tavola ordinata ed armoniosa predispone la famiglia a stare bene insieme ed indica attenzione e cura verso gli ospiti. Allestiremo e decoreremo la tavola secondo il tipo di evento, il menù, la stagione e la circostanza. • Regole di GALATEO per essere buoni padroni di casa ma anche ospiti educati; comportarsi con buone maniere è segno di rispetto, di eleganza e ci fa sentire adeguati in ogni situazione.

**Mini-corso**
5 incontri da 120 minuti

**Giorno e orario**
martedì 20.00-22.00

**Inizio lezioni**
**10 ottobre**

**Sede**
Scuola Secondaria I grado

**Quota**
€ 50

**Partecipanti**
minimo 10, massimo 20

**Docente: Marina Cauzzi**
Svolgo attività di consulenza e progettazione di arredamento di interni, direzione lavori, sono una Home Stager professionista.

# MS-EXCEL PRATICO

**Mini-corso**
5 lezioni da 120 minuti

**Giorno e orario**
martedì 20.00-22.00

**Inizio lezioni**
**10 ottobre**

**Sede**
Scuola Secondaria I grado

**Quota**
€ 50

**Partecipanti**
minimo 10, massimo 20

**NUOVO!**

**Presentazione:** Dan Bricklin stava assistendo ad una lezione di un suo professore universitario che aveva scritto una complicata sequenza di calcoli sulla lavagna. Il professore si accorse di aver commesso un errore e dovette cancellare tutti i calcoli e riprendere da capo. In quel momento Dan Bricklin intuì che l'intera sequenza poteva essere replicata da un computer, che avrebbe reso praticamente immediato il ricalcolo dopo la correzione e sviluppò questa idea: nacque così il primo foglio elettronico. Il foglio elettronico utilizzato nel minicorso sarà Excel, il foglio elettronico attualmente più diffuso che è stato sviluppato dalla Microsoft.

Le lezioni si svolgeranno con esposizione mediante l'ausilio di videoproiettore degli aspetti tecnici, con la visualizzazione passo-passo delle procedure per l'utilizzo di excel, seguite da esercitazioni pratiche e operative da parte dei partecipanti per la sperimentazione e ripetizione delle spiegazioni esposte. Per la partecipazione al corso è sufficiente una conoscenza base del computer e del sistema operativo.

Programma: si tratteranno i seguenti argomenti, con esercitazioni pratiche: introduzione al foglio elettronico excel: accedere al programma e salvare i files. Le barre di excel - operazioni sulle cartelle e sui fogli di lavoro, la navigazione e le selezioni - le celle e gli indirizzi, la formattazione, le formule e le funzioni - la stampa dei fogli di lavoro.

**Note: È necessario portare alle lezioni il proprio pc portatile o tablet.**

**Docente: Enrico Modena**
Laureato in Economia e Commercio, responsabile dei sistemi informativi e insegnate di informatica.

# CONOSCI I TUOI DIRITTI

**Programma**

- CONDOMINIO, problematiche tra condomini
- MATRIMONIO, istituto, regime giuridico, conseguenze, separazione/divorzio
- SUCCESSIONI
- GESTIONE DELLA CRISI D'IMPRESA E DA SOVRAINDEBITAMENTO: responsabilità e rimedi per superare l'indebitamento di imprese e individui
- ESECUZIONI MOBILIARI E IMMOBILIARI: pignoramenti, aste giudiziarie ecc.

**Mini-corso**
5 lezioni da 120 minuti

**Giorno e orario**
lunedì 20.00-22.00

**Inizio lezioni**
**9 ottobre**

**Sede**
Scuola Secondaria I grado

**Quota**
€ 50

**Partecipanti**
minimo 10, massimo 20

**Docente: Silvia Fiorio**
Avvocato del Foro di Verona.

# ANDARE A VELA LE BASI

[ MINI-CORSI ]

**Mini-corso**
4 lezioni da 90 minuti

**Giorno e orario**
lunedì 20.00-22.30

**Inizio lezioni**
**9 ottobre**

**Sede**
Scuola Secondaria I grado

**Quota**
€ 50 + € 20 per materiali

**Partecipanti**
minimo 10, massimo 20

**NUOVO!**

**Presentazione**

L'iniziativa si rivolge a chi desidera avvicinarsi alla navigazione a vela con o senza esperienza nautica. Per apprendere i fondamentali della vela è stato impostato uno specifico e collaudato modulo formativo, costituito da quattro lezioni teoriche in aula della durata complessiva di 10 ore. Le lezioni sono supportate da audiovisivi e dal correlato materiale didattico che sarà consegnato al primo incontro. Chi vorrà praticare le nozioni acquisite in aula, previo accordo su base volontaria, avrà anche la possibilità di navigare a bordo di imbarcazioni cabinate, grazie ad apposite uscite didattiche sul lago di Garda assieme a skipper esperti.

