

Filosofia

IONE BELOTTI
I "classici" sulla tolleranza: *Erasmus da Rotterdam, Libero arbitro; John Locke, Voltaire, Candide e Trattato sulla tolleranza; John Stuart Mill, Sulla Libertà*. Il riferimento alla fonte diretta dei classici del pensiero politico moderno vuol costituire un momento di crescita intellettuale e di riflessione feconda in tempi in cui razzismo, intolleranza e disuguaglianza sono tornati prepotentemente al centro della narrazione quotidiana.

Dal 2 al 30 aprile · ore 14.30/16.30 - 5 incontri: € 40,00

Palestra New038 Family Center · Via Franciacorta, 1 c/o Piscine

Pilates - mattino

OTTAVIO FRANZONI
Mobilità, elasticità e tonificazione: tre componenti fondamentali che aumentano il tono muscolare e alleviano i problemi posturali regalando benessere. Portare materassino e calze antiscivolo.

Dal 5 marzo al 7 maggio · ore 9/10

10 incontri: € 40,00. Max 12 iscritti.

Ginnastica posturale

OTTAVIO FRANZONI
Attività a corpo libero mirata a correggere la postura con fasi di stretching statico per il benessere delle articolazioni.

Portare materassino e calze antiscivolo.

Dal 5 marzo al 7 maggio · ore 15/16

10 incontri: € 40,00. Max 12 iscritti.

Sala attrezzi posturale

DAVIDE GUIDI
Sequenza di esercizi di ginnastica per il mal di schiena fatti con macchinari specifici per risolvere ernie, scoliosi e cervicalgie.

Dal 5 marzo al 7 maggio · ore 19.30/20.30

10 incontri: € 40,00. Max 12 iscritti.

Pal. Sonzogni · C.so Bonomelli, 22

Ballo da sala liscio e unificato

IRIS MORATTI
In ogni età della vita il ballo coniuga esercizio fisico e musica. E' un piacevole momento da condividere con altre persone. Corso base per principianti di Ballo da sala e Liscio unificato. Adatto anche a chi balla già ma desidera migliorare la propria tecnica.

Dal 5 marzo al 7 maggio · ore 14.30/16

10 incontri: € 50,00. Max 16 iscritti.

Laboratorio di teatro e uso espressivo della Voce

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

5-12-19-26 marzo - 2-9-16-23 aprile · ore 20.30/22.30

8 incontri: € 50,00 - Max 18 iscritti.

Yoga della risata

MARIA GRAZIA AVENA
Ridere produce endorfine gli ormoni della Felicità e rinforza la Respirazione. Ridere potenzia la Salute. Attraverso gli esercizi della Risata e le respirazioni dello Yoga si entra lentamente nella propria leggerezza e si scopre la propria forza abbandonando il giudizio.

14 maggio e 4-11-18 giugno · ore 20/21

1 gratuito + 3 incontri: € 15,00.

VENERDÌ

Sede AUSER · Rovato, via Ettore Spalenza, 8

Scrittura di sé

MARIOLINA CAEDDU
"Per cominciare a capire chi siamo dobbiamo raccontarci".

Scrivere è dare un nome alle cose. Percorsi di scrittura e lettura con un laboratorio che conduce ad incontrare Dacia Maraini.

Dal 6 marzo al 15 maggio · ore 15/17

10 incontri: € 50,00.

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

Informatica base

GUIDO TURLA
Introduzione all'uso del computer. Gestione dei file - Elaborazione di testi - Microsoft Word - Virus e la manutenzione del computer - Internet - Emails - Gli acquisti nel mondo della tecnologia - Amazon - Il Cloud - Google Drive.

Dal 6 marzo al 15 maggio · ore 14/16

10 incontri: € 60,00. Max 10 iscritti.

Palestra New038 Family Center · Via Franciacorta, 1 c/o Piscine

Pilates pomeriggio

OTTAVIO FRANZONI
Mobilità, elasticità e tonificazione: tre componenti fondamentali che aumentano il tono muscolare e alleviano i problemi posturali regalando benessere. Portare materassino e calze antiscivolo.

Dal 6 marzo al 15 maggio · ore 15.30/16.30

10 incontri: € 40,00. Max 12 iscritti.

Sala attrezzi posturale

DAVIDE GUIDI
Sequenza di esercizi di ginnastica per il mal di schiena fatti con macchinari specifici per risolvere ernie, scoliosi e cervicalgie.

Dal 6 marzo al 15 maggio · ore 19.30/20.30

10 incontri: € 40,00. Max 12 iscritti.

ACQUARÈ piscina di ROVATO · via Franciacorta, 1

Piscina

PISCINA SPAZIO SPORT
Per nuotare e fare ginnastica in modo dolce.

Dal 6 marzo al 15 maggio · ore 15/15.50 - 10 incontri: € 50,00.

