

## Inglese intermedio2

ROBERTA MARANESI

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

Dal 10 marzo al 12 maggio · ore 20/21.30

10 incontri: € 50,00 + acquisto libro.

Scuola Ricchino

## 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 10 marzo al 12 maggio · ore 20/23

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

Auditorium SCUOLE MEDIE · Rovato

## Ginnastica dolce

NADIA ZELASCHI

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

Dal 10 marzo al 12 maggio · ore 15.30/17

10 incontri: € 50,00. Max 20 persone.

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 08.30 (8 orario estivo)/09.30 - Solo tessera.

APC · Coccaglio, via M. Teresa di Calcutta

## Pilates - mattino

SARA QUADRELLI

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

Dal 10 marzo al 12 maggio · ore 10/11 · 10 incontri: € 50,00.

## Laboratorio di lettura emotiva

SIMONA ROSA

Conosciamo i vari metodi di lettura: drammatizzata, poetica, intima, per i piccoli...per chi amiamo...Il nostro corpo è lo strumento musicale, la nostra voce l'armonia...in pieno Ben...Essere! Venite vestiti comodi

7/14/21/28 aprile · ore 20/22.30

4 incontri: € 40,00 - Max 18 persone.

VENERDÌ

Sede AUSER · Rovato, via Ettore Spalenza, 8

## Cucito base

FRANCA RIZZO

Per chi vuole imparare a cucire. Portare ago, filo, ditale, spilli, metro da sarta, forbici.

Dal 11 marzo al 13 maggio · ore 9/11

10 incontri: € 50,00. Max 10 persone.

## Civiltà e Cultura dell'India Antica

OSVALDO VEZZOLI

Un viaggio per conoscere, attraverso lo studio dei resti archeologici e dei lavori artistici, una molteplice realtà che ha affascinato (e tuttora affascina) la nostra cultura".

Dal 11 marzo al 13 maggio · ore 15/16.30

10 incontri: € 50,00.

## Francese preintermedio

BEATRICE DE CARLI

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

Dal 11 marzo al 13 maggio · ore 18.15/19.45

10 incontri: € 50,00 + acquisto libro.

## Corso base Educazione Finanziaria

MAURO FARINA

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

22/29 aprile - 6/13/20 maggio · ore 20/22

5 incontri: € 40,00. Max 10 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 (8 orario estivo)/9.30 - Solo tessera.

## Gyrokinesis®

ANNA DRAGONI

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

Dal 11 marzo al 13 maggio · ore 8.30/10.30 · 10 incontri: € 50,00.

## Ballando i Musicals

ANNA DRAGONI

Percorso di danza moderna attraverso le più belle canzoni dei musicals più celebri: Cats, Grease, Mamma Mia, West Side Story, Thriller. Presentazione finale del lavoro coreografico svolto durante il corso.

Dal 11 marzo al 13 maggio · ore 20.15/22.15

10 incontri: € 50,00.

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

## Informatica I° livello

ENRICO BUFFOLI

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

Dal 11 marzo al 29 aprile · ore 14/16

8 incontri: € 50,00. Max 20 persone.

## Informatica II° livello

ENRICO BUFFOLI

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

Dal 11 marzo al 29 aprile · ore 16/18

8 incontri: € 50,00. Max 20 persone.

ACQUARE' PISCINA DI ROVATO · via Franciacorta, 1

## Piscina

ACQUARE' PISCINA DI ROVATO

Dieci incontri per nuotare e fare ginnastica in modo dolce.

Dal 11 marzo al 13 maggio · ore 15/15.50 - 10 incontri: € 50,00.

APC · Coccaglio, via M. Teresa di Calcutta

## Bioenergetica

GIANLUIGI GALANTI

Ginnastica psicocorporea indicata per chi vuole prendersi cura di sé, ascoltarsi, conoscersi e contattare le proprie emozioni, scaricare le tensioni fisiche ed emotive per accrescere la vitalità ed il benessere generale. Portare tappetino e calzettoni.

Dal 11 marzo al 13 maggio · ore 18.30/20

10 incontri: € 50,00. Max 10 persone.

SABATO

Sede AUSER · Rovato, via Ettore Spalenza, 8

## Conversazione Inglese Americano

ANNA DRAGONI

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

To understand and to be understood!

Dal 12 marzo al 14 maggio · ore 9/11

10 incontri: € 60,00. Max 15 persone.

FORO BOARIO · Rovato, piazza Garibaldi

## Laboratorio di lettura emotiva

SIMONA ROSA

In un libro sono racchiuse tutte le parole dell' Universo e le parole sono il ponte verso l'altro. Averne cura, amarle e riempirle di significato emotivo è il gioco umano che ci rende "Vivi"...tra tecniche di lettura, linguaggio del corpo e divertimento. Venite vestiti comodi.

