

SMARTPHONE base

Ornella Rapizza

Impariamo a conoscere il nostro cellulare con sistema Android, per utilizzarlo al meglio e senza il timore di.... combinare guai.
Dal 6 Marzo al 15 Maggio • Venerdì ore 14.30 - 16.30 • Sede AUSER
Max 10 iscritti • 10 incontri € 60,00 • (No iPhone)

INFORMATICA base-intermedio

Giuseppe Bonura

Un percorso pratico per acquisire i concetti fondamentali dell'informatica, imparare a muoversi in sicurezza tra acquisti online e social media, utilizzare consapevolmente le tecnologie digitali nella vita quotidiana.
Si usa Internet Wifi di Auser.

Dal 7 Marzo al 16 Maggio • Sabato ore 9.00 - 11.00 • Sede AUSER
Max 10 iscritti • 10 incontri € 60,00 • Portare il proprio portatile

PARLIAMO DI LIBRI

Ebe Radici

Commentare un libro, confrontarsi, stare insieme. Proposte di lettura e di autori.
17/02 - 17/03 - 21/04 - 19/05 • Martedì ore 14.30 - 16.00 • Scuola Ricchino
4 incontri € 20,00

PERCHÉ LA RELIGIONE?

Michele Venni

Perché gli uomini, in tutte le latitudini, hanno bisogno della religione? Cerchiamo di capire il senso psicologico dei riti, delle varie teologie e dell'influsso che hanno sugli umani.
Dal 3 Marzo al 21 Aprile • Martedì ore 16.00 - 17.00 • Sala CAI
8 incontri € 40,00

MINDFULNESS

Michele Venni

La pratica per trovare concentrazione, calma e serenità. Ci aiuta ad affrontare gli alti e bassi della vita con lucidità e tranquillità.
Dal 3 Marzo al 7 Aprile • Martedì ore 17.15 - 18.15 • Sala CAI
6 incontri € 30,00

SCRITTURA DI SÉ

Mariolina Cadeddu

La scrittura permette di comunicare principalmente con sé stessi, diventa un filo per non perdersi nel mare delle nostre emozioni, dei ricordi e di ciò che ci accade. Chi sono? E' attorno a questo interrogativo che andremo a indagare...
Dal 4 Marzo al 6 Maggio • Mercoledì ore 17.00 - 18.30 • Sede AUSER
10 incontri € 55,00

STORIA DELL'ARTE

Erica Sirani

Un viaggio alla scoperta delle opere, delle tecniche e degli artisti che hanno fatto la storia.
4/11/18 Marzo e 8/15 Aprile • Mercoledì ore 15.00 - 16.30 • Sala FORO BOARIO
5 incontri € 40,00

STORIA DELLA FOTOGRAFIA

Luca Guarnerio

Un viaggio attraverso la storia della fotografia dalle sue origini fino alle sperimentazioni contemporanee. Vengono esplorate le tecniche, gli artisti ed i movimenti che hanno trasformato la fotografia.
Dal 3 Marzo al 5 Maggio • Martedì ore 16.30 - 18.30 • Sede AUSER
10 incontri € 60,00

CIRCOLI**CAMMINIAMO INSIEME**

Nerella Radici

Camminiamo, facciamo esercizi fisici, chiacchieriamo.

Martedì-Giovedì-Venerdì ore 8.30 - 9.30 circa • Partenza dal FORO BOARIO

CIRCOLO DEL BURRACO

Soci AUSER

Facciamo del gioco di carte un'occasione d'incontro!

Lunedì ore 14.30 - 17.00 • Sede AUSER

CIRCOLO DEL CUCITO e non solo...

Piera Maria Ghirardi

Quando il filo unisce nelle passioni e crea "rete".

Mercoledì ore 9.00 - 11.30 • Sala CAI

CIRCOLO DI INGLESE

Dameris Zani

Ci troviamo per "chiacchierare" in inglese, senza il tè!

Mercoledì ore 9.15 - 11.00 • Sede AUSER

CIRCOLO DI DISEGNO E PITTURA

Giuliana Salvini

Il Circolo Artistico Villa Cantù apre le porte a nuovi artisti per dipingere, acquerellare, disegnare, chiacchierando e bevendo un caffè insieme.