FORO BOARIO · Rovato, piazza Garibaldi

Camminiamo insieme

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

ore 8.30/9.30 continuato - Solo tessera.

Sala Studio - Biblioteca SABEO · Chiari, v.le Mellini, 2

Laboratorio di teatro e uso espressivo della Voce

SIMONA ROSA
5 giornate per incontrarsi, divertirsi e giocare con le potenti immagini della nostra creatività (sia per principianti che per coloro che hanno già esperienza). Vestiti comodi e tappetino.

6-13-20-27 marzo e 3 aprile · ore 20.30/22.30

5 incontri: € 40,00 - Max 18 iscritti.

SABATO

Sede AUSER · Rovato, via Ettore Spalenza, 8

Inglese base 2

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

Dal 7 marzo al 23 maggio (no il 2 mag) · ore 8.45/10.15

10 incontri: € 50,00 + acquisto libro. Max 12 iscritti.

Inglese intermedio 2

BEATRICE DE CARLI
Per coloro che già conoscono i principali tempi verbali e regole grammaticali corrispondenti circa ad un livello A2-B1. Durante le lezioni si alterneranno momenti di conversazione, lettura e ripasso con approfondimento grammaticale.

Dal 7 marzo al 23 maggio (no il 2 mag) · ore 10.30/12

10 incontri: € 50,00 + acquisto libro. Max 12 iscritti.

MODALITÀ DI ISCRIZIONE

Le ISCRIZIONI agli incontri si effettuano presso la sede AUSER di via Ettore Spalenza, 8 - Rovato, cell. 335 6309678, a partire da lunedì 10 a sabato 22 febbraio con i seguenti orari: lunedì, venerdì e sabato dalle ore 10.00 alle ore 12.00; martedì, mercoledì e giovedì dalle ore 15.00 alle ore 17.00.

È necessario essere in regola con il tesseramento AUSER 2020: la tessera costa € 15 e vale sino al 31-12-2020 e dopo la sottoscrizione non può essere rimborsata. La tessera di socio è necessaria per ogni iniziativa AUSER. Portare il codice fiscale al momento del tesseramento. Il Direttivo si riserva di far partire il corso solamente al raggiungimento di un minimo di 10 iscritti.

SI PREGA DI RISPETTARE IL TERMINE DI ISCRIZIONE DEL 22 FEBBRAIO.

GITE - VIAGGI - INIZIATIVE VARIE

- DOMENICA 23 FEBBRAIO - ore 18 - Sala Mons. Zenuchini "NOI CHE CI VOGLIAMO COSÌ BENE" - Regia di SIMONA ROSA;
- SABATO 28 MARZO: GITA CASTELLO DI PADERNELLO con merenda; Partenza alle ore 14 - Visita guidata e merenda a base di salame e torte;
- DOMENICA 5 APRILE: GITA LAGO DI MOLVENO E TRENTO con visita guidata e pranzo;
- Dal 16 al 19 APRILE: VIAGGIO A PRAGA in aereo;
- Dal 30 MAGGIO al 2 GIUGNO GITA IN CAMARGUE E PROVENZA (al completo);
- Dal 6 al 13 SETTEMBRE UZBEKISTAN (disponibili ancora 15 posti).

Queste ed altre verranno comunicate durante lo svolgimento dei corsi e contemporaneamente saranno visualizzabili sul sito di AUSER ROVATO.

PER INFORMAZIONI E PROGRAMMI DETTAGLIATI DI QUESTE ED ALTRE INIZIATIVE

AUSER INSIEME ROVATO

Rovato - Via Ettore Spalenza, 8 - Tel. 030.7722680

Cell. 335.6309678 - e-mail: auserinsieme.rovato@libero.it

clickare su Google: Auser Rovato e avrete periodicamente altre informazioni



www.new038gymfamilycenter.it

f newzerotrentotto



FONDAZIONE GASPARE MONAUNI

COCCAGLIO



AUSER INSIEME ROVATO "UNIVERSITÀ DELLA LIBERETÀ"

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

in collaborazione con il

COMUNE DI ROVATO
Assessorato alla Pubblica Istruzione

propone

Opportunità di incontro.

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

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

PRIMAVERA 2020

LUNEDÌ

Sede AUSER · Rovato, via Ettore Spalenza, 8

Francese - conversazione

BENEDETTA CATANIA

Corso dedicato a chiunque abbia voglia di dialogare e confrontarsi in francese. Si tratta di un corso in cui è possibile esercitare le capacità di ascolto e comprensione.

Dal 2 marzo al 11 maggio · ore 20/21.30

10 incontri: € 50,00. Max 12 iscritti.

Cucito - serale

FRANCA RIZZO

Abito stile Impero, con variazione di giacchino.