**Programma**

- L'armamento e lo scafo
- Le caratteristiche dell'imbarcazione
- Attrezzatura di coperta
- Attrezzatura interna ed impiantistica
- Strumenti per la navigazione
- Dotazioni di sicurezza a bordo, Meteorologia e Normativa

**Docente: Marco Clementi**
Istruttore FWI (Funboard Windsurf International) e FKI (Kitsurf) del CSEN riconosciuto CONI/FIV con collaudata esperienza velistica e nelle regate. Le lezioni saranno supportate anche dallo staff Univela del Cral Unicredito Verona.

# ELEMENTI DI EDUCAZIONE FINANZIARIA

**Programma**
1) Consapevolezza Finanziaria
2) Analisi Comportamentale
3) Mercato e strumenti finanziari

**Note al corso**
**È NECESSARIA L'ISCRIZIONE PRESSO UFFICIO INFORMAGIOVANI.**

**Corso trimestrale**
3 lezioni da 60 minuti

**Giorno e orario**
martedì 15.00-16.00

**Inizio lezioni**
**23 gennaio**

**Sede**
Scuola Secondaria I grado

**Partecipanti**
minimo 10, massimo 20

**Docente: Andrea Ferrari**
Laureato in Economia e Commercio, due Master in materie economiche finanziarie ed una ventennale esperienza bancaria, pianificazione di patrimoni e tutela del risparmio. Svolgo l'attività di consulente finanziario.

# CAPIAMOCI!

## ITALIANO PER DONNE STRANIERE (A1 VERSO A2)

**Corso trimestrale**
10 incontri da 120 minuti

**Giorno e orario**
mercoledì 9.30 - 11.30

**Inizio lezioni**
**11 ottobre**

**Sede**
Biblioteca Comunale

**Partecipanti**
massimo 10

**Presentazione:** sapere l'italiano permette di accedere con più facilità ai servizi e al mondo del lavoro, ma soprattutto rappresenta il primo passo verso l'integrazione, non è solo un mero strumento di comunicazione, ma la possibilità di scambio e di incontro con una cultura diversa. Il corso, pur offrendo un percorso di insegnamento dell'italiano qualificato e significativo, partirà dalla realtà quotidiana delle donne coinvolte e si baserà sui bisogni comunicativi e di orientamento avvertiti e sperimentati ogni giorno.

**Metodo** Lettura, dialogo, ascolto di materiali audio.

**Programma**
Corso di 20 ore di alfabetizzazione socio/linguistica **livello A2** riservato a un **gruppo di donne immigrate e residenti a Castelnuovo**.
Il corso offrirà alle partecipanti un contatto iniziale con la lingua italiana, con particolare attenzione allo sviluppo delle competenze comunicative orali. Durante la prima lezione verrà presentato il corso e si solleciterà la presa di parola delle donne. Durante le lezioni successive vengono presentate le strutture linguistiche di base e il lessico che si vuole fare apprendere con alcuni esercizi. Al termine di ogni lezione si favorirà la discussione e il dialogo per la verifica di quanto fatto e lasciando il tempo per la socializzazione.

**Note al corso: iscrizioni presso la Biblioteca Comunale. Massimo 10 iscritte. I bambini da 0 a 3 anni sono i benvenuti!**

**Docente: Moira Perin**
Laureata in Lettere Moderne, bibliotecaria e insegnante di italiano come lingua seconda presso i Comuni della zona.

# IN ITALIA. LINGUA E CULTURA ITALIANA A2

**Presentazione**
Corso di lingua e cultura italiana per donne immigrate e residenti a Castelnuovo. Un percorso che mira a sviluppare le diverse competenze in modo adeguato **ai bisogni comunicativi reali**.
Le attività sono finalizzate allo sviluppo delle quattro abilità linguistiche fondamentali – ascoltare, leggere, parlare e scrivere.
L'intento è quello di offrire un primo contatto con la storia, la geografia, l'arte, la musica, la letteratura e la vita quotidiana in Italia.

Molta importanza avrà la parte dedicata all'intercultura, le studentesse infatti saranno invitate a discutere e a mettere a confronto la cultura italiana con quella d'origine.