Mercoledì ore 14.00 - 17.00 • Villa CANTÙ

UBICAZIONE DEI CORSI

Sede AUSER ➔ via E. Spalenza, 8

Sala CAI ➔ via E. Spalenza, 8

Palestra Scuole Medie ➔ via Costituzione, 4

Palazzo Sonzogni ➔ corso Bonomelli, 22

Sala Civica del Foro Boario ➔ piazza Garibaldi

Scuola Ricchino ➔ via E. Spalenza, 27

Piscina ACQUARÈ ➔ via Franciacorta, 1

INIZIO CORSI: dal 2 marzo 2026

MODALITÀ DI ISCRIZIONE

L'iscrizione ai corsi, assieme al tesseramento 2026, si effettua presso la sede Auser di via Ettore Spalenza, n° 8 - Rovato a partire da **lunedì 9 fino a martedì 17 Febbraio 2026** con i seguenti orari:

Lunedì, Venerdì e Sabato dalle ore 9.00 alle 12.00

Martedì, Mercoledì e Giovedì dalle ore 15.00 alle 18.00

N.B.: Per motivi contabili non possiamo accettare prenotazioni né iscrizioni dopo la data del 17 Febbraio! Le iscrizioni in sede avranno la precedenza su ogni altra notifica di intenzione all'iscrizione ai corsi.

Il direttivo si riserva di far partire il corso solamente al raggiungimento di un numero minimo di iscritti.

La tessera annuale di € 20,00 (scadrà al 31/12/2026) è necessaria per partecipare ai corsi e a tutte le altre iniziative di Auser (gite, incontri, conferenze) e non è mai rimborsabile. Il costo del corso in caso di ritiro, sarà rimborsabile in seguito a presentazione di un certificato medico o, per situazioni particolari, su decisione del Direttivo.

I pagamenti, effettuati direttamente in sede, sono solo "in contanti".

GITE - VIAGGI - INIZIATIVE VARIE

Le iniziative sono in fase di programmazione e saranno comunicate ai soci con email e con **WhatsApp cell: 373 7532577** (numero che invitiamo a mettere nella vostra Rubrica dei Contatti sul cellulare). Le iniziative che verranno proposte saranno visibili sul sito Google cercando: **"Auser Rovato Iniziative"** o **"Auser Rovato Corsi"**. Mentre cercando in Google **"Auser Rovato Documenti"** potrete trovare l'elenco delle convenzioni stipulate da Auser in vostro favore ed una descrizione accurata di alcuni corsi.

PER COMUNICARE CON L'ASSOCIAZIONE:**AUSER INSIEME ROVATO**

Sede: Via Ettore Spalenza, 8 - 25038 ROVATO (BS)
per corsi: Enio 338 7537567 - Ornella 373 7532577

per viaggi: Mariolina 320 7823927

Milena 333 1711996 - Ebe 320 8530667

e-mail: auserinsieme.rovato@libero.it

TIPI LOVATINI - COCCAGLIO (BS)



AUSER INSIEME ROVATO «UNIVERSITÀ DELLA LIBERETÀ»

ROVATO (BS) - Via Ettore Spalenza, 8
Tel. 030 7722680

in collaborazione con il
COMUNE DI ROVATO

Assessorato alla Pubblica Istruzione
propone

Occasioni 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 tuo 5x1000: Cod. Fisc.: 97321610582**

• PRIMAVERA 2026 •

CORSI MANUALI

ARMOCROMIA

Ilaria Cottini

Colori e forme per valorizzarti. Make-up e abiti per uno stile personale. Guardaroba essenziale.

Dal 1 Aprile al 29 Aprile • Mercoledì ore 14.30 - 16.00 • Sede AUSER
Max 10 iscritti • 5 incontri € 35,00 • Materiali esclusi

CUCITO - CREAZIONE BORSE

Raffaella Tomezzoli

Con questo corso potrai realizzare borse in vari tessuti e arrivare, con meraviglia, al risultato finale.

Dal 4 Marzo al 6 Maggio • Mercoledì ore 20.00 - 22.00 • Sala CAI
Max 10 iscritti • 10 incontri € 60,00 • Materiali esclusi

CUCITO mattino

Franca Rizzo

Realizzazione di abiti a portafoglio.

Dal 3 Marzo al 5 Maggio • Martedì ore 9.00 - 12.00 • Sala CAI
Max 8 iscritti • 10 incontri € 70,00 • Materiali esclusi

CUCITO serale

Franca Rizzo

Abiti corti o lunghi, interi o spezzati, per tutte le occasioni.

Dal 2 Marzo all'11 Maggio • Lunedì ore 20.30 - 22.30 • Sala CAI
Max 8 iscritti • 10 incontri € 60,00 • Materiali esclusi

DISEGNO E PITTURA

Giuliana Salvini

Insegnamenti di base attraverso un percorso che va dalla tecnica del disegno artistico alla pittura. Aperto anche ai principianti.

Dal 2 Marzo all'11 Maggio • Sala CAI

Lunedì mattino ore 9.00 - 11.30

Lunedì pomeriggio ore 14.30 - 17.00

Max 11 iscritti • 10 incontri € 65,00 • Materiali esclusi

LAVORO A MAGLIA base

Maria Rita Barucco

Con la tecnica degli aghi circolari si realizzano progetti in tondo, ossia senza cuciture.

Dal 2 Marzo all'11 Maggio • Lunedì ore 9.00 - 11.00 • Sede AUSER
Max 10 iscritti • 10 incontri € 60,00 • Materiali esclusi

LAVORO A MAGLIA intermedio

Maria Rita Barucco

Con la tecnica degli aghi circolari si realizzano progetti in tondo, ossia senza cuciture. Riservato a chi ha già frequentato il corso base.

Dal 5 Marzo al 7 Maggio • Giovedì ore 9.00 - 11.00 • Sala CAI
Max 10 iscritti • 10 incontri € 60,00 • Materiali esclusi

LAVORO A MAGLIA base - serale

Maria Rita Barucco

Con la tecnica degli aghi circolari si realizzano progetti in tondo, ossia senza cuciture.

Dal 5 Marzo al 7 Maggio • Giovedì ore 20.00 - 22.00 • Sala CAI
Max 10 iscritti • 10 incontri € 60,00 • Materiali esclusi

CORSI MANUALI

RESTAURO base

Gianpietro Costa

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

Dal 3 Marzo al 5 Maggio • Martedì ore 20.00 - 23.00 • Scuola Ricchino
Max 12 iscritti • 10 incontri € 70,00 • Materiali esclusi

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.

Dal 5 Marzo al 7 Maggio • Giovedì ore 20.00 - 23.00 • Scuola Ricchino
Max 12 iscritti • 10 incontri € 70,00 • Materiali esclusi

CORSI FISICO - GINNICI

GINNASTICA DOLCE

Nadia Zelaschi

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

Dal 5 Marzo al 7 Maggio • Giovedì ore 15.20 - 16.50 • Palestra Scuole Medie
Max 12 iscritti • 10 incontri € 60,00 • Portare materassino

GINNASTICA POSTURALE

Jennifer Sirani

Lavoro mirato a liberare il muscolo diaframmatico per prevenire contratture muscolari e alleviare lo stress.

Dal 3 Marzo al 5 Maggio • Palazzo Sonzogni
Martedì **corso A** ore 9.00 - 10.00
Martedì **corso B** ore 10.00 - 11.00
Max 12 iscritti • 10 incontri € 50,00 • Portare materassino

PILATES mattino

Laura Morando

Ci si focalizza sul rinforzo del core (muscoli addominali e della schiena), migliorando la postura, la mobilità e l'equilibrio; per un corpo più tonico, flessibile, e più funzionale. I movimenti controllati seguono il ritmo del respiro.

Dal 4 Marzo al 6 Maggio • Mercoledì ore 9.00 - 10.00 • Palazzo Sonzogni
Max 12 iscritti • 10 incontri € 50,00 • Portare materassino

PILATES pomeriggio

Laura Morando

Ci si focalizza sul rinforzo del core (muscoli addominali e della schiena), migliorando la postura, la mobilità e l'equilibrio; per un corpo più tonico, flessibile, e più funzionale. I movimenti controllati seguono il ritmo del respiro.

Dal 5 Marzo al 7 Maggio • Giovedì ore 15.00 - 16.00 • Palazzo Sonzogni
Max 12 iscritti • 10 incontri € 50,00 • Portare materassino

YOGA serale

Annalisa Venni

Yoga: uniamo la pratica fisica con la parte più intima e spirituale. Pratichiamo asana, pranayama (tecniche di respirazione) e tecniche di introspezione. Per principianti.

Dal 4 Marzo al 6 Maggio • Mercoledì ore 20.30 - 22.00 • Palazzo Sonzogni
Max 12 iscritti • 10 incontri € 60,00 • Portare materassino e copertina

YOGA RATNA base

Giuditta Rostiti

Il gioiello dello yoga. Esplora il tuo corpo attraverso lo yoga, scopri la bellezza della forza, dell'armonia e dell'equilibrio.

Dal 6 Marzo al 15 Maggio • Venerdì ore 14.30 - 16.00 • Palazzo Sonzogni
Max 12 iscritti • 10 incontri € 60,00 • Portare materassino e copertina

YOGA RATNA base 2

Giuditta Rostiti

Il gioiello dello yoga. Esplora il tuo corpo attraverso lo yoga, scopri la bellezza della forza, dell'armonia e dell'equilibrio.

Dal 2 Marzo all'11 Maggio • Lunedì ore 9.00 - 10.30 • Palazzo Sonzogni
Max 12 iscritti • 10 incontri € 60,00 • Portare materassino e copertina

TAI CHI

Lucia Cattaneo

Il Tai Chi Chuan è un'arte marziale cinese i cui movimenti lenti e aggraziati permettono di armonizzare mente, corpo e spirito.

La pratica consente di ottenere un profondo rilassamento ed entrare in uno stato mentale di completa tranquillità.

Dal 5 Marzo al 7 Maggio • Palazzo Sonzogni
Giovedì **base** ore 8.50 - 9.50
Giovedì **intermedio** ore 10.00 - 11.00
Max 12 iscritti • 10 incontri € 50,00 • Abbigliamento comodo

TERAPIA DEL SUONO

Elisabetta Filippini

Tecniche di rilassamento e di equilibrio attraverso la terapia del suono. Scopriremo i benefici delle frequenze attraverso musica selezionata.

Dal 2 Marzo all'11 Maggio • Lunedì ore 14.30 - 15.30 • Palazzo Sonzogni
Max 12 iscritti • 10 incontri € 50,00 • Portare materassino e copertina

ACQUAGYM

Dal 2 Marzo all'11 Maggio • Lunedì ore 15.00 - 15.50 • Piscina ACQUARÈ Rovato
10 incontri € 80,00 + Tessera Piscina

PISCINA

Dal 6 Marzo al 15 Maggio • Venerdì ore 15.00 - 15.50 • Piscina ACQUARÈ Rovato
10 incontri € 80,00 + Tessera Piscina

CORSI DI LINGUE

INGLESE base

Maria Rosalia Cuozzo

Dal 5 Marzo al 7 Maggio • Giovedì ore 10.00 - 11.30 • Sede AUSER
Max 12 iscritti • 10 incontri € 55,00

INGLESE intermedio

Maria Rosalia Cuozzo

Dal 5 Marzo al 7 Maggio • Giovedì ore 14.30 - 16.00 • Sede AUSER
Max 12 iscritti • 10 incontri € 55,00

INGLESE base 2

Marina Valotti

Dal 5 Marzo al 7 Maggio • Giovedì ore 14.30 - 16.00 • Sala CAI
Max 12 iscritti • 10 incontri € 55,00 + acquisto libro

INGLESE intermedio 2

Marina Valotti

Dal 3 Marzo al 5 Maggio • Martedì ore 20.30 - 22.00 • Sede AUSER
Max 12 iscritti • 10 incontri € 55,00 + acquisto libro

INGLESE intermedio 2

Margi Battistella

Dal 5 Marzo al 7 Maggio • Giovedì ore 20.00 - 22.00 • Sede AUSER
Max 12 iscritti • 10 incontri € 60,00

INGLESE avanzato

Beatrice De Carli

Dal 4 Marzo al 6 Maggio • Mercoledì ore 20.10 - 21.40 • Sede AUSER
Max 12 iscritti • 10 incontri € 55,00 + acquisto libro

SPAGNOLO intermedio

Beatrice De Carli

Dal 4 Marzo al 6 Maggio • Mercoledì ore 18.30 - 20.00 • Sede AUSER
Max 12 iscritti • 10 incontri € 55,00 + acquisto libro

CORSI CULTURALI

INCONTRI FILOSOFICI

Ione Belotti

"Così parlò Zarathustra. Un libro per tutti e per nessuno"
di Friedrich W. Nietzsche (1844-1900)

Dal 9 Aprile al 7 Maggio • Giovedì ore 14.30 - 16.00 • Sala FORO BOARIO
5 incontri € 45,00

INCONTRI CON LA NUTRIZIONISTA

Cristina Rapizza

L'alimentazione a 360 gradi, per il benessere e la tutela della salute. Impariamo a costruire pasti equilibrati a partire dalla scelta dei prodotti fino alla loro preparazione in cucina.

Dal 27 Febbraio al 17 Aprile • Venerdì ore 20.00 - 21.30 • Sede AUSER
7 incontri € 45,00

INCONTRI SUL CINEMA

Federico Occhionero

Approccio al testo e al linguaggio cinematografico con analisi di scene, sguardo di autori e filmografie internazionali. Concentrandoci su opere, nuclei tematici, filoni narrativi.

Dal 2 Marzo all'11 Maggio • Lunedì ore 20.30 - 22.30 • Sede AUSER
10 incontri € 60,00

INFORMATICA base

Ornella Rapizza

Impariamo a conoscere il nostro computer con sistema Windows. Gestione di file e cartelle, uso di Word, Internet, mail. Si usa Internet Wifi di Auser.

Dal 3 Marzo al 5 Maggio • Martedì ore 14.20 - 16.20 • Sede AUSER
Max 10 iscritti • 10 incontri € 60,00 • Portare il proprio portatile (No Apple)