9/16/30 aprile - 7 maggio · ore 9/11.30

4 incontri: € 40,00 - Max 18 persone.

### MODALITÀ DI ISCRIZIONE

Le ISCRIZIONI agli incontri si effettuano presso la sede AUSER di via Ettore Spalenza, 8 (cascina delle suore, Casa di Riposo), cell. 335 6309678, a partire da lunedì 15 a sabato 27 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 2016: la tessera costa € 15. La tessera di socio è necessaria per ogni iniziativa AUSER. Portare il codice fiscale al momento dell'iscrizione. Il Direttivo si riserva di far partire il corso solamente al raggiungimento di un minimo di 10 iscritti. SI PREGA DI RISPETTARE IL TERMINE DI ISCRIZIONE AL 27 FEBBRAIO.

### GITE - VIAGGI - INIZIATIVE VARIE

18/3/2016 alle ore 20 - Presentazione del corso di Educazione finanziaria a cura di Mauro Farina presso la sede Auserinsieme

Viaggi: dal 29-5 al 5-6-2016 soggiorno in Puglia, località Porto Cesareo; dal 10-9 al 17-9-2016 tour Repubbliche Baltiche.

Gite: marzo Milano, Palazzo Reale, mostra "Simbolismo. Dalla Belle Epoque alla Grande Guerra", più visita guidata Basilica di Sant' Ambrogio; aprile Modena, visita guidata della città più Galleria Estense; maggio Torino, visita guidata della città più Museo Egizio. giugno Arena di Verona

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

### AUSER INSIEME ROVATO

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



## AUSER INSIEME ROVATO "UNIVERSITÀ DELLA LIBERETÀ"

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

in collaborazione con il

COMUNE DI ROVATO  
Assessorato alla Pubblica Istruzione

propone

# Opportunità di incontro.

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

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

PRIMAVERA 2016

**LUNEDÌ**

Sede AUSER · Rovato, via Ettore Spalenza, 8

**Spagnolo - base**

MARLIN LISCANO

Indicato per coloro che non hanno mai studiato la lingua straniera o per chi l'ha già studiata ma vuole riprendere gli argomenti dall'inizio.

Dal 7 marzo al 9 maggio · ore 9/10.30

8 incontri: € 40,00 + acquisto libro.

**Modellare la creta**

TIZIANA DE PALMA

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

Dal 7 marzo al 9 maggio - Sala CAI · ore 9/10.30

8 incontri: € 40,00.

**Scrittura creativa**

MARIOLINA CADEDDU

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

29 feb - 7/14/21 mar - 4/11/18 apr · ore 14/16

6+1 incontri: € 40,00. Max 6 persone.

**Comunicazione & Autostima**

ERICA SIRANI

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

Dal 7 marzo al 9 maggio · ore 20.30/22 - 8 incontri: € 40,00.

FORO BOARIO · Rovato, piazza Garibaldi

**HataYoga - pomeriggio**

SILVIA PARMIGIANI

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

Dal 7 marzo al 9 maggio · ore 15.30/16.30 · 8 incontri: € 40,00.

**QiGong della Salute**

LINA GIULIANA PECCI

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

Dal 7 marzo al 9 maggio · ore 17/18 · 8 incontri: € 40,00.

**Ginnastica dedicata "all'intimo benessere"**

LINA GIULIANA PECCI

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

Dal 7 marzo al 9 maggio · ore 18.15/19.15 · 8 incontri: € 40,00.

APC · Coccaglio, via M. Teresa di Calcutta

**Danza del ventre**

ZULEIKA PELUSO

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

Dal 7 marzo al 9 maggio · ore 17/18

8 incontri: € 40,00.

**Pilates pomeriggio**

SARA QUADRELLI

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

Dal 7 marzo al 9 maggio · ore 17/18

8 incontri: € 40,00.

**MARTEDÌ**

Sede AUSER · Rovato, via Ettore Spalenza, 8

**Filo e forbici intermedio**

GIULIANA SALVINI

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

Dal 8 marzo al 10 maggio - Sala CAI · ore 9.30/11.30

10 incontri: € 50,00. Max 10 persone.

**Filo e forbici avanzato**

GIULIANA SALVINI

Giacca primaverile e gonna particolare.

Dal 8 marzo al 10 maggio - Sala CAI · ore 14.30/16.30

10 incontri: € 50,00. Max 10 persone.

**Inglese intermedio**

CRISTINA GUAZZETTI

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

Dal 8 marzo al 10 maggio - Sala CAI · ore 18/19.30

10 incontri: € 50,00 + acquisto libro.

**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.

8 mar-5 apr-3 mag-7 giu-13 set · ore 15/16.30 - 5 incontri: € 15,00.