**Note al corso: iscrizioni presso la Biblioteca Comunale. Massimo 10 iscritte. I bambini da 0 a 3 anni sono i benvenuti!**

**Corso trimestrale**
10 incontri da 120 minuti

**Giorno e orario**
mercoledì 9.30-11.30

**Inizio lezioni**
**24 gennaio**

**Sede**
Biblioteca Comunale

**Partecipanti**
massimo 10

**Docente: Moira Perin**
Moira Perin, laureata in Lettere Moderne, bibliotecaria e insegnante di italiano come lingua seconda presso i Comuni della zona.

# LUNEDÌ 16 OTTOBRE
# ORE 20.30

## PRESSO LA SALA CIVICA LIBERTÀ
## sopra la biblioteca

PRESENTAZIONE DEL PROGETTO:

# ABC, LA COMUNITÀ AL CENTRO

**PRESENTAZIONE**: Il progetto ABC, è un progetto di Sviluppo di comunità, promosso dalla cooperativa Azalea, cofinanziato dalla Fondazione Cariverona e presente su otto comuni della provincia di Verona, tra cui Castelnuovo del Garda.
Si tratta di un progetto che inserisce sul territorio un operatore ABC (Amministratore di Benessere di Comunità) con l'obiettivo di aumentare la coesione sociale andando attivare e riattivare relazioni, per poter affrontare le situazioni di disagio, attraverso la condivisione in rete di risorse della comunità.

**PROGRAMMA**:
20:30-21:00 Lo sviluppo di comunità: esperienze e modelli riferimento
21:00-21:30 Il progetto ABC a Castelnuovo del Garda vissuto da dentro, esperienze e racconti dei protagonisti
21:30-22:30 Laboratorio di sviluppo di Comunità

Per info: e-mail: agnese.cadura.azalea@gmail.com - www.azalea.coop

**L'EVENTO È GRATUITO**

# LUNEDÌ 29 GENNAIO
# ORE 20.30

PRESSO LA SALA CIVICA LIBERTÀ
sopra la biblioteca

# UN APPUNTAMENTO DEDICATO ALL'ALIMENTAZIONE PER IL BENESSERE E IL DIMAGRIMENTO

**Relatrice: Dott.ssa Silvia Pivari**
Biologa Nutrizionista specializzata
in Alimentazione Nutrizione Umana

Per info: e-mail: pivarinutrizionista@gmail.com

**L'EVENTO È GRATUITO**

# GRUPPO DI LETTURA

## Continuano gli appuntamenti con il Gruppo di Lettura di Castelnuovo

**Ma cos'è un Gruppo di Lettura?** Il Gruppo di Lettura è fatto da persone che condividono la passione per la lettura e che si incontrano per discutere di un libro, generalmente un romanzo, che di comune accordo hanno scelto di leggere. Il Gruppo di Lettura si riunisce in biblioteca, indicativamente un martedì di ogni mese alle ore 20.30, ed è aperto a tutti coloro che sono interessati alla lettura di un buon libro ed a un reciproco scambio di opinioni e commenti. A ogni incontro si stabilisce insieme il libro di cui parlare il mese successivo, alternando novità editoriali e libri di successo già pubblicati. La Biblioteca ospita il gruppo, cura la comunicazione e fornisce le piste bibliografiche di approfondimento, procura ai lettori una copia del libro.

**Serata di presentazione**

## VENERDÌ 29 SETTEMBRE ORE 20.30
IN BIBLIOTECA

**L'EVENTO È GRATUITO**

**...e per essere sempre aggiornato sulle attività e gli appuntamenti in biblioteca, per essere informato sulle novità librarie e multimediali presenti... seguici su Facebook!**

**Non è necessaria alcuna prenotazione, basta presentarsi ad uno degli appuntamenti**

www.facebook.com/groups/qualcunoconcuileggere/?fref=ts

...e per essere sempre aggiornato sulle attività
e gli appuntamenti in biblioteca,
seguici su Facebook

