

Palazzo SONZOGNI • Rovato - Corso Bonomelli, 22

Danzaterapia

SARA DI MARTINO

Ritrova il tuo equilibrio integrando corpo, mente ed emozioni attraverso il movimento. Un percorso accessibile a tutti per riscoprire il proprio corpo, entrare in contatto con se stessi e imparare a conoscersi meglio. Non serve saper danzare per partecipare.

Dal 6 Marzo al 15 Maggio • ore 15.30-16.30 • Sala 2
10 incontri € 50,00 • Max 12 iscritti • Abbigliamento comodo

La via dell'Armonia

NADIA ZOLI

Pratica di gruppo per raggiungere l'armonia tra corpo, mente ed emozioni; il tutto partendo da semplici esercizi di ascolto del movimento e di sblocco del respiro.

Dal 6 Marzo al 15 Maggio • ore 17.00-18.30 • Sala 2
10 incontri € 60,00 • Max 12 iscritti • Scarpe da ginnastica

FORO BOARIO • Rovato - Piazza Garibaldi

Camminiamo insieme

NERELLA RADICI

Punto d'incontro per partenza: inizio Spalti ingresso Foro Boario (vicino alla panchina rossa). Camminiamo, facciamo esercizi fisici, chiacchieriamo.

Continuato • ore 8.30-9.30 circa

Incontri filosofici di primavera

IONE BELOTTI

Sulla scia del pensiero etico-politico di Martha Nussbaum indagheremo il regno della Paura e dei suoi figli: Rabbia, Disgusto, Vergogna, Invidia, Misoginia".

Dal 27 Marzo al 24 Aprile • ore 14.30-16.00
5 incontri € 45,00

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 6 Marzo al 15 Maggio • ore 20.00-23.00
10 incontri € 70,00 + acquisto materiale • Max 12 iscritti

VENERDÌ

Sede AUSER • Rovato - Via Ettore Spalenza, 8

Drammaturgia musicale

MATTEO BIANCHI

Rossini, Bellini, Donizetti, Verdi e Puccini. Vedremo come i fatti biografici degli autori si legano indissolubilmente con i loro capolavori: una trasvolata tra arte e umanità, tra storia e finzione, alla scoperta di quella che Wagner definì "l'opera d'arte totale."

Dal 7 Marzo al 4 Aprile • ore 9.30-11.00
5 incontri € 40,00

Uso dello Smartphone

ORNELLA RAPIZZA

Impariamo a conoscere il nostro cellulare, sistema Android, partendo dalle basi per utilizzarlo al meglio e senza il timore di... combinare guai a questo nostro attrezzo.

Dal 7 Marzo al 16 Maggio • ore 14.00-16.00
10 incontri € 60,00 • Max 10 iscritti

Tedesco base 2

BEATRICE DE CARLI

Corso dedicato a chi desidera apprendere i primi rudimenti della lingua tedesca e iniziare a capire ed utilizzare semplici frasi della conversazione quotidiana (saluti, convenevoli, richiesta di informazioni, indicazioni stradali...).

Dal 7 Marzo al 16 Maggio • ore 14.45-16.15 • sala CAI
10 incontri € 55,00 + acquisto libro • Max 10 iscritti

Astronomia

ROBERTO CIRI

"La Via Lattea fra scienza e leggenda - Comete, effimeri vagabondi dello spazio - Esopianeti: c'è qualcuno là fuori? - Osservare il cielo stellato con il primo telescopio"

4 e 11 Aprile - 9-16-23 Maggio • ore 20.30-22.30
5 incontri € 50,00

Palazzo SONZOGNI • Rovato - Corso Bonomelli, 22

Tai Chi Chuan– Qi Gong - base

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 del Qi Gong consente di ottenere un profondo rilassamento ed entrare in uno stato mentale di completa tranquillità.

Dal 7 Marzo al 16 Maggio • ore 9.00-10.00 • Sala 1
10 incontri € 50,00 • Max 12 iscritti • Abbigliamento comodo

Danzaterapia

SARA DI MARTINO

Ritrova il tuo equilibrio integrando corpo, mente ed emozioni attraverso il movimento. Un percorso accessibile a tutti per riscoprire il proprio corpo, entrare in contatto con se stessi e imparare a conoscersi meglio. Non serve saper danzare per partecipare.

Dal 7 Marzo al 16 Maggio • ore 10.00-11.00 • Sala 2
10 incontri € 50,00 • Max 12 iscritti • Abbigliamento comodo

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. Il corso è aperto a tutti i praticanti di qualsiasi livello e età.

Dal 7 Marzo al 16 Maggio • ore 14.30-16.00 • Sala 1
10 incontri € 60,00 • Max 12 iscritti • Portare materassino e copertina

Piscina ACQUARÈ • Rovato - Via Franciacorta, 1

Piscina

PISCINA SPAZIO SPORT

Per nuotare o imparare a nuotare. È necessaria la tessera di Piscina Acqua Sport € 5,00 per chi non ne fosse già in possesso.

Dal 7 Marzo al 16 Maggio • ore 15.00-15.50
10 lezioni € 80,00

FORO BOARIO • Rovato - Piazza Garibaldi

Camminiamo insieme

NERELLA RADICI

Punto d'incontro per partenza: inizio Spalti ingresso Foro Boario (vicino alla panchina rossa). Camminiamo, facciamo esercizi fisici, chiacchieriamo.

Continuato • ore 8.30-9.30 circa

MODALITÀ DI ISCRIZIONE

L'iscrizione ai corsi, assieme al tesseramento 2025, si effettua presso la sede Auser di via Ettore Spalenza, n° 8 - Rovato a partire da **lunedì 17** fino a **martedì 25 Febbraio 2025** 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 25 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 è necessaria per partecipare, oltre ai corsi, 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 Presidente.

GITE - VIAGGI - INIZIATIVE VARIE

- 3 giorni alle CINQUE TERRE - dall'11 al 13 Aprile
- Viaggio a CRETA - dal 6 al 13 Settembre
- BRETAGNA e NORMANDIA - 31 Maggio - 7 Giugno 2025
- BRETAGNA e NORMANDIA - 12 - 19 Giugno 2025
- PROPOSTE TEATRALI (in fase di definizione)

Stiamo valutando altre iniziative che sono ancora in fase di programmazione con date da destinarsi. Andremo a inviarle per email non appena definite.

Tutte le future iniziative verranno debitamente comunicate prima del loro avvento e saranno visualizzabili sul sito di Auser Rovato cercando in Google: "Iniziativa Auser Rovato". Mentre cercando in Google "Auser Rovato documenti", potrete trovare l'elenco delle convenzioni stipulate in vostro favore e una descrizione più accurata di alcuni corsi.

PER COMUNICARE CON L'ASSOCIAZIONE:

AUSER INSIEME ROVATO

Sede: Via Ettore Spalenza, 8 - 25038 ROVATO (BS)
Tel. 030 7722680 il martedì dalle ore 15.00 alle 17.00
nel periodo dei corsi - Cell. 335 6309678 - 373 7532577
e-mail: auserinsieme.rovato@libero.it



AUSER INSIEME ROVATO «UNIVERSITÀ DELLA LIBERETÀ»

ROVATO (BS) - Via Ettore Spalenza, 8
Tel. 030 7722680
Cell. 335 6309678 - 373 7532577

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 TUO 5x1000: Cod. Fisc.: 97321610582

• PRIMAVERA 2025 •

LUNEDÌ

Sede AUSER • Rovato - Via Ettore Spalenza, 8

Dal disegno alla pittura - mattino

GIULIANA SALVINI

Insegnamenti di base attraverso un percorso che va dalla tecnica del disegno artistico alla pittura. Incontri aperti a tutti sia a principianti che a coloro che hanno già esperienza.

Dal 3 Marzo al 12 Maggio • ore 9.00-11.30 • Sala CAI
10 incontri € 65,00 • Max 10 iscritti • **Materiali esclusi**

Dal disegno alla pittura - pomeriggio

GIULIANA SALVINI

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

Dal 3 Marzo al 12 Maggio • ore 14.30-17.00 • Sala CAI
10 incontri € 65,00 • Max 10 iscritti • **Materiali esclusi**

Lavoro a maglia con aghi circolari base

MARIA RITA BARUCCO

Con una nuova tecnica si realizzano progetti in tondo ossia senza cuciture.

Dal 3 Marzo al 12 Maggio • ore 9.00-11.00
10 incontri € 60,00 • Max 10 iscritti • **Materiali esclusi**

Circolo del Burraco

SOCI AUSER

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

Continuato • ore 14.30-17.00

Incontri sul Cinema

FEDERICO OCCHIONERO

Il corso è pensato per chi vuole approfondire l'approccio al testo cinematografico. Analizzeremo scene e ci confronteremo insieme sullo sguardo di registi e filmografie internazionali, concentrandoci su opere, nuclei tematici, filoni.

Dal 3 Marzo al 7 Aprile • ore 20.30-22.30
6 incontri € 40,00

Cucito serale

FRANCA RIZZO

Prepariamo per l'autunno calzonni e gilet

Dal 3 Marzo al 12 Maggio • ore 20.30-22.30 • Sala CAI
10 incontri € 60,00 • Max 8 iscritti

Palazzo SONZOGNI • Rovato - Corso Bonomelli, 22

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. Il corso è aperto a tutti i praticanti di qualsiasi livello e età.

Dal 3 Marzo al 12 Maggio • ore 9.00-10.30 • Sala 1
10 incontri € 60,00 • Max 12 iscritti • Portare materassino e copertina

Danza del ventre

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 se stesse

Dal 3 Marzo al 12 Maggio • ore 17.30-18.30 • Sala 2
10 incontri € 50,00 • Max 12 iscritti • Portare materassino

Piscina ACQUARÈ • Rovato - Via Franciacorta, 1

Acquagym

PISCINA SPAZIO SPORT

AcquaGym - È necessaria la tessera di Piscina Acqua Sport € 5,00 per chi non ne fosse già in possesso.

Dal 3 Marzo al 12 Maggio • ore 15.00-15.50
10 lezioni € 80,00

MARTEDÌ

Sede AUSER • Rovato - Via Ettore Spalenza, 8

Cucito martedì

FRANCA RIZZO

Variazione di giacche primaverili.

Dal 4 Marzo al 6 Maggio • ore 9.00-12.00 • Sala CAI
10 incontri € 70,00 • Max 8 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.
25/2 - 25/3 - 29/4 - 27/5 • ore 14.30-16.00 • Sala CAI
4 incontri € 20,00

Informatica base

ORNELLA RAPIZZA

Impariamo a conoscere il nostro computer, sistema Windows, partendo dalle basi, cartelle, file, elaborazione dei testi, internet, mail.

Consigliamo di portare il proprio portatile. Si usa Internet Wifi di Auser.
Dal 4 Marzo al 6 Maggio • ore 9.00-11.00
10 incontri € 60,00 • Max 10 iscritti

Inglese intermedio martedì

BEATRICE DE CARLI

Corso dedicato a chi intende rafforzare le proprie conoscenze grammaticali della lingua inglese e cimentarsi con semplici letture e amichevoli conversazioni.

Dal 4 Marzo al 6 Maggio • ore 14.45-16.15
10 incontri € 55,00 + acquisto libro • Max 10 iscritti

Psicologia

MICHELE VENNI

La formula della felicità: significato, percorso per raggiungerla, difficoltà, strategie.

Dal 4 Marzo al 23 Aprile • ore 16.30-17.30
8 incontri € 40,00

Inglese base serale 2 martedì

MARINA VALOTTI

Per chi non ha mai affrontato lo studio della lingua inglese o desidera riprenderne l'apprendimento. Affronteremo le prime regole grammaticali in semplici conversazioni nel gruppo. Leggeremo brevi brani e ogni lezione terminerà con una famosa canzone in inglese da cantare insieme.

Dal 4 Marzo al 6 Maggio • ore 20.30-22.00 • Sala CAI
10 incontri € 55,00 • Max 10 iscritti

Palazzo SONZOGNI • Rovato - Corso Bonomelli, 22

Ginnastica Posturale del benessere - mattino

JENNIFER SIRANI

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

Dal 4 Marzo al 6 Maggio • Corso A ore 9.00-10.00
Dal 4 Marzo al 6 Maggio • Corso B ore 10.00-11.00
10 incontri € 50,00 • Max 12 iscritti • Portare materassino

Ginnastica Posturale del benessere - pomeriggio

JENNIFER SIRANI

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

Dal 4 Marzo al 6 Maggio • ore 14.30-15.30 • Sala 1
10 incontri € 50,00 • Max 12 iscritti • Portare materassino

FORO BOARIO • Rovato - Piazza Garibaldi

Camminiamo insieme

NERELLA RADICI

Punto d'incontro per partenza: inizio Spalti ingresso Foro Boario (vicino alla panchina rossa). Camminiamo, facciamo esercizi fisici, chiacchieriamo.

Continuato • ore 8.30-9.30 circa

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 4 Marzo al 6 Maggio • ore 20.00-23.00
10 incontri € 70,00 + acquisto materiale • Max 10 iscritti

MERCOLEDÌ

Sede AUSER • Rovato - Via Ettore Spalenza, 8

Circolo del cucito

PIERA MARIA GHIRARDI

Quando "l'interesse e la passione per l'ago e il filo" fanno incontrare le persone...

fino ad esaurimento posti

Tra storia e romanzo

ALESSANDRA ROSSINI

La Resistenza italiana nella storia e nella letteratura: una rappresentazione non celebrativa della guerra civile nei romanzi di Italo Calvino e di Beppe Fenoglio.

Dal 5 Marzo al 9 Aprile • ore 17.00-18.30
6 incontri € 40,00

Spagnolo intermedio

BEATRICE DE CARLI

Corso dedicato a chi ha già acquisito alcune conoscenze di base. Si proseguirà nello studio della grammatica e del lessico, senza mai trascurare la conversazione e la lettura.

Dal 5 Marzo al 7 Maggio • ore 18.30-20.00 • Sala CAI
10 incontri € 55,00 + acquisto libro • Max 10 iscritti

Inglese avanzato

BEATRICE DE CARLI

Approfondimento delle proprie capacità espressive e di comprensione orale e scritta attraverso letture, canzoni, ascolti, conversazioni e giochi. Non mancherà un ripasso/studio della grammatica.

Dal 5 Marzo al 7 Maggio • ore 20.00-21.30 • Sala CAI
10 incontri € 55,00 + acquisto libro • Max 10 iscritti

Informatica base

ORNELLA RAPIZZA

Impariamo a conoscere il nostro computer, sistema Windows, partendo dalle basi, cartelle, file, elaborazione dei testi, internet, mail.

Consigliamo di portare il proprio portatile. Si usa Internet Wifi di Auser.
Dal 5 Marzo al 7 Maggio • ore 20.00-22.00
10 incontri € 60,00 • Max 10 iscritti

Palazzo SONZOGNI • Rovato - Corso Bonomelli, 22

Yoga Ratna - intermedio

GIUDITTA ROSTITI

Il gioiello dello yoga. Esplora il tuo corpo attraverso lo yoga, scopri la bellezza della forza, dell'armonia e dell'equilibrio. Il corso è aperto a tutti i praticanti di qualsiasi livello e età.

Dal 5 Marzo al 7 Maggio • ore 15.00-16.30 • Sala 1
10 incontri € 60,00 • Max 12 iscritti • Portare materassino e copertina

Yoga

ANNALISA VENNI

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

Dal 5 Marzo al 7 Maggio • ore 20.30-21.30 • Sala 1
10 incontri € 50,00 • Max 12 iscritti • Portare materassino e copertina

FORO BOARIO • Rovato - Piazza Garibaldi

Storia dell'Arte

ERICA SIRANI

Il Novecento

Dal 19 Marzo al 7 Maggio (NO 9 e 16 Aprile) • ore 15.00-16.30
6 incontri € 40,00

VILLA CANTÙ • Rovato - Via Mopnte Orfano, 27

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.

ore 14.00-17.00/18.00 • fino ad esaurimento posti

GIOVEDÌ

Sede AUSER • Rovato - Via Ettore Spalenza, 8

Lavoro a maglia con aghi circolari intermedio

MARIA RITA BARUCCO

Riservato a chi ha già frequentato i corsi precedenti. Con una nuova tecnica si realizzano progetti in tondo ossia senza cuciture.

Dal 6 Marzo al 15 Maggio • ore 9.00-11.00
10 incontri € 60,00 • Max 10 iscritti • **Materiali esclusi**

Inglese base - pomeriggio

MARIA ROSALIA CUOZZO

Titolo: Catchy English *Metodo*: Diretto-situazionale *Obiettivo*: *Raggiungere l'autonomia linguistica in situazioni di quotidianità e di necessità (lavoro, viaggi, hobbistica...)

Dal 6 Marzo al 15 Maggio • ore 14.30-16.00
10 incontri € 55,00 • Max 12 iscritti

Inglese intermedio

MARGI BATTISTELLA

Corso di inglese - intermedie/upper intermedie - mirato all'apprendimento della lingua attraverso letture, ascolti e filmati con relative attività di analisi e discussione.

Dal 6 Marzo al 15 Maggio • ore 20.00-22.00
10 incontri € 60,00 • Max 12 iscritti

Auditorium Scuola Media • Rovato - Via Costituzione

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 6 Marzo al 15 Maggio • ore 15.20-16.50
10 incontri € 60,00 • Max 15 iscritti • Portare materassino

Palazzo SONZOGNI • Rovato - Corso Bonomelli, 22

Tai Chi Chuan– Qi Gong - base/intermedio

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 del Qi Gong consente di ottenere un profondo rilassamento ed entrare in uno stato mentale di completa tranquillità.

Dal 6 Marzo al 15 Maggio • Sala 1
ore 9.00-10.00 Corso base • ore 9.30-10.30 Corso intermedio
10 incontri € 50,00 • Max 12 iscritti • Abbigliamento comodo