Dal 2 marzo al 11 maggio - Sala CAI · ore 20.30/22.30

10 incontri: € 55,00. Max 9 iscritti.

Palestra New038 Family Center · Via Franciacorta, 1 c/o Piscine

Balli di gruppo Principianti

IRIS MORATTI

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

Dal 2 marzo al 11 maggio · ore 14.30/16

10 incontri: € 50,00. Max 12 iscritti.

Balli di gruppo Intermedio

IRIS MORATTI

Tutti i balli di gruppo e le ultime novità per trascorrere un piacevole pomeriggio in compagnia; perché ballare fa bene a corpo e mente. per chi ha già fatto il primo corso.

Dal 2 marzo al 11 maggio · ore 16/17.30

10 incontri: € 50,00. Max 12 iscritti.

Danza del ventre 1

IRENE AGAZZANI

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

Dal 2 marzo al 11 maggio · ore 15.45/16.45

10 incontri: € 40,00. Max 12 iscritti.

Danza del ventre 2

IRENE AGAZZANI

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

Dal 2 marzo al 11 maggio · ore 17/18

10 incontri: € 40,00.

MARTEDÌ

Sede AUSER · Rovato, via Ettore Spalenza, 8

Inglese base 2

BEATRICE DE CARLI

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

Dal 3 marzo al 5 maggio · ore 9.30/11

10 incontri: € 50,00 + acquisto libro. Max 12 iscritti.

Cucito - mattino

FRANCA RIZZO

Tailleur Chanel base, con variazioni a piacere.

Dal 3 marzo al 5 maggio - Sala CAI · ore 9/12

10 incontri: € 60,00. Max 9 iscritti.

Francese base 2

BENEDETTA CATANIA

Corso dedicato a chiunque abbia voglia di apprendere le basi di una lingua facile e piacevole. Ideale per tutte le età.

Dal 3 marzo al 5 maggio · ore 17.30/19

10 incontri: € 50,00 + acquisto libro. Max 12 iscritti.

Parliamo di libri. Circolo di lettura

EBE RADICI

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

17 marzo - 21 aprile - 26 maggio · 3 incontri: € 10,00.

Inglese intermedio 1

EROS GOBETTI

Il corso si rivolge a chi ha già frequentato inglese base 2 e in generale a chi ha già una buona conoscenza della grammatica inglese e del vocabolario di base della lingua. Approfondiremo le nozioni di grammatica già trattate nei corsi precedenti inserendone di nuove, cercando di ampliare il vocabolario attraverso esercizi di ascolto e di conversazione.

Dal 3 marzo al 5 maggio · ore 20/21.30

10 incontri: € 50,00 + acquisto libro. Max 14 iscritti.

FORO BOARIO · Rovato, piazza Garibaldi

Camminiamo insieme

SOCI AUSER

Partiamo dal piazzale Foro Boario, camminiamo, chiacchieriamo... ci tonifichiamo nel fisico e nello spirito... e stiamo bene insieme. ore 8.30/9.30 continuato - Solo tessera.

Palestra New038 Family Center · Via Franciacorta, 1 c/o Piscine

Ginnastica posturale su fitball

LAURA MORETTINI

Il corso è volto a dare sollievo a tutti. In particolare alle persone che soffrono di dolori alla schiena o che fanno fatica a camminare in quanto elasticizza tutto il corpo. Portare materassino e calze antiscivolo.

Dal 3 marzo al 5 maggio · ore 9/10

10 incontri: € 40,00. Max 12 iscritti.

Ginnastica posturale

OTTAVIO FRANZONI

Attività a corpo libero mirata a correggere la postura con fasi di stretching statico per il benessere delle articolazioni. Portare materassino e calze antiscivolo.

Dal 3 marzo al 5 maggio · ore 15/16

10 incontri: € 40,00. Max 12 iscritti.

Psicologia 1

MICHELE VENNI

Quando non risolviamo un problema, lo somatizziamo, aumentando la nostra tensione. Così ci viene meno la energia che ci serve per affrontare i nuovi problemi. Nasce l'ansia, anticamera della depressione. Come scaricare le tensioni accumulate? Sperimentiamo il training autogeno, metodo psicofisico (portare il tappetino).

Dal 3 marzo al 5 maggio · ore 16/17

10 incontri: € 40,00. Max 10 iscritti.

Psicologia 2

MICHELE VENNI

Quando non risolviamo un problema, lo somatizziamo, aumentando la nostra tensione. Così ci viene meno la energia che ci serve per affrontare i nuovi problemi. Nasce l'ansia, anticamera della depressione. Come scaricare le tensioni accumulate? Sperimentiamo il training autogeno, metodo psicofisico (portare il tappetino).

Dal 3 marzo al 5 maggio · ore 17,10/18,10

10 incontri: € 40,00. Max 12 iscritti.

Scuola Ricchino · Rovato, via Ettore Spalenza, 27

Restauro base

GIANPIETRO COSTA

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

Dal 3 marzo al 5 maggio · ore 20/23

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

MERCOLEDÌ

Sede AUSER · Rovato, via Ettore Spalenza, 8

Storia dell'arte

ERICA SIRANI

"L'Ottocento". Il giorno e l'orario sono suscettibili di variazioni. Un calendario attendibile verrà consegnato all'atto dell'iscrizione.

Dal 4 marzo al 6 maggio · ore 14.10/15.40 - 10 incontri: € 50,00.

Decorazione su porcellana

ALBINA VEZZOLI

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

Dal 4 marzo al 6 maggio - Sala CAI · ore 15/17.30

10 incontri: € 60,00 + acquisto materiale. Max 6 iscritti.

Spagnolo base

BEATRICE DE CARLI

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

Dal 4 marzo al 6 maggio - Sala CAI · ore 18.15/19.45

10 incontri: € 50,00 + acquisto libro.

Inglese base 1

ROBERTA MARANESI

Il corso si rivolge a chi vuole iniziare dalle basi della lingua Inglese.

Dal 4 marzo al 6 maggio · ore 18.30/20

10 incontri: € 50,00 + acquisto libro. Max 14 iscritti.

Inglese intermedio 2

ROBERTA MARANESI

Per chi possiede le basi della lingua Inglese (present simple, past simple, futuri) e vorrebbe acquisire maggiore fluidità nella produzione e sicurezza nella comprensione. A una revisione degli argomenti grammaticali di livello intermedio si affiancherà un lavoro di approfondimento lessicale e delle funzioni comunicative legate a situazioni di vita vissuta (viaggi, prenotazioni, email).

Dal 4 marzo al 6 maggio · ore 20.10/21.40

10 incontri: € 50,00 + acquisto libro. Max 12 iscritti.

Inglese intermedio 2

EROS GOBETTI

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

Dal 4 marzo al 6 maggio - Sala CAI · ore 20/21.30

10 incontri: € 50,00 + acquisto libro. Max 14 iscritti.

Pilates - pomeriggio 1

OTTAVIO FRANZONI

Mobilità, elasticità e tonificazione: tre componenti fondamentali che aumentano il tono muscolare e alleviano i problemi posturali regalando benessere. Portare materassino e calze antiscivolo.

Dal 4 marzo al 6 maggio · ore 14.20/15.20

10 incontri: € 40,00. Max 12 iscritti.

Pilates - pomeriggio 2

OTTAVIO FRANZONI

Mobilità, elasticità e tonificazione: tre componenti fondamentali che aumentano il tono muscolare e alleviano i problemi posturali regalando benessere. Portare materassino e calze antiscivolo.

Dal 4 marzo al 6 maggio · ore 15.30/16.30

10 incontri: € 40,00. Max 12 iscritti.

Pilates - pomeriggio 3

OTTAVIO FRANZONI

Mobilità, elasticità e tonificazione: tre componenti fondamentali che aumentano il tono muscolare e alleviano i problemi posturali regalando benessere. Portare materassino e calze antiscivolo.

Dal 4 marzo al 6 maggio · ore 16.40/17.40

10 incontri: € 40,00. Max 12 iscritti.

GIOVEDÌ

Sede AUSER · Rovato, via Ettore Spalenza, 8

Dal disegno alla pittura

DAVIDE CASTELVEDERE

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

Dal 5 marzo al 7 maggio - Sala CAI · ore 15/17

10 incontri: € 55,00. Max 12 iscritti.

Inglese avanzato 2

ROBERTA MARANESI

Il corso si rivolge a chi ha una buona conoscenza della lingua inglese e basi grammaticali solide. Ampio spazio viene dedicato a conversazione e approfondimento di argomenti legati alla cultura anglofona, con l'utilizzo di materiali per studenti e reali.

Dal 5 marzo al 7 maggio · ore 20/21.30

10 incontri: € 50,00 + acquisto libro.

Auditorium Scuola Media

Ginnastica dolce

NADIA ZELASCHI

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

Dal 5 marzo al 7 maggio · ore 15.20/16.50

10 incontri: € 50,00. Max 15 iscritti.

Scuola Ricchino · Rovato, via Ettore Spalenza, 27

Restauro avanzato

GIANPIETRO COSTA

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

Dal 5 marzo al 7 maggio · ore 20/23

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

FORO BOARIO · Rovato, piazza Garibaldi

Camminiamo insieme

SOCI AUSER

Partiamo dal piazzale Foro Boario, camminiamo, chiacchieriamo... ci tonifichiamo nel fisico e nello spirito...e stiamo bene insieme. ore 8.30/9.30 continuato - Solo tessera.