**Tè a casa di Job**

RENATO JOB

Conversazioni sul linguaggio dell'arte: un quadro, il suo autore: Caravaggio, Goya, Manet, Picasso, Longhi. Martedì 19 aprile a conclusione del corso: Tè a casa di Job con visita guidata in una delle case più antiche di Rovato.

1/15/22/29 marzo e 12/19 aprile · ore 15/16.30

5+1 incontri: € 15,00.

**Psicologia**

MICHELE VENNI

Alla ricerca della felicità. Ma cosa è? Si può raggiungerla? Come è possibile? Vedremo come funziona la felicità nel nostro cervello e quali strade si possono intraprendere per cercarla.

Dal 15 marzo al 3 maggio · ore 17/18.30

8 incontri: € 40,00.

FORO BOARIO · Rovato, piazza Garibaldi

**Camminiamo insieme**

SOCI AUSER

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

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

APC · Coccaglio, via M. Teresa di Calcutta

**Alimentazione Salute Benessere**

PIERGIORGIO PIETTA

Ruolo di alimenti funzionali e nutraceutici per tenere sotto controllo la glicemia, avere un quadro lipidico corretto, mantenere valori fisiologici di pressione arteriosa e preservare l'equilibrio acido-base.

1/8/15/22/27 aprile · ore 17.15/18.45 · 5 incontri: € 30,00.

Biblioteca Comunale Rovato

**Laboratorio teatrale**

GIORGIO LOCATELLI

Seminare pensieri e raccogliere azioni "Le allegre comari di Windsor", ci accompagneranno nel mondo della commedia romantica shakespeariana.

1/8/15/22 marzo - 5/12/19/26 aprile · ore 20.15/22.00

8 incontri: € 50,00.

Scuola Ricchino

**Restauro**

GIANPIETRO COSTA

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

Dal 8 marzo al 10 maggio · ore 20/23

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

**MERCOLEDÌ**

APC · Coccaglio, via M. Teresa di Calcutta

**HataYoga - mattina**

SILVIA PARMIGIANI

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

Dal 9 marzo al 11 maggio · ore 9.30/10.30

10 incontri: € 50,00.

Sede AUSER · Rovato, via Ettore Spalenza, 8

**Modellare la creta**

TIZIANA DE PALMA

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

Dal 9 marzo al 11 maggio - sala CAI · ore 14/15.30

10 incontri: € 50,00 + costo materiale.

**Storia dell'arte**

ERICA SIRANI

Il Gotico.

Dal 9 marzo al 27 aprile · ore 15/16.30 · 8 incontri: € 40,00.

**Inglese base2**

ROBERTA MARANESI

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

Dal 9 marzo al 11 maggio · ore 20/21.30

10 incontri: € 50,00 + acquisto libro.

**Inglese base**

CRISTINA GUAZZETTI

Per chi vuole avvicinarsi alla lingua inglese.

Dal 9 marzo al 11 maggio · ore 18/19.30

10 incontri: € 50,00 + acquisto libro.

**Francese base**

BEATRICE DE CARLI

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

Dal 9 marzo al 11 maggio - Sala CAI · ore 18/19.30

10 incontri: € 50,00 + acquisto libro.

**Inglese intermedio**

BEATRICE DE CARLI

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

Dal 9 marzo al 11 maggio - Sala CAI · ore 20/21.30

10 incontri: € 50,00 + acquisto libro.

VILLA CANTÙ

**Disegnare e dipingere**

GIACINTO PICOZZA

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

Dal 9 marzo al 11 maggio · ore 14/17.30 · 10 incontri: € 50,00.

**GIOVEDÌ**

Sede AUSER · Rovato, via Ettore Spalenza, 8

**Spagnolo intermedio**

MARLIN LISCANO

Indicato per coloro che hanno già frequentato il corso di base2 o ha già dimestichezza con i concetti di base della lingua spagnola.

Dal 10 marzo al 12 maggio · ore 9/10.30

10 incontri: € 50,00 + acquisto libro.

**Inglese base**

CRISTINA GUAZZETTI

Per chi vuole avvicinarsi alla lingua inglese.

Dal 10 marzo al 12 maggio - Sala CAI · ore 9/10.30

10 incontri: € 50,00 + acquisto libro.

**Filosofia**

IONE BELOTTI

"Excursus storico-filosofico e teologico tra le principali confessioni cristiane: confessione Cattolica; confessione Ortodossa e confessione Protestante"

31 mar-7/14/21/28 apr · ore 14.30/16.30 · 5 incontri: € 35,00.

**Cucito - serale**

FRANCA RIZZO

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

Dal 10 marzo al 12 maggio - Sala CAI · ore 20.30/22.30

10 incontri: € 50,00. Max 10 persone.