

CORSI

OME, PRIMAVERA 2022

 **auser**
Insieme Rovato
Università della Libertà



PRESENTAZIONE

Venerdì 18/2 alle ore 20 in Aula Magna, Piazza Mercato, Ome

Psicologia

con Dott. Michele Venni

8 incontri 50€

GIOVEDÌ DALLE 20 ALLE 21

Come si forma la nostra personalità?

Parleremo delle varie fasi dello sviluppo, dei meccanismi dell'apprendimento, dei fenomeni che contribuiscono alla formazione della nostra intelligenza.

Comunicazione

con Dott.ssa Mariateresa Nulli

8 incontri 50€

MERCOLEDÌ DALLE 18,30 ALLE 20

Poiché la comunicazione umana comprende più dimensioni, la qualità della comunicazione interpersonale deve poter svelare tutti gli "impliciti comunicativi" sottesi. Non ci si può preoccupare solo del "cosa" viene detto o non detto, ma anche del "come" avviene lo scambio preoccupandosi quindi anche dell'effetto che l'atto comunicativo ha sul destinatario.

Filosofia

con Ebe Radici

5 incontri 40€

MERCOLEDÌ DALLE 14,30 ALLE 16

Antico e moderno: riflessioni filosofiche tra utopia e realtà.

Scrittura di sé

con Mariolina Cadeddu

8 incontri 50€

MERCOLEDÌ DALLE 18 ALLE 19,30

Scrivere significa dare forma ad emozioni, sentimenti e personaggi. Proviamo a tessere una trama dove "un filo" unirà le nostre storie.

Cucito

con Silvia Serra

8 incontri 50€

MERCOLEDÌ DALLE 16 ALLE 18
SABATO DALLE 9 ALLE 11

Creiamo da sole i nostri cartamodelli ed impariamo a confezionare qualche capo. Stoffe non incluse ed è essenziale avere la propria macchina.

continua →

Nutrizionista

con Cristina Rapizza
10 incontri 50€

VENERDÌ DALLE 20 ALLE 21,30

Curiosità, miti da sfatare ed approfondimenti su alimentazione, nutrizione e benessere.

Cucina

con Teresa Baronio
8 incontri 50€

GIOVEDÌ DALLE 20 ALLE 22

Cucina campagnola bresciana - ricette pratiche

Ceramiche base

con Chiara Musatti
8 incontri 50€

MARTEDÌ DALLE 20 ALLE 22

Attraverso diverse tecniche di foggatura a mano, creiamo oggetti in terra rossa e li decoriamo con colori incisioni ed applicazioni materiche sulla superficie. Assaggio di tornio.

Disegna e dipingi

con Chiara Musatti
8 incontri 50€

LUNEDÌ DALLE 20 ALLE 22

Disegna che ti passa! Affrontiamo le basi del disegno: individuiamo il segno e lo spazio all'interno di una tavola bianca e diamo forma con il chiaro e lo scuro, le sfumature ed il colore.

Street art

con Alessio Mossali
10 incontri 50€

MERCOLEDÌ DALLE 15,30 ALLE 17,30

Elaborazione tag personale, primo approccio con gli spray. Creazione dello schizzo con brain storming. Preparazione parete. Lezione approfondita tecnico pratica. Creazione murales.

Informatica base

con Cecilia Alborghetti
8 incontri 50€

GIOVEDÌ DALLE 18,30 ALLE 20

Imparare le basi del computer per capire la sua evoluzione. Imparare i termini, creare cartelle e file per poter scrivere una lettera in word, mail, internet.

Excel base

con Cecilia Alborghetti
8 incontri 50€

GIOVEDÌ DALLE 20 ALLE 21

Imparare ad usare Excel livello base, per poter fare tabelle, calcoli, grafici e utilizzare modelli già esistenti.

Smartphone

con Luca Belotti
8 incontri 50€

LUNEDÌ DALLE 18 ALLE 19

Impariamo a conoscere e gestire al meglio il nostro cellulare.

continua →

Spagnolo base 2

con Giulia Pizzi

10 incontri 50€

MERCOLEDÌ DALLE 20 ALLE 21,30

Ripasso dei contenuti delle nozioni del corso base, conoscenza grammaticale e lessicale, intermedia della lingua.

Francese base

con Silvia Franchi

10 incontri 50€

MARTEDÌ DALLE 19 ALLE 20

Conoscenza grammaticale di base della lingua francese, per apprendere semplici frasi utili per la conversazione quotidiana.

Ginnastica posturale funzionale

con Paolo Sitta

10 incontri (1 volta a settimana) 50€

20 incontri (2 volte a settimana) 80€

MARTEDÌ / GIOVEDÌ 14,30 - 15,30

Ginnastica antalgica per alleviare la tensione della colonna vertebrale e cervicale, tramite semplici esercizi di una corretta respirazione, impareremo a prenderci cura del nostro corpo.

Danza del ventre

con Katia Barucco

10 incontri 50€ (1 volta a settimana)

LUNEDÌ DALLE 18,30 ALLE 19,30

MERCOLEDÌ DALLE 20 ALLE 21

Una danza con radici antiche, ma che anche in chiave moderna, ci permette in modo esotico e coinvolgente di connetterci con la parte femminile di noi. La femminilità che ci rende sicure e serene attraverso la conoscenza del proprio corpo ed in modo radicato e stabile.

DOVE E QUANDO

I corsi partiranno il 5 marzo e si terranno all'oratorio di Ome, in biblioteca, in aula informatica o in altri spazi comunali che verranno indicati i fase di iscrizione.

Tutti i corsi saranno attivati con un minimo di 6 iscritti.

INFO E ISCRIZIONI

Dal 19 febbraio al 4 marzo, precisamente:
mercoledì 23 e 2, venerdì 25 e 4
dalle 16.00 alle 18.00,
sabato 19 e 26 dalle 10.00 alle 12.00.

Per info: Elena 333 7771466

TESSERAMENTO

Per partecipare ai corsi è necessario il tesseramento AUSER 2022 al costo di 15€ valido fino al 31/12/2022.

NORME COVID

Tutti i corsi saranno attuati in sicurezza rispettando i protocolli sanitari vigenti.

Per partecipare ai corsi è necessario essere in possesso di GREEN PASS valido.

AUSER INSIEME ROVATO

via Ettore Spalenza, 8 ROVATO - tel: 3356309678

auserinsieme.rovato@libero.it

<http://www.auser.lombardia.it/brescia/rovato>