



CORSI DI FORMAZIONE E APPRENDIMENTO PERMANENTE

IN COLLABORAZIONE CON LE
ASSOCIAZIONI

IL SAPERE NON HA ETA'

ANNO FORMATIVO 2022-2023

PROGRAMMA DEI CORSI

YOGA (base e avanzato)

“tecniche di respirazione, movimento, rilassamento”

in collaborazione con Associazione Culturale Athéna

Obiettivo: Tecniche di respirazione, movimento, rilassamento parte teorica e parte pratica. Asana di movimento, asana di rilassamento, tecniche di respirazione, tecniche di meditazione.

da giovedì 27 ottobre 2022 (corso base) dalle ore 17:00 alle ore 18:00

da giovedì 30 marzo 2023 (corso avanzato) dalle ore 16:30 alle ore 18:30.

PERSONA E CORPOREITA' - PILLOLE DI MEDICINA

in collaborazione con Circolo Culturale Don Bernasconi

Obiettivo: Il corpo umano - conoscenza dei principali apparati del nostro corpo (analisi e funzioni).

da giovedì 27 ottobre 2022 dalle 17:00 alle 18:30

KINESIOLOGIA

“La nostra risorsa quotidiana contro lo stress per il benessere”

In collaborazione con Associazione L'Oasi Kinesiologia e altre biodiscipline naturali

Obiettivo: Apprendere molto concretamente facili tecniche naturali kinesiologiche ed esercizi energetici per ristabilire il nostro equilibrio energetico e affrontare lo stress quotidiano con maggiori risorse: apprendere semplici esercizi motori che ci aiutano a mantenere al meglio le nostre energie nel quotidiano; migliorare i nostri blocchi motori, la capacità di apprendimento in ogni campo, il nostro equilibrio motorio. Imparare tocchi e facili automassaggi anche di shiatsu per migliorare il nostro benessere.

da lunedì 7 novembre 2022 dalle 17:30 alle 19:00

MENTE IN FORMA

“Prevenzione dell’invecchiamento cognitivo”

In collaborazione con Aral Onlus

Obiettivo: Monitorare lo stato di salute delle proprie funzioni cognitive, esercitarle e conoscerne il funzionamento; familiarizzare con l’uso delle nuove tecnologie di comunicazione.

da mercoledì 1° febbraio 2023 dalle ore 14:00 alle 16:00

LA RIFLESSIONE FILOSOFICA DI NORBERTO BOBBIO

In collaborazione con Auser filo d’Argento Lissone

Obiettivo: conoscere attraverso la lettura e il commento di alcune pagine di Bobbio gli aspetti essenziali della riflessione di questo grande filosofo, per molti il più importante pensatore italiano della seconda metà del ‘900.

da lunedì 24 ottobre 2022 dalle 17:30 alle 19:00

FASCINO E SEGRETO DELLE CATTEDRALI

“Approfondimenti di Storia dell’arte”

In collaborazione con Club Donna N. Ginzburg

Programma: Un percorso affascinante alla scoperta della nascosta simbologia delle cattedrali gotiche, attraverso i sotterranei legami col mondo Pagano, la numerologia sacra e l’ingegneria.

da martedì 25 ottobre 2022 dalle 17.00 alle 18.30

STORIA DELLE DONNE

“La storia raccontata da un’altra prospettiva”

In collaborazione con Associazione M e C Musica e Canto

Programma: La storia delle donne, come ogni storia taciuta, si cela nelle pieghe della vita quotidiana, dentro ad ogni gesto inconsapevole, guidato da una cultura imposta e sorda. Un percorso fatto di vita, di aneliti, di negazione e sofferenza, di battaglie, sconfitte e vittorie. La storia delle donne disvela ogni momento luoghi ancora da esplorare, dove la verità non può essere più taciuta.

- Biancaneve e le altre: archetipi femminili nelle fiabe

- *Le figlie di Lilith*

- *Giulietta o Giulietto?* La presenza/assenza delle donne nel teatro

Da martedì 8 novembre 2022 dalle 16:00/18:00

STORIA LOCALE

“Vicende *lissonesi dalle origini ai giorni nostri*”

In collaborazione con Circolo Culturale Don Bernasconi

Obiettivo: far conoscere la Storia e le storie della nostra città nel corso degli anni.
da mercoledì 9 novembre 2022 dalle 17:00 alle 18:30

STORIA DELL'ARTE- IL RINASCIMENTO FIORENTINO

In collaborazione con Circolo Culturale Don Bernasconi

Obiettivo: conoscere l'arte del rinascimento, in particolare di Firenze: autori e opere del rinascimento fiorentino.

Da martedì 17 gennaio 2023 dalle 17:00 alle 18:30

STORIA – LA SECONDA META' DEL NOVECENTO

In collaborazione con Auser filo d'argento Lissone

Obiettivi: proseguire il percorso, avviato lo scorso anno, degli aspetti essenziali dei principali processi storici della seconda metà del Novecento: guerra fredda, decolonizzazione, integrazione europea, globalizzazione, vicende italiane.

da lunedì 13 febbraio 2023 dalle 17:30 alle 19:00

PITTURA (*base e avanzato*)

In collaborazione con Associazione Culturale Athèna

Obiettivi: introduzione alle tecniche artistiche pittoriche, conoscenza dei materiali e dei supporti: acquerello – guazzo- tempera – tempera all'uovo – acrilico.

Da martedì 8 novembre 2022 (corso base) dalle 15:00 alle 17:00;

Da martedì 31 gennaio 2023 (corso avanzato) dalle 15:00 alle 17:00.

CUCITO E TAGLIO:(*base e avanzato*)

In collaborazione con Associazione Culturale Athèna

Obiettivi: Apprendimento dei primi elementi per adattare un capo di abbigliamento alle esigenze personali

Da mercoledì 26 ottobre 2022 (corso base) dalle 17:00 alle 19:00;

da mercoledì 1° febbraio 2023 (corso avanzato) dalle 17:00 alle 19:00.

PUPAZZERIA:

In collaborazione con Associazione Culturale Athèna

Obiettivo: creare con la stoffa addobbi in panno e feltro, decorazioni per la casa e oggettistica.

Da giovedì 27 ottobre 2022 dalle 15:00 alle 17:00

LINGUA ITALIANA PER CITTADINE STRANIERE

In collaborazione con Associazione QDonna

Obiettivo: comprendere e comunicare in lingua italiana, acquisire il lessico di base per poter comunicare negli ambiti più significativi della vita quotidiana e per poter esprimere necessità e bisogni (imparare a leggere, scrivere, la scrittura della frase).

da mercoledì 9 novembre 2022 dalle 14:30 alle 16:00