**BIBLIOTECA COMUNALE DI CASTELNUOVO DEL GARDA**

www.facebook.com/BibliotecaComunaleDiCastelnuovoDelGarda?ref=ts&fref=ts

Progetto grafico e stampa: Cierre Grafica - Verona - www.cierrenet.it

# ELENCO DEI CORSI 2017-2018

## CORSI ANNUALI

**dal 9 ottobre**


DESIGNER DI GIOIELLI 4
RITRATTO 5
PILATES CORSO DELLA MATTINA 6
PILATES 7
ORTHO BIONOMY IN MOVIMENTO 8


## CORSI 1° TRIMESTRE

**dal 9 ottobre al 14 dicembre**


INGLESE ZERO (A1) 9
INGLESE PRIMO LIVELLO (A2) 10
INGLESE (B1) 12
ENGLISH CONVERSATION 13
TEDESCO ZERO (A1) 16
TEDESCO COMMERCIALE 17
TEDESCO CONVERSAZIONE LIVELLO INTERMEDIO 18
INGLESE COMMERCIALE 19
FRANCESE COMMERCIALE LIVELLO INTERMEDIO 20
TEDESCO PRIMO LIVELLO (A2) 21
SPAGNOLO ZERO (A1) 22
SPAGNOLO LIVELLO INTERMEDIO (A2 VERSO IL B1) 23
RUSSO ZERO (A1) 25
ITALIANO PER CINESI LIVELLO A1-A2 27
USO DI TABLET E SMATPHONE 28
GIOIELLI IN CERAMICA BASE 29
ACQUERELLO 30
FOTOGRAFIA DIGITALE PRATICA BASE 31
XTEND BARRE 33
GINNASTICA AEROBICA 35
DANZA DEL VENTRE BASE 36
BIOENERGETICO PRIMO LIVELLO 37
LINGUA LATINA BASE (A1) 40
VERONA E IL SUO TERRITORIO 41
GLI AUTORI, VERONA, L'AMORE 42
MEDEA MAGA, FANCIULLA INNAMORATA... ASSASSINA? 43
MAI PIÙ STRESS 44
CONVERSAZIONI SULLA MUSICA 48
ALIMENTAZIONE E NUTRIZIONE 50
ARTE DELL'ACCOGLIENZA 51
MS-EXCEL CORSO PRATICO 52
CONOSCI I TUOI DIRITTI 53
ANDARE A VELA 54

# CORSI 2° TRIMESTRE

**dal 22 gennaio al 29 marzo**


INGLESE ZERO (A1) 9
INGLESE LIVELLO INTERMEDIO (B1) 11
INGLESE (B2) 14
INGLESE PER OPERATORI DEL SETTORE TURISTICO 15
SPAGNOLO LIVELLO INTERMEDIO (A2 VERSO IL B1) 23
SPAGNOLO CONVERSAZIONE BASE 24
RUSSO PRIMO LIVELLO (A2) 26
FOTORITOCCO PRATICO 32
DANZA POSTURALE 34
GINNASTICA AEROBICA 35
DANZA DEL VENTRE BASE 36
BIOENERGETICO LIVELLO AVANZATO 38
RIEDUCAZIONE POSTURALE MÉZIÈRES 39
VERONA E IL SUO TERRITORIO 41
IO SONO QUI, TU DOVE SEI? 45
ALLA RICERCA DELLE NOSTRE EMOZIONI 46
EMOTIVAMENTE ALZHEIMER 47
ADOLESCENZA 2.0 ISTRUZIONI PER L'USO 49


# CORSI GRATUITI

**da novembre a febbraio**


ELEMENTI DI EDUCAZIONE FINANZIARIA 55
CAPIAMOCI!
ITALIANO PER DONNE STRANIERE (A1 VERSO A2) 56
IN ITALIA. LINGUA E CULTURA ITALIANA (A2) 57

# UNIVERSITÀ DEL TEMPO LIBERO

## ANNO ACCADEMICO 2017-2018

## INFORMAZIONI ED ISCRIZIONI

**presso Ufficio Informagiovani di Castelnuovo**

cell. 320 0261149

Si avvisano i gentili utenti che i programmi potranno subire delle variazioni. Eventuali modifiche sugli orari dei corsi saranno comunicate direttamente dai docenti. Il Comune declina ogni responsabilità in caso di disservizi relativi al corretto svolgimento dei corsi, imputabili alla esclusiva autonomia gestionale e organizzativa dei docenti. La sede di alcuni corsi potrebbe variare a seconda del numero degli iscritti.

**Per le iscrizioni e la comunicazione utenti-docenti il Comune di Castelnuovo d/G delega la Cooperativa Beta: mail: formazione.beta@coop.it o telefonare al numero 3200261149**

www.comune.castelnuovodelgarda.vr.it

### PER ISCRIZIONI
### PRESSO INFORMAGIOVANI

Martedì e Sabato 9.00-12.00
Lunedì e Giovedì 15:00-18.00

### PER INFO
### PRESSO BIBLIOTECA COMUNALE

Tel. 045 6459972
e-mail: biblioteca@castelnuovodg.it

| | |
|---|---|
| Martedì | 9.00 - 12.30 / 15.30 - 19.30 |
| Mercoledì | 14.30 - 18.30 |
| Giovedì | 9.00 - 12.30 / 14.30 - 18.30 |
| Venerdì | 9.00 - 12.30 |
| Sabato | 9.00 - 12.30 |

www.comune.castelnuovodelgarda.vr.it