



Carissime Associate, Carissimi Associati,

siamo lieti di darvi il benvenuto al secondo quadrimestre di corsi e con essi a nuove esperienze di apprendimento.

Gli incontri del secondo quadrimestre offrono un'occasione per coltivare quello sguardo capace di percezione e visione che contribuisce ad ampliare le nostre conoscenze, sollecitando la nostra mente e la nostra sensibilità ad avvicinare le varie forme dell'apprendere.

Ancora una volta il programma fa riferimento ad esperienze che sostengono il nostro desiderio di conoscenza.

Proseguono in continuità buona parte dei corsi, abbiamo introdotto alcuni incontri su argomenti nuovi: Geologia, Mental Coaching, Laboratorio Fiori, che ci auguriamo possano incontrare il vostro gradimento.

Ripartiamo dunque con fiducia e serenità.

Vi aspettiamo.

La Presidenza ed il Direttivo di Auser Insieme Canturium

Gennaio 2026

Calendario corsi

SUPPORTO DIGITALE	Domande e dubbi sull'utilizzo degli strumenti digitali		
	Ingegneri informatici volontari Auser	Ogni giovedì dalle 14,30 alle 16,30 Previo appuntamento uff .corsi	
GINNASTICA DOLCE	La ginnastica per la terza età		
	Docente Cristina Manzotti	14 lezioni	dal 10-02-2026
INGLESE 1	Beginner (livello principianti)		
	Docente Emanuela Broggi	14 lezioni	dal 10-02-2026
INGLESE 3	Beginner		
	Docente Emanuela Broggi	14 lezioni	dal 10-02-2026
ARTI FIGURATIVE	Laboratorio artistico e didattico		
	Docente Sofia Crippa	8 lezioni	dal 10-02-2026
LEGGERE E CONDIVIDERE	Leggere e condividere		
	Moderatore M.Rosa Ballabio	4 incontri	dal 11-02-2026
T'AI CHI CH'UAN	Ginnastica salutare sui principi della Medicina Cinese		
	Docente Angelo Cattaneo giove.	14 lezioni	dal 12-02-2026
INGLESE 4	Elementary		
	Docente Lorenza Strada	13 lezioni	dal 16-02-2026
INGLESE 5	Elementary Plus		
	Docente Guglielmina Carugati	13 lezioni	dal 16-02-2026
INGLESE 6	Pre Intermediate		
	Docente Guglielmina Carugati	13 lezioni	dal 16-02-2026

Calendario corsi

INGLESE 7	Intermediate plus		
	Docente Lorenza Strada	13 lezioni	dal 16-02-2026
T'AI CHI CH'UAN	Ginnastica salutare sui principi della Medicina Cinese		
	Docente Angelo Cattaneo lunedì	14 lezioni	dal 16-02-2026
MAGLIA E UNCINETTO	Apprendere le nozioni dei lavori a maglia e uncinetto		
	Docente Gabriella/Pinuccia	10 lezioni	dal 18-02-2026
YOGA BASE	Yoga – salute – benessere		
	Docente Michela Beltrami	10 lezioni	dal 26-02-2026
STORIA DELLA MUSICA	Dopoguerra europeo		
	Docente Stefano Lamon	5 lezioni	dal 27-02-2026
MENTAL COACHING	Riscopri te stesso, rafforza la mente, vivi con più energia		
	Docente Laura Maiorano	5 lezioni	dal 03-03-2026
STORIE DI VITIGNI	Passione e tradizione dal mondo del vino		
	Docente Stefano Galli	3 incontri	dal 07-03-2026
INFORMATICA AI	Introduzione a A.I-motore inferenziale –machine learning		
	Docente Roberto Malamisura	4 lezioni	dal 16-03-2026
LABORATORIO FIORI	Laboratorio fiori		
	Docente Giovanna Spadini	1 lezione	dal 19-03-2026
STORIA DELL'ARTE	Artisti al Fronte il Fronte degli artisti		
	Docente Francesco Pavesi	4 lezioni	dal 23-03-2026

Calendario corsi

PSICOLOGIA	Le emozioni siamo noi		
	Docente Anna Frallicciardi	4 lezioni	dal 09-04-2026
LETTERATURA LATINA	Il mito di Europa		
	Docente Giuliana Roda	4 lezioni	dal 10-04-2026
TELEFONINI	Utilizzo pratico dei telefonini Smart		
	Docente Armando Borghi	9 lezioni	dal 14-04-2026
FILOSOFIA	Dal Romanticismo a Hegel		
	Docente Mario Porro	4 lezioni	dal 14-04-2026
STORIA	La lunga notte del fascismo in Italia		
	Docente Giulio Bernasconi	5 lezioni	dal 16-04-2026
GEOLOGIA	Fenomeni geologici		
	Docente Alberto Peruffo	5 lezioni	dal 17-04-2026
FINANZA ECONOMIA	Strumenti per la gestione consapevole del risparmio		
	Docente Saverio Bennardo	4 lezioni	dal 20-04-2026
APPLICAZIONI APP	Utilizzo pratico di alcune applicazioni degli Smart		
	Docente Armando Borghi	4 lezioni	dal 29-05-2026

INFORMATICA SUPPORTO DIGITALE



OBIETTIVI

Se hai bisogno di supporto per usare i servizi digitali, come

- consultare il fascicolo sanitario
- registrare la carta di identità elettronica
- richiedere i bonus
- etc etc.....

Noi ci siamo e ti offriamo assistenza digitale gratuita per rispondere ai tuoi dubbi e alle tue domande.

DOCENTI: Ingegneri informatici

DOVE : presso **Sede Auser** – via Ettore Brambilla 3 - Cantù

QUANDO : tutti i giovedì dalle ore **14,30** alle **16,30**

**PREVIO APPUNTAMENTO TELEFONANDO
AL MATTINO ALLO 031 3661765**

INGLESE 1

Beginner

(livello principianti - 1° parte)



OBIETTIVI

E' la prima parte di un corso per principianti. Ci si accosta ai suoni della lingua inglese e si viene introdotti allo studio degli elementi grammaticali e lessicali essenziali per iniziare una comunicazione minima.

Avvio alla comprensione, nell'ascolto e nella lettura, di dialoghi, descrizioni e testi molto semplici e molto brevi.

CONTENUTI

Il presente del verbo essere (*Be*), la struttura della frase interrogativa, i pronomi personali soggetto, gli aggettivi possessivi, l'articolo indeterminativo, il plurale dei sostantivi, il genitivo sassone, introduzione del presente (*Present Simple*) di alcuni verbi usati frequentemente.

Lessico e funzioni comunicative

Salutare, presentarsi, presentare altre persone, indicare il paese di provenienza, dati personali, alcune espressioni di uso frequente, parlare al telefono.

L'alfabeto, alcuni nomi di paesi, i numeri da 1 a 30, i nomi di oggetti di uso quotidiano, di alcuni lavori, la famiglia, aggettivi qualificativi.

Il programma potrebbe essere oggetto di modifiche durante il corso

DOCENTE : Emanuela Broggi

DOVE : presso Liceo Scientifico Statale Enrico Fermi – via Giovanni XXIII- Cantù

QUANDO : il martedì 14 lezioni di 1,30 ore dalle 16,00 alle 17,30

martedì	10-02-2026	17-02-206	24-02-2026	03-03-2026	10-03-2026
	17-03-2026	24-03-2026	31-03-2026	14-04-2026	21-04-2026
	28--04-2026	05-05-2026	12-05-2026	19-05-2026	

INGLESE 3

Beginner

(livello principianti - 2° parte)



OBIETTIVI

E' la parte conclusiva del corso per principianti. Si prosegue nello studio degli aspetti grammaticali e del lessico di base per imparare a comunicare, in modo semplice, in lingua inglese.

Ci si esercita nell'ascolto e nella lettura di conversazioni, descrizioni e testi semplici e brevi.

CONTENUTI

Il verbo modale can, il presente dei verbi (Present Simple, Present Continuous), il futuro (to be going to, Present Continuous), il Present Simple ed il condizionale presente del verbo "piacere" (like / would like), i partitivi some / any, formazione degli avverbi di modo, aggettivi qualificativi.

Lessico e funzioni comunicative

Aggettivi e verbi di significato opposto, i nomi di alcuni negozi della città, i colori, i capi di abbigliamento, segnali ed avvisi, i mezzi di trasporto, espressioni frequentemente usate nelle conversazioni.

Fare acquisti, ordinare da mangiare in un locale, parlare di piccoli problemi quotidiani.

Il programma potrebbe essere oggetto di modifiche durante il corso

DOCENTE : Emanuela Broggi

DOVE : presso Liceo Scientifico Statale Enrico Fermi – via Giovanni XXIII- Cantù

QUANDO : il martedì 14 lezioni di 1,30 ore dalle 14,20 alle 15,50

martedì	10-02-2026	17-02-2026	24-02-2026	03-03-2026	10-03-2026
	17-03-2026	24-03-2026	31-03-2026	14-04-2026	21-04-2026
	28-04-2026	05-05-2026	12-05-2026	19-05-2026	

GINNASTICA DOLCE

La ginnastica per la terza età



OBIETTIVI

Presa di coscienza del movimento non come atto meccanico ma come rappresentazione mentale

- Miglioramento delle capacità organiche attraverso l'attivazione dei sistemi cardiocircolatorio e respiratorio
- Miglioramento delle qualità nervose : coordinazione, rapidità, destrezza
- Miglioramento della mobilità articolare : scapolo omerale, coxofemorale e rachide
- Potenziamento muscolare

CONTENUTI

- Riscaldamento (avviamento motorio)
- Fase centrale (esercizi a corpo libero con attrezzi, in circuito)
- Defaticamento (esercizi specifici di rilassamento, respirazione e allungamento)

Gli esercizi saranno programmati con livelli di intensità crescente e coinvolgeranno :

- testa e collo (mobilità articolare)
- braccia e busti (mobilità articolare e potenziamento muscolare)
- tronco e addome (mobilità e potenziamento)
- gambe e glutei (mobilità e potenziamento)

Gli esercizi saranno eseguiti singolarmente, a coppia, a gruppi, in circuito e a stazioni

DOCENTE : Cristina Manzotti

DOVE : presso Palestra Scuola Media Anzani Cantù

QUANDO : il martedì 14 lezioni di 1 ore dalle 15,00 alle 16,00

martedì	10-02-2026	17-02-206	24-02-2026	03-03-2026	10-03-2026
	17-03-2026	24-03-2026	31-03-2026	14-04-2026	21-04-2026
	28--04-2026	05-05-2026	12-05-2026	19-05-2026	

ARTI FIGURATIVE



Laboratorio Artistico : la copia dal vero

Laboratorio Didattico : dipingiamo in libertà stando insieme

OBIETTIVI

Apprendere i diversi metodi di rappresentazione (copia dal vero, astrazione....), sperimentando l'utilizzo di diverse tecniche, strumenti grafico pittorici e supporti.

Affinare le proprie abilità grafico/pittoriche approfondendo le proprie conoscenze artistiche.

Rielaborare in modo personale immagini fotografiche o soggetti/oggetti reali.

CONTENUTI

Copia dal vero : accenni al metodo attraverso copia di oggetti o elementi naturali.

Studio di chiaroscuro con grafite, carboncino, pastello ...

Astrazione : studio di sintesi della forma.

La programmazione costituisce una guida indicativa. Ogni partecipante potrà decidere di inventare e sperimentare a piacere qualunque percorso artistico.

DOCENTE : Sofia Crippa

DOVE : presso Liceo Artistico Statale Fausto Melotti – via Andina - Cantù

QUANDO : il martedì, 8 lezioni di 2 ore dalle 15,00 alle 17.00

martedì	10-02-2026	17-02-206	24-02-2026	03-03-2026
	10-03-2026	17-03-2026	24-03-2026	31-03-2026

LEGGERE E CONDIVIDERE



OBIETTIVI

LEGGERE E CONDIVIDERE è un momento di aggregazione, un modo per stare insieme e chiacchierare di libri. Siamo un gruppo di persone appassionate di lettura e amiamo condividere pareri, sensazioni, impressioni che nascono dai libri che leggiamo.

Nell'autunno del 2023 abbiamo sperimentato questa formula e, grazie alla partecipazione dei tesserati Auser, desideriamo continuare questa esperienza che ci coinvolge e stimola. Così ogni mese ci ritroviamo per confrontarci sul libro che abbiamo proposto e scelto nell'incontro precedente. Si può partecipare anche solo per ascoltare le impressioni degli altri senza aver letto o terminato il libro.

CONTENUTI

Durante l'incontro si ripercorre la trama del libro scelto e letto nel mese precedente stimolando il confronto tra i partecipanti per la condivisione di riflessioni, spunti e impressioni.

Vengono poi proposti dal moderatore due titoli tra i quali scegliere la lettura per il mese successivo e distribuito un volantino con le trame e cenni sulla biografica degli autori interessati.

Ad ogni partecipante è lasciato l'onere di recuperare il libro da leggere.

MODERATORE: Maria Rosa Ballabio

DOVE : presso **Sede Auser** – via Ettore Brambilla 3 - Cantù

QUANDO : il mercoledì , 4 incontri di 1,30 ore dalle **9,30 alle 11,00**

mercoledì	11-02-206	04-03-2026	01-04-2026	06-05-2026
-----------	-----------	------------	------------	------------

T'AI CHI CH'UAN

Ginnastica salutare sui principi
della Medicina tradizionale Cinese



OBIETTIVI

“Il T'ai Chi Ch'uan, è una raffinata arte marziale cinese; ginnastica salutare basata sui principi della Medicina Tradizionale Cinese, tecnica di respirazione, di meditazione in movimento.

CONTENUTI

L'approccio lento al movimento ci aiuta a comprendere l'armonia delle gestualità riequilibrando la nostra condizione fisica mentale ed emozionale.

E' un metodo di reinterpretazione e rieducazione del nostro modo di vedere, sentire, percepire, essere.

Per ottenere un buon risultato, come in ogni lavoro, disciplina o Arte, occorre avere costanza, impegno e passione.

DOCENTE : Angelo Cattaneo

DOVE : presso **Club Arti Orientali** – via G. Spazzi 18 - Cantù

QUANDO : il giovedì, 14 lezioni di ore 1,30 dalle **10,20 alle 11,50**

giovedì	12-02-2026	19-02-2026	26-02-2026	05-03-2026	12-03-2026
	19-03-2026	26-03-2026	09-04-2026	16-04-2026	23-04-2026
	30-04-2026	07-05-2026	14-05-2026	21-05-2026	

INGLESE 4

Elementary



OBIETTIVI

Consolidare le nozioni grammaticali e lessicali acquisite nei precedenti corsi e migliorare l'approccio comunicativo

CONTENUTI

Strutture grammaticali

Oltre ad approfondire le conoscenze acquisite durante i precedenti corsi si imparerà ad usare in modo appropriato: presente semplice e presente progressivo/passato semplice e passato prossimo/futuri/aggettivi comparativi e superlativi/preposizioni di tempo e luogo/ verbi modali

Funzioni comunicative

Speaking: attraverso lavori di coppia, di gruppo, interviste e giochi ci saranno in ogni lezione vari momenti dedicati ad attivare le strutture grammaticali ed il vocabolario acquisiti, migliorare la pronuncia , imparare a sostenere autonomamente una conversazione su argomenti conosciuti.

Listening: lo sviluppo di questa abilità ha come scopo permettere di entrare in diretto contatto con la lingua viva e, attraverso un costante esercizio, di diventare autonomi e indipendenti nelle diverse situazioni.

Oltre agli esercizi del libro verranno proposti brani autentici, canzoni, audiovisivi.

Reading: durante il corso verranno letti brani su argomenti di cronaca, attualità, storia e articoli di riviste.

Writing: verranno proposti vari esercizi per imparare a compilare formulari, scrivere brevi messaggi, e-mail, prenotazioni e reclami

DOCENTE : Lorenza Strada

DOVE : presso Liceo Scientifico Statale Enrico Fermi – via Giovanni XXIII- Cantù

QUANDO : il lunedì, 13 lezioni di 1,30 ore dalle 14,20 alle 15,50

lunedì	16-02-2026	23-02-2026	02-03-2026	09-03-2026	16-03-2026
	23-03-2026	30-03-2026	13-04-2026	20-04-2026	27-04-2026
	04-05-2026	11-05-2026	18-05-2026		

INGLESE 5

Elementary Plus



OBIETTIVI

Consolidare le strutture grammaticali e il vocabolario acquisiti nei precedenti corsi e favorire l'acquisizione di nuove strutture e l'ampliamento e l'approfondimento del vocabolario. Promuovere lo sviluppo delle 4 abilità, in particolare listening e speaking, offrendo molteplici opportunità di utilizzo in situazioni diverse per migliorare la comunicazione e favorire buone pratiche di apprendimento

CONTENUTI

Strutture grammaticali

Oltre ad approfondire le conoscenze acquisite durante i precedenti corsi si imparerà ad usare in modo appropriato: present simple / present progressive, past simple / past progressive / present perfect, futures (present progressive/going to/will)aggettivi comparativi e superlativi, preposizioni di tempo e luogo, relative clauses, verbi modali , If clauses.

Funzioni comunicative

Speaking: attraverso lavori di coppia, di gruppo, interviste e giochi ci saranno in ogni lezione vari momenti dedicati ad attivare le strutture grammaticali acquisite, approfondire il lessico noto ed ampliarlo migliorando spelling e pronuncia, sostenere autonomamente una conversazione relativa a situazioni quotidiane o argomenti conosciuti.

Listening: lo sviluppo di questa abilità ha come scopo permettere di entrare in diretto contatto con la lingua viva e, attraverso un costante esercizio, di diventare autonomi e indipendenti nelle diverse situazioni. Oltre agli esercizi del libro verranno proposti brani autentici, canzoni, audiovisivi.

Reading: durante il corso verranno letti brani su argomenti di cronaca, attualità, storia, letteratura e articoli di riviste.

Writing: verranno proposti vari esercizi per imparare a scrivere messaggi, e-mail, prenotazioni e reclami, brevi testi di cronaca o narrativi.

Gli studenti verranno anche stimolati ad utilizzare gli strumenti on-line per esercitarsi nelle 4 abilità

DOCENTE : Guglielmina Carugati

DOVE : presso Liceo Scientifico Statale Enrico Fermi – via Giovanni XXIII-Cantù

QUANDO : il lunedì, 13 lezioni di 1,30 ore dalle 14,20 alle 15,50

lunedì	16-02-2026	23-02-2026	02-03-2026	09-03-2026	16-03-2026
	23-03-2026	30-03-2026	13-04-2026	20-04-2026	27-04-2026
	04-05-2026	11-05-2026	18-05-2026		

INGLESE 6

Intermediate



OBIETTIVI

Offrire varie possibilità di utilizzare le strutture grammaticali ed il lessico acquisito in situazioni diverse per consolidarne l'apprendimento e favorire l'acquisizione di nuove strutture e l'ampliamento e l'approfondimento del vocabolario per migliorare la comunicazione. Promuovere lo sviluppo delle 4 abilità, in particolare listening e speaking, incoraggiando sia le buone pratiche individuali che gli esercizi, la conversazione e la discussione in classe

CONTENUTI

Strutture grammaticali

L'approfondimento della conoscenza della grammatica si baserà sul confronto di strutture simili: tempi semplici e progressivi/forme attive e passive/verb patterns/uso dei condizionali/tempi narrativi/have to-must-should/comparativi e superlativi...

Funzioni comunicative

Speaking: l'approccio comunicativo permette un uso immediato di quanto viene appreso in ogni lezione a livello grammaticale e lessicale migliorando spelling e pronuncia, imparando anche a sostenere una conversazione relativa a situazioni quotidiane, discussioni su argomenti conosciuti.,
Listening: lo sviluppo di questa abilità verrà promosso attraverso non solo gli esercizi specifici del testo, ma anche con brani con pronunce diverse, l'uso di video sia abbinati al libro che di provenienza diversa, canzoni.

Reading: Il testo in adozione offre brani con spunti diversi riguardanti cronaca, attualità, storia, letteratura a cui verranno abbinati brani CLIL (Content and Language Integrated Learning) e articoli di riviste. Verranno svolti esercizi per favorire sia la comprensione globale che analitica.

Writing: Verranno proposti modelli di scritti per imparare a scrivere messaggi, e-mail, prenotazioni e reclami, brevi testi di cronaca o narrativi.

Gli studenti verranno anche stimolati ad utilizzare regolarmente gli strumenti on-line per esercitarsi nelle 4 abilità.

DOCENTE : Guglielmina Carugati

DOVE : presso Liceo Scientifico Statale Enrico Fermi – via Giovanni XXIII-Cantù

QUANDO : il lunedì, 13 lezioni di 1,30 ore dalle 16,00 alle 17,30

lunedì	16-02-2026	23-02-2026	02-03-2026	09-03-2026	16-03-2026
	23-03-2026	30-03-2026	13-04-2026	20-04-2026	27-04-2026
	04-05-2026	11-05-2026	18-05-2026		

INGLESE 7

Conversazione Intermediate plus



OBIETTIVI

Il corso proposto sarà il completamento del livello B1+ iniziato lo scorso anno. Il corso è infatti indirizzato a coloro che hanno già acquisito una buona padronanza delle principali strutture grammaticali e soprattutto un buon lessico che permettano di conversare in modo efficace su tutti gli argomenti più comuni, ma anche di affrontare la discussione di temi nuovi.

CONTENUTI

Strutture grammaticali

Gli argomenti principali per quanto riguarda la grammatica e la sintassi saranno : l'uso dei verbi modali, frasi ipotetiche di tipo 1,2,3, uso del passivo discorso indiretto.

Funzioni comunicative

Speaking: Imparare a sostenere autonomamente una conversazione su argomenti conosciuti e non. Migliorare la pronuncia Listening. Oltre agli esercizi proposti dal testo verranno consigliati anche brani di Speak up da ascoltare a casa per poi poterne discutere in classe. Reading: durante il corso verranno letti brani del testo e articoli di riviste. Writing: verranno proposti esercizi su varie strutture grammaticali, questionari per la comprensione dei brani, scrittura di email e di brevi testi.

DOCENTE : Lorenza Strada

DOVE : presso Liceo Scientifico Statale Enrico Fermi – via Giovanni XXIII- Cantù

QUANDO : il lunedì, 13 lezioni di 1,30 ore dalle 16,00 alle 17,30

lunedì	16-02-2026	23-02-2026	02-03-2026	09-03-2026	16-03-2026
	23-03-2026	30-03-2026	13-04-2026	20-04-2026	27-04-2026
	04-05-2026	11-05-2026	18-05-2026		

T'AI CHI CH'UAN

Ginnastica salutare sui principi
della Medicina tradizionale Cinese



OBIETTIVI

“Il T'ai Chi Ch'uan, è una raffinata arte marziale cinese; ginnastica salutare basata sui principi della Medicina Tradizionale Cinese, tecnica di respirazione, di meditazione in movimento.

CONTENUTI

L'approccio lento al movimento ci aiuta a comprendere l'armonia delle gestualità riequilibrando la nostra condizione fisica mentale ed emozionale.

E' un metodo di reinterpretazione e rieducazione del nostro modo di vedere, sentire, percepire, essere.

Per ottenere un buon risultato, come in ogni lavoro, disciplina o Arte, occorre avere costanza, impegno e passione.

DOCENTE : Angelo Cattaneo

DOVE : presso **Club Arti Orientali** – via G. Spazzi 18 - Cantù

QUANDO : il lunedì, 14 lezioni di ore 1,30 dalle **10,20 alle 11,50**

lunedì	16-02-2026	23-02-2026	02-03-2026	09-03-2026	16-03-2026
	23-03-2026	30-03-2026	13-04-2026	20-04-2026	27-04-2026
	04-05-2026	11-05-2026	18-05-2026	25-05-2026	

MAGLIA E UNCINETTO



OBIETTIVI

Creare un momento d'incontro fra le persone interessate ad apprendere l'arte del lavoro a maglia/ uncinetto e scambiare esperienze con persone che hanno maggiori conoscenze nel settore.

CONTENUTI

Come si inizia un lavoro a maglia/uncinetto

Caricamento punti ecc

Lavorazione dritto e rovescio

Aumenti, diminuzione e finitura

Prove di esecuzioni di lavori

Fondamentali per uncinetto

Materiali occorrenti

2 ferri misura 4. Gomitolo lana acrilica per lavorazioni ferri 4.

Uncinetto misura 4. Cotone per uncinetto

DOCENTE : Gabriella e Pinuccia

DOVE : presso Sede Auser - via Ettore Brambilla 3 - Cantù

QUANDO : il mercoledì , 10 lezioni di 2 ore dalle 15,00 alle 17,00

mercoledì	18-02-2026	25-02-2026	04-03-2026	11-03-2026	18-03-2026
	25-03-2026	01-04-2026	15-04-2026	22-04-2026	29-04-2026

YOGA BASE

Yoga - salute - benessere



OBIETTIVI

Lo yoga aiuta l'apparato cardio respiratorio. Praticare yoga aiuta a diminuire la frequenza cardiaca, rafforza il cuore e permette una ossigenazione maggiore dell'organismo.

Lo yoga migliora la postura, aumenta la flessibilità

Lo yoga aiuta a tonificare e rassodare. Con lo yoga possono essere attivate tutte le fasce muscolari, per ottenere un allineamento per lungo tempo.

Lo yoga stimola il metabolismo, aiuta a ridurre lo stress.

Lo yoga aiuta a mantenere la concentrazione.

CONTENUTI

Ogni lezione è organizzata in tre fasi:

- una iniziale in cui si porta l'attenzione consapevole al corpo, utilizzando respiro, Kriya e Mudra;
- una fase centrale che utilizza in particolare delle sequenze di Asana (posizioni del corpo);
- una fase finale di rilassamento in Shavasana.

Le Mudra sono dei gesti, prevalentemente posizioni delle mani e dita che, come gesti simbolici, favoriscono concentrazione, gioia e liberano da energie stagnanti.

I Kriya sono un insieme di movimenti che vanno a purificare a livello del corpo, della mente e delle energie.

Le tecniche di respirazione aiutano a prendere consapevolezza del proprio corpo fisico ed emotivo, a rilassare il corpo e la mente, a donare tranquillità e serenità, a migliorare la qualità del sonno e la capacità di concentrazione.

DOCENTE : Michela Beltrami

DOVE : presso Palestra Scuola Media Anzani - Cantù

QUANDO : il giovedì, 10 lezioni di 1 ora dalle 15,30 alle 16,30

giovedì	26-02-2026	05-03-2026	12-03-2026	19-03-2026	26-03-2026
	09-04-2026	16-04-2026	23-04-2026	30-04-2026	07-05-2026

STORIA DELLA MUSICA



Dopoguerra europeo

OBIETTIVI

- analizzare il linguaggio musicale in prospettiva storica e sociale;
- collegare il “discorso musicale”, storicamente situato, con la cultura e le arti;
- stimolare l’interesse a fruire individualmente, “oltre” il corso, di repertori musicali.

CONTENUTI

Il percorso cronologico sulla Storia della Musica prosegue il viaggio nel “secolo breve” dedicando le sue tappe a personaggi emblematici dell’immediato secondo dopoguerra in Europa, nati anni Dieci, un secolo dopo la generazione dei Grandi Romantici.

- Francia. Olivier Messiaen
- Gran Bretagna. Benjamin Britten
- Paradossi USA. Leonard Bernstein e John Cage
- Italia. Da Petrassi e Dallapiccola...
... a Nino Rota

DOCENTE : Stefano Lamon

DOVE : presso Liceo Scientifico Statale Enrico Fermi – via Giovanni XXIII- Cantù

QUANDO : il venerdì, 5 lezioni di 2 ore dalle 15,30 alle 17,30

venerdì	27-02-2026	06-03-2026	13-03-2026	20-03-2026	27-03-2026
----------------	-------------------	-------------------	-------------------	-------------------	-------------------

MENTAL COACHING

Riscopri te stesso, rafforza la mente, vivi con più energia



OBIETTIVI

.Hai vissuto una vita ricca di esperienze, emozioni e cambiamenti. Ora è il momento di dedicarti a te stesso, alla tua mente e al tuo benessere interiore. Questo corso di mental coaching è pensato per chi vuole continuare a crescere, riflettere, relazionarsi e progettare con entusiasmo.

La tua storia e i tuoi valori

La memoria e la curiosità mentale

Le emozioni e la resilienza

Le relazioni e la comunicazione

I tuoi progetti futuri e il senso di scopo

Con attività pratiche, momenti di condivisione e semplici esercizi da fare anche a casa, questo percorso ti aiuterà a sentirti più forte, più consapevole e più connesso con te stesso e con gli altri.

CONTENUTI

“Riscoprire Sé Stessi – Identità e Valori”

Favorire l'introspezione

Riconnettersi con i propri valori e talenti

Stimolare il senso di identità

Stimolare le funzioni cognitive

Promuovere la curiosità e l'apprendimento continuo

Rafforzare la fiducia nelle proprie capacità mentali

Riconoscere e accogliere le emozioni

Imparare strategie di resilienza

Rafforzare il senso di controllo

Migliorare la comunicazione empatica

Rafforzare le relazioni significative

Combattere la solitudine

Stimolare la progettualità

Trovare nuovi obiettivi e passioni

Rinforzare il senso di utilità

DOCENTE : Laura Maiorano

DOVE : presso Sede Auser - via Ettore Brambilla 3 - Cantù

QUANDO : il martedì 5 incontri di ore 1,30 dalle 10,00 alle 11,30

Martedì	03-03-2026	10-03-2026	17-03-2026
	24-03-2026	31-03-2026	

STORIE DI VITIGNI

Passione e tradizione dal mondo del vino



OBIETTIVI

Un percorso pensato per chi vuole esplorare il meglio della tradizione vinicola italiana, scoprendo vini di alta qualità che spesso sfuggono ai radar degli appassionati. Durante il corso, i partecipanti assaggeranno etichette sorprendenti e poco conosciute, capaci di dimostrare che per bere bene non è necessario spendere una fortuna. Dalle Malvasie agli abbinamenti perfetti con i formaggi, ogni incontro sarà un'occasione per ampliare il proprio orizzonte enologico con vini che, forse, non avreste mai pensato di scegliere. Un'esperienza unica per chi cerca autenticità e qualità nel bicchiere!

CONTENUTI

Sangiovese contro Sangiovese

Vini dei Balcani

Nebbiolo a confronto

DOCENTE : Stefano Galli



account instagram **IL_VINONAUTA**

DOVE : presso **Sede Auser** – via Ettore Brambilla 3 - Cantù

QUANDO : il sabato, 3 incontri di ore 1,30 dalle **10,00 alle 11,30**

sabato	07-03-2026	21-03-2026	28-03-2026
--------	------------	------------	------------

INTELLIGENZA ARTIFICIALE AI



Introduzione all'Intelligenza Artificiale

Motore inferenziale, Machine learning e reti neurali

CONTENUTI DEL CORSO

Differenza tra AI Ristretta e Generale (Parte 1)

- AI Ristretta (ANI - Artificial Narrow Intelligence)
- AI Generale (AGI - Artificial General Intelligence)
- Ha capacità cognitive simili a quelle umane
- Può apprendere e risolvere problemi in vari ambiti
- Ancora in fase teorica e sperimentale

Il Motore Inferenziale

- Definizione e funzionamento
- Regole e sistemi basati su logica
- Differenze tra sistemi esperti e AI moderna
- Esempi di utilizzo (medicina, automazione industriale)

Machine Learning - Introduzione

- Definizione e concetti chiave
- Differenza tra apprendimento supervisionato, non supervisionato e per rinforzo
- Dataset e loro importanza

Le Reti Neurali - Introduzione

Definizione e ispirazione biologica

Struttura di una rete neurale

Perceptron e reti multi-strato (MLP)

DOCENTE : Roberto Malamisura

**DOVE : presso Liceo Scientifico Statale “Enrico Fermi” –
via Giovanni XXIII- Cantù**

QUANDO : lunedì e venerdì 4 lezioni di 2,00 ore dalle 15,30 alle 17,30

Lunedì 16-03-2026	Venerdì 20-03-2026	Lunedì 23-03-2026	Venerdì 27-03-2026
------------------------------	-------------------------------	------------------------------	-------------------------------

LABORATORIO FIORI

Creare fiori di carta



OBIETTIVI E CONTENUTI DEL CORSO

Contenuto del laboratorio : scopo del laboratorio è quello di far conoscere le tecniche per la produzione in completa autonomia di fiori di carta crespata. Durante l'incontro verranno mostrati i vari passaggi necessari per realizzare diverse tipologie di fiori primaverili. I materiali vengono forniti da Auser.

Si chiede di portare con sé un paio di forbici di media dimensione.

DOCENTE : Giovanna Spadini

DOVE : presso Sede AUSER Via Ettore Brambilla 3 Cantù

QUANDO : il giovedì 1 incontro di ore 2,30 dalle 15,00 alle 17,30

giovedì	19-03-2026

STORIA DELL'ARTE

"ARTISTI AL FRONTE. IL FRONTE DEGLI ARTISTI"



OBIETTIVI

Il corso affronterà il tema attuale della guerra, visto attraverso lo sguardo e l'esperienza degli artisti. Nella prima parte del corso sarà oggetto di attenzione il periodo della prima guerra mondiale, con le differenti posizioni degli artisti, entusiasti e interventisti come i Futuristi italiani o critici e oppositori come la grafica tedesca Kathe Kollwitz.

Una lezione avrà quindi protagonista l'opera simbolo della denuncia dei crimini della guerra, la Guernica di Pablo Picasso, anche letta a partire dalla precedente serie dei Disastri della Guerra dello spagnolo Goya.

Infine ci lasceremo provocare dallo sguardo degli artisti contemporanei, che ci metteranno di fronte alle drammatiche immagini dell'attualità.

CONTENUTI

Artisti al fronte. Artisti e Grande Guerra. 1

Artisti al fronte. Artisti e Grande Guerra. 2

Disastri della guerra. Da Goya a Picasso

Il fronte degli artisti.

Sguardi dell'arte contemporanea sulla guerra

Le lezioni saranno accompagnate dalla proiezione di immagini

DOCENTE : Francesco Pavesi

DOVE : presso Liceo Scientifico Statale Enrico Fermi – via Giovanni XXIII- Cantù

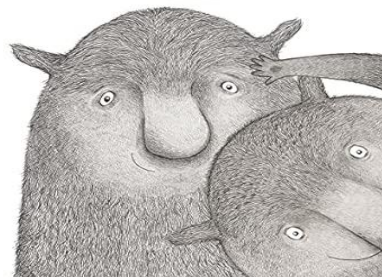
QUANDO : il lunedì, 4 lezioni di ore 1,30 dalle 15,30 alle 17,00

lunedì	23-03-2026	30-03-2026	13-04-2026	20-04-2026
---------------	-------------------	-------------------	-------------------	-------------------

PSICOLOGIA

Consapevolezza emotiva come aspetto
fondamentale per una comunicazione
funzionale ed efficace !

Tina Oziewicz - Aleksandra Zajac
Ci conosciamo?
Sentimenti, emozioni e altre creature
TERRELLIP



OBIETTIVI

- Acquisire consapevolezza del modo in cui ciò che proviamo ci guida e ci orienta
- Riflettere sul modo in cui le nostre aspettative e interpretazioni influiscono sul nostro comportamento e ci guidano nelle relazioni sociali
- Mettersi in ascolto del proprio mondo emotivo
- Creare uno spazio di condivisione empatico e non giudicante in cui sia possibile fermarsi ad ascoltare i propri sentimenti

CONTENUTI

«Le **emozioni** sono come strane creature, grandi e piccole, dolci o spaventose: ciascuna ha una sua personalità, e tutte abitano dentro di noi!».

Ma a cosa servono le emozioni?

- Segnalano all'esterno il nostro stato e le nostre intenzioni con la funzione di comunicazione sociale; da persona a persona (**FUNZIONE INTERSOGETTIVA**);
- informano noi stessi del nostro stato interno in rapporto all'ambiente, alle altre persone, agli eventi ai quali prestare attenzione attraverso la percezione corporea, quale principale mezzo auto-comunicativo (**FUNZIONE INTRASOGETTIVA**)
- Dunque, le emozioni costituiscono un ponte tra il mondo interno e il mondo esterno. Sono esperienze soggettive che sperimentiamo in risposta a stimoli interni o esterni e che ci comunicano bisogni, desideri, necessità e influenzano il nostro comportamento, i nostri pensieri, le nostre decisioni e il nostro benessere.
- La consapevolezza emotiva, dunque, è necessaria per una comunicazione efficace, poiché permette di riconoscere, comprendere e gestire i propri stati d'animo e quelli altrui, creando connessioni più autentiche, riducendo fraintendimenti e favorendo risposte equilibrate e costruttive

DOCENTE : Anna Frallicciardi

DOVE : presso Sede Auser – via Ettore Brambilla 3 - Cantù

QUANDO : il venerdì 4 lezioni di ore 1,30 dalle 10,00 alle 11,30

venerdì	09-04-2026	16-04-2026
	23-04-2026	30-04-2026

LETTERATURA LATINA



IL MITO DI EUROPA

ovvero

quando Oriente e Occidente si incontrano

OBIETTIVI

Sulla scorta delle fonti storiografiche e poetiche antiche e del saggio di Luisa Passerini *Il mito di Europa - Radici antiche per nuovi simboli* andremo ad analizzare gli archetipi che compongono la struttura del mito antico della giovane Europa rapita da Zeus in forma di toro: scopriremo le relazioni del mito con la realtà storica e geografica del Continente che dalla fanciulla ha preso il nome e riconosceremo gli elementi che ancora incidono in modo esplicito o sommerso, luminoso e ambiguo, sul complesso e affascinante incontro tra Oriente e Occidente, di cui l'Europa costituisce l'emblema

CONTENUTI

1. La sorella di Cadmo, il fenicio:
Europa tra racconto mitico e realtà geografica
2. Primo mitema : il Toro e le sue valenze simboliche
3. Secondo mitema: la Donna tra simboli, stereotipi e affrancamento
4. Terzo mitema: l'Acqua e il Mare

DOCENTE : Giuliana Roda

DOVE : presso Liceo Scientifico Statale Enrico Fermi – via Giovanni XXIII- Cantù

QUANDO : il venerdì, 4 lezioni di ore 1,30 dalle 15,30 alle 17,00

venerdì	10-04-2026	17-04-2026	24-04-2026	08-05-2026
----------------	-------------------	-------------------	-------------------	-------------------

FILOSOFIA

Dal Romanticismo a Hegel



CONTENUTI

Il corso, proseguendo il cammino intrapreso in autunno sul pensiero di Kant, si sofferma sull'evoluzione della filosofia tedesca dalla fine del Settecento ai primi dell'Ottocento.

- 1) L'età romantica. Animata dalla volontà di ricerca dell'infinito, la temperie romantica attraversa tutti gli ambiti della cultura, dalle arti alla letteratura e alla musica, e lascia un'impronta determinante sulla riflessione filosofica.
- 2) L'Idealismo. Sviluppando e tradendo l'impianto del pensiero kantiano, Fichte promuove una riflessione che muove dal primato dell'etica, mentre Schelling accentua le tematiche romantiche in ambito estetico e di Filosofia della Natura.
- 3) Sul finire del Settecento, Hegel dedica una serie di scritti a questioni di ordine teologico che anticipano l'impianto del suo pensiero maturo, uno dei più fecondi dell'età contemporanea.
- 4) Nel 1807 Hegel compone La Fenomenologia dello Spirito, ricostruzione in chiave filosofica del percorso della civiltà umana, dove compaiono considerazioni sul lavoro, il desiderio e la storia che troveranno ampi sviluppi anche nella filosofia del Novecento.

DOCENTE : Mario Porro

DOVