

SMARTPHONE base	Ornella Rapizza
<p><i>Impariamo a conoscere il nostro cellulare con sistema Android, per utilizzarlo al meglio e senza il timore di.... combinare guai.</i></p> <p>Dal 6 Marzo al 15 Maggio • Venerdì ore 14.30 - 16.30 • Sede AUSER</p> <p>Max 10 iscritti • 10 incontri € 60,00 • (No iPhone)</p>	
INFORMATICA base-intermedio	Giuseppe Bonura
<p><i>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.</i></p> <p>Si usa Internet Wifi di Auser.</p> <p>Dal 7 Marzo al 16 Maggio • Sabato ore 9.00 - 11.00 • Sede AUSER</p> <p>Max 10 iscritti • 10 incontri € 60,00 • Portare il proprio portatile</p>	
PARLIAMO DI LIBRI	Ebe Radici
<p><i>Commentare un libro, confrontarsi, stare insieme. Proposte di letture e di autori.</i></p> <p>17/02 - 17/03 - 21/04 - 19/05 • Martedì ore 14.30 - 16.00 • Scuola Ricchino</p> <p>4 incontri € 20,00</p>	
PERCHÈ LA RELIGIONE?	Michele Venni
<p><i>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.</i></p> <p>Dal 3 Marzo al 21 Aprile • Martedì ore 16.00 - 17.00 • Sala CAI</p> <p>8 incontri € 40,00</p>	
MINDFULNESS	Michele Venni
<p><i>La pratica per trovare concentrazione, calma e serenità. Ci aiuta ad affrontare gli alti e bassi della vita con lucidità e tranquillità.</i></p> <p>Dal 3 Marzo al 7 Aprile • Martedì ore 17.15 - 18.15 • Sala CAI</p> <p>6 incontri € 30,00</p>	
SCRITTURA DI SÉ	Mariolina Cadeddu
<p><i>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...</i></p> <p>Dal 4 Marzo al 6 Maggio • Mercoledì ore 17.00 - 18.30 • Sede AUSER</p> <p>10 incontri € 55,00</p>	
STORIA DELL'ARTE	Erica Sirani
<p><i>Un viaggio alla scoperta delle opere, delle tecniche e degli artisti che hanno fatto la storia.</i></p> <p>4/11/18 Marzo e 8/15 Aprile • Mercoledì ore 15.00 - 16.30 • Sala FORO BOARIO</p> <p>5 incontri € 40,00</p>	
STORIA DELLA FOTOGRAFIA	Luca Guarnerio
<p><i>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.</i></p> <p>Dal 3 Marzo al 5 Maggio • Martedì ore 16.30 - 18.30 • Sede AUSER</p> <p>10 incontri € 60,00</p>	

CIRCOLI	
CAMMINIAMO INSIEME	Nerella Radici
<p><i>Camminiamo, facciamo esercizi fisici, chiacchieriamo.</i></p> <p>Martedì-Giovedì-Venerdì ore 8.30 - 9.30 circa • Partenza dal FORO BOARIO</p>	
CIRCOLO DEL BURRACO	Soci AUSER
<p><i>Facciamo del gioco di carte un'occasione d'incontro!</i></p> <p>Lunedì ore 14.30 - 17.00 • Sede AUSER</p>	
CIRCOLO DEL CUCITO e non solo...	Piera Maria Ghirardi
<p><i>Quando il filo unisce nelle passioni e crea "rete".</i></p> <p>Mercoledì ore 9.00 - 11.30 • Sala CAI</p>	
CIRCOLO DI INGLESE	Dameris Zani
<p><i>Ci troviamo per "chiacchierare" in inglese, senza il tè!</i></p> <p>Mercoledì ore 9.15 - 11.00 • Sede AUSER</p>	
CIRCOLO DI DISEGNO E PITTURA	Giuliana Salvini
<p><i>Il Circolo Artistico Villa Cantù apre le porte a nuovi artisti per dipingere, acquerellare, disegnare, chiacchierando e bevendo un caffè insieme.</i></p> <p>Mercoledì ore 14.00 - 17.00 • Villa CANTÙ</p>	

UBICAZIONE DEI CORSI
<p>Sede AUSER ➡ via E. Spalenza, 8</p> <p>Sala CAI ➡ via E. Spalenza, 8</p> <p>Palestra Scuole Medie ➡ via Costituzione, 4</p> <p>Palazzo Sonzogni ➡ corso Bonomelli, 22</p> <p>Sala Civica del Foro Boario ➡ piazza Garibaldi</p> <p>Scuola Ricchino ➡ via E. Spalenza, 27</p> <p>Piscina ACQUARÈ ➡ via Franciacorta, 1</p>
INIZIO CORSI: dal 2 marzo 2026

MODALITÀ DI ISCRIZIONE
<p>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:</p> <p>Lunedì, Venerdì e Sabato dalle ore 9.00 alle 12.00</p> <p>Martedì, Mercoledì e Giovedì dalle ore 15.00 alle 18.00</p> <p>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.</p> <p>Il direttivo si riserva di far partire il corso solamente al raggiungimento di un numero minimo di iscritti.</p> <p>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.</p> <p>I pagamenti, effettuati direttamente in sede, sono solo "in contanti".</p>
GITE - VIAGGI - INIZIATIVE VARIE
<p>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.</p>
PER COMUNICARE CON L'ASSOCIAZIONE: AUSER INSIEME ROVATO
<p>Sede: Via Ettore Spalenza, 8 - 25038 ROVATO (BS)</p> <p>per corsi: Enio 338 7537567 - Ornella 373 7532577</p> <p>per viaggi: Mariolina 320 7823927</p> <p>Milena 333 1711996 - Ebe 320 8530667</p> <p>e-mail: auserinsieme.rovato@libero.it</p>



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. Dall’1 Aprile al 29 Aprile • Mercoledì ore 14.30 - 16.00 • Sede AUSER Max 10 iscritti • 5 incontri € 35,00 • <i>Materiali esclusi</i>	
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 • <i>Materiali esclusi</i>	
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 • <i>Materiali esclusi</i>	
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 • <i>Materiali esclusi</i>	
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 • <i>Materiali esclusi</i>	
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 • <i>Materiali esclusi</i>	
LAVORO A MAGLIA intermedio	Maria Rita Barucco
Con la tenica 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 • <i>Materiali esclusi</i>	
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 • <i>Materiali esclusi</i>	

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 • <i>Materiali esclusi</i>	
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 • <i>Materiali esclusi</i>	

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 • <i>Portare materassino</i>	
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 • <i>Portare materassino</i>	
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 • <i>Portare materassino</i>	

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 • <i>Portare materassino</i>	

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 • <i>Portare materassino e copertina</i>	

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 • <i>Portare materassino e copertina</i>	
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 • <i>Portare materassino e copertina</i>	
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 • <i>Abbigliamento comodo</i>	

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 • <i>Portare materassino e copertina</i>	

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 • <i>Portare il proprio portatile (No Apple)</i>	