

Inglese intermedio 2

MARGI BATTISTELLA

Intermediate/upper intermediate - Mirato all'apprendimento della lingua attraverso vignette, filmati e letture di attualità in un ambiente di lavoro sereno e divertente.

Dal 2 Ottobre al 4 Dicembre • ore 20.00-22.00

10 incontri € 60,00 • Max 12 iscritti

Lavoro a maglia con aghi circolari

MARIA RITA BARUCCO

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

Dal 2 Ottobre al 4 Dicembre • ore 20.00-22.00 • Sala CAI

10 incontri € 60,00 • Max 10 iscritti • **Materiali esclusi**

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 2 Ottobre al 4 Dicembre • ore 15.20-16.50

10 incontri € 55,00 • Max 12 iscritti • Portare materassino

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 2 Ottobre al 4 Dicembre • ore 9.00-10.00 • Sala 1

10 incontri € 50,00 • Max 12 iscritti • Abbigliamento comodo

Tai Chi Chuan-Qi Gong - Intermedio

LUCIA CATTANEO

Dal 2 Ottobre al 4 Dicembre • ore 10.00-11.00 • Sala 1

10 incontri € 50,00 • Max 12 iscritti • Abbigliamento comodo

Pilates

LAURA MORANDO

Il pilates è una disciplina che 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. Questo aiuta a ridurre lo stress e a promuovere l'equilibrio tra mente e corpo.

Dal 2 Ottobre al 4 Dicembre • ore 14.20-15.20 • Sala 1

10 incontri € 50,00 • Max 12 iscritti • Portare materassino

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 2 Ottobre al 4 Dicembre • ore 15.30-16.30 • Sala 1

10 incontri € 50,00 • Max 12 iscritti • Abbigliamento comodo

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 d'autunno

IONE BELOTTI

Nascondere l'umanità (paura, disgusto, vergogna). Coltivare l'umanità (compassione, rispetto, reciprocità, amore)".

Dal 25 Settembre al 23 Ottobre • 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 2 Ottobre al 4 Dicembre • ore 20.00-23.00

10 incontri € 70,00 + acquisto materiale • Max 12 iscritti

VENERDÌ

Sede AUSER • Rovato - Via Ettore Spalenza, 8

Storia della Musica

MATTEO BIANCHI

Un uomo di Teatro, così si definì lo stesso Verdi: l'intento del corso è proprio quello di analizzare alcune opere celebri alla ricerca dell'essenza stessa della musica verdiana. Le opere scelte per il corso: Macbeth, Rigoletto, Traviata, Aida, Otello.

Dal 3 Ottobre al 5 Dicembre • 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 3 Ottobre al 5 Dicembre • ore 14.00-16.00

10 incontri € 60,00 • Max 10 iscritti

I nostri scrittori, la nostra storia

LUIGI FERRARA

"L'Italia di fine Ottocento e la letteratura" "Le guerre di Mussolini e la letteratura" "L'Italia degli anni ottanta e la letteratura".

Dal 28 Novembre al 12 Dicembre • ore 16.15-17.45

3 incontri € 15,00

Incontri con la Nutrizionista

CRISTINA RAPIZZA

"Tutela e promozione della salute: l'alimentazione per il benessere a 360 gradi. Si impara a costruire pasti equilibrati a partire dalla scelta dei prodotti fino alla loro preparazione in cucina".

Dal 3 Ottobre al 28 Novembre (escluso il 31/10) • ore 20.00-21.30

8 incontri € 45,00 • Max 12 iscritti

Palazzo SONZOGNI • Rovato - Corso Bonomelli, 22

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 3 Ottobre al 5 Dicembre • ore 14.30-16.00 • Sala 1

10 incontri € 55,00 • 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 3 Ottobre al 5 Dicembre • 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

SABATO

Sede AUSER • Rovato - Via Ettore Spalenza, 8

Corso base all'uso del Mobile-IOS

GIUSEPPE BONURA

Un corso pensato per scoprire le basi dell'uso dell'iPhone: dalle impostazioni principali alle app utili, fino alla navigazione sicura su internet. Per usare il proprio smartphone in modo consapevole, efficace e senza rischi.

Dal 4 Ottobre al 13 Dicembre • ore 9.00-11.00

10 incontri € 60,00 • Max 10 iscritti

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 8 fino a martedì 16 Settembre 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 16 Settembre! 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) 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

• Udine - mostra DA GAUGUIN A HOPPER 18-19 Ottobre

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 - Enio 338 7537567 Ornella 373 7532577

e-mail: auserinsieme.rovato@libero.it



AUSER INSIEME ROVATO «UNIVERSITÀ DELLA LIBERTÀ»

ROVATO (BS) - Via Ettore Spalenza, 8

Tel. 030 7722680

Enio cell. 338 7537567 - Ornella cell. 373 7532577

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

• AUTUNNO 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 6 Ottobre al 15 Dicembre • ore 9.00-11.30 • Sala CAI

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

Dal disegno alla pittura - pomeriggio

GIULIANA SALVINI

Dal 6 Ottobre al 15 Dicembre • ore 14.30-17.00 • Sala CAI

10 incontri € 65,00 • Max 11 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 29 Settembre all'1 Dicembre • 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

Suonare la chitarra

MAURO OCCHIONERO

Scoprire il mondo meraviglioso delle corde con le proprie mani. Per tutte le età. Non si richiede una conoscenza pregressa, ma una propria chitarra.

Dal 29 Settembre all'1 Dicembre • ore 18.00-19.30

10 incontri € 55,00 • Max 10 iscritti

Incontri sul Cinema

FEDERICO OCCHIONERO

Riprendiamo il corso pensato per chi vuole approfondire l'approccio al testo e al linguaggio cinematografico. Torniamo ad analizzare scene e a confrontarci sullo sguardo di autori e filmografie internazionali, concentrandoci su opere, nuclei tematici, filoni narrativi. Aperto a tutti.

Dal 29 Settembre all'1 Dicembre • ore 20.30-22.30

10 incontri € 60,00

Cucito serale

FRANCA RIZZO

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

Possibilità di variazioni a quanto proposto.

Dal 29 Settembre all'1 Dicembre • 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 29 Settembre all'1 Dicembre • ore 9.00-10.30 • Sala 1

10 incontri € 60,00 • Max 12 iscritti • Portare materassino e copertina

Terapia del suono

ELISABETTA FILIPPINI

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

Dal 29 Settembre al 27 Ottobre • ore 14.30-15.30 • Sala 1

5 incontri € 35,00 • 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 29 Settembre all'1 Dicembre • ore 17.30-18.30 • Sala 1

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 29 Settembre all'1 Dicembre • ore 15.00-15.50

10 lezioni € 80,00

MARTEDÌ

Sede AUSER • Rovato - Via Ettore Spalenza, 8

Cucito martedì

FRANCA RIZZO

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

Dal 30 Settembre al 10 Dicembre (no il 4/11) • ore 9.00-12.00 • Sala CAI

10 incontri € 70,00 • Max 8 iscritti

Odisea, un viaggio senza fine

EMANUELA CARETTA

Odisea, un viaggio senza fine. Ripercorriamo insieme le avventure per mare di Ulisse all'ostinata ricerca della sua isola mai dimenticata. E, tuttavia, già sappiamo che Itaca non sarà la sua ultima meta: presto l'eroe dai multiforme ingegno ripartirà per giungere fino a noi attraverso molteplici e imprevedibili percorsi letterari.

Dal 30 Settembre al 25 Novembre (no il 4/11) • ore 14.30-16.00

6 incontri € 30,00

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.

30/09 -28/10 - 2/12 • ore 14.30-16.00 • Sala CAI

3 incontri € 15,00

Psicologia

MICHELE VENNI

Per millenni l'uomo comunicava solo col corpo. Poi ha sviluppato il linguaggio e, più tardi ancora, la scrittura. Ma il corpo continua a comunicare, anche se noi non ne siamo coscienti. Cerchiamo di imparare questa lingua antica e profonda.

Dal 30 Settembre al 25 Novembre (no il 4/11) • ore 16.00-17.00

8 incontri € 40,00

Informatica

ORNELLA RAPIZZA

Impariamo a conoscere il nostro computer, sistema Windows, partendo dalle basi, cartelle, file, elaborazione dei testi con Word, internet, mail, un accenno allo smartphone.

Consigliamo di portare il proprio portatile. Si usa Internet Wifi di Auser.

Dal 30 Settembre al 10 Dicembre (no il 4/11) • ore 16.00-17.00

10 incontri € 60,00 • Max 10 iscritti

Inglese intermedio martedì

MARINA VALOTTI

Ampliamento del vocabolario, strutture verbali diverse e realizzazione di una conversazione di vita quotidiana.

Dal 30 Settembre al 10 Dicembre (no il 4/11) • ore 20:30-22.00

10 incontri € 55,00 • Max 12 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 30 Settembre al 10 Dicembre (no il 4/11) • Corso A ore 9.00-10.00 - Sala 1

Dal 30 Settembre al 10 Dicembre (no il 4/11) • Corso A ore 10.00-11.00 - Sala 2

10 incontri € 50,00 • Max 12 iscritti • Portare materassino

Ginnastica Posturale del benessere - pomeriggio

JENNIFER SIRANI

Dal 30 Settembre al 10 Dicembre (no il 4/11) • 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 30 Settembre al 10 Dicembre (no il 4/11) • 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 e molto altro

PIERA MARIA GHIRARDI

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

ore 9.00-11.30

Scrittura di sé

MARIOLINA CADEDDU

La scrittura permette di comunicare principalmente con se 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...

Dall'1 Ottobre al 3 Dicembre • ore 16.00-17.30

10 incontri € 55,00 • Max 10 iscritti

Spagnolo intermedio

BEATRICE DE CARLI

Corso dedicato a chi ha già acquisito le nozioni di base della lingua. Senza trascurare lo studio e il ripasso delle forme grammaticali e lessicali, daremo sempre più spazio alla conversazione, al gioco, alla lettura e all'ascolto.

Dall'1 Ottobre al 3 Dicembre • ore 18.30-20.00 • Sala CAI

10 incontri € 55,00 + acquisto libro • Max 10 iscritti

Inglese avanzato

BEATRICE DE CARLI

Il corso prevede un ripasso grammaticale, un approfondimento del lessico, ma soprattutto tempo dedicato alla conversazione, anche attraverso giochi, all'ascolto, anche di canzoni, e alla lettura.

Dall'1 Ottobre al 3 Dicembre • ore 20.10-21.40 • Sala CAI

10 incontri € 55,00 + acquisto libro • Max 10 iscritti

Informatica base/intermedio

GIUSEPPE BONURA

Un percorso pratico per rispolverare i concetti fondamentali dell'informatica, imparare a muoversi in sicurezza tra acquisti online e social media, e utilizzare consapevolmente le tecnologie digitali nella vita quotidiana.

Portare il proprio portatile. Si usa Internet Wifi di Auser.

Dall'1 Ottobre al 3 Dicembre • ore 20.00-22.00

10 incontri € 60,00 • Max 10 iscritti

Palazzo SONZOGNI • Rovato - Corso Bonomelli, 22

Pilates

LAURA MORANDO

Il pilates è una disciplina che 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. Questo aiuta a ridurre lo stress e a promuovere l'equilibrio tra mente e corpo.

Dall'1 Ottobre al 3 Dicembre • ore 9.00-10.00 • Sala 1

10 incontri € 50,00 • Max 12 iscritti • Portare materassino

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.

Dall'1 Ottobre al 3 Dicembre • ore 15.00-16.30 • Sala 1

10 incontri € 55,00 • 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.

Dall'1 Ottobre al 3 Dicembre • ore 20.30-22.00 • Sala 1

10 incontri € 55,00 • Max 12 iscritti • Portare materassino e copertina

FORO BOARIO • Rovato - Piazza Garibaldi

Storia dell'Arte

ERICA SIRANI

Percorsi d'arte: Un viaggio alla scoperta delle opere, delle tecniche e degli artisti che hanno fatto la storia.

Dal 29 Ottobre al 26 Novembre • ore 15.00-16.30

5 incontri € 40,00

VILLA CANTÙ • Rovato - Via Monte 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 2 Ottobre al 4 Dicembre • ore 9.00-11.00

10 incontri € 60,00 • Max 10 iscritti • *Materiali esclusi*

Tedesco base 2

BEATRICE DE CARLI

Dedicato a chi ha già affrontato i primi rudimenti della lingua. Oltre al ripasso e all'approfondimento grammaticale e lessicale ci divertiremo affrontando semplici conversazioni, giochi di ruolo, ascolti e letture.

Dal 2 Ottobre al 4 Dicembre • ore 10.00-11.300 • Sala CAI

10 incontri € 55,00 + acquisto libro • Max 10 iscritti

Inglese base 2

MARINA VALOTTI

Dedicato a chi ha già una piccola infarinatura di inglese. Obiettivo: consolidare le basi arricchendo un po' il vocabolario e conoscere nuove strutture verbali.

Dal 2 Ottobre al 4 Dicembre • ore 14:30-16.00

10 incontri € 55,00 • Max 12 iscritti

Inglese intermedio 1

MARIA ROSALIA CUOZZO

... Dare to speak English!! Metodo: diretto-situazionale. Obiettivo: migliorare la propria autonomia linguistica in situazioni varie.

Dal 2 Ottobre al 4 Dicembre • ore 14.30-16.00

10 incontri € 55,00 • Max 12 iscritti

Inglese base 1

MARIA ROSALIA CUOZZO

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

Dal 2 Ottobre al 4 Dicembre • ore 16.10-7.40

10 incontri € 55,00 • Max 12 iscritti

Tedesco base

MARINA VALOTTI

Alfabetizzazione, pronuncia, lettura, verbi base al presente e al futuro, introduzione ai modali, frasi e domande di sopravvivenza quotidiana, rudimenti di flessione grammaticale.

Dal 2 Ottobre al 4 Dicembre • ore 16.15-17.45

10 incontri € 55,00 • Max 12 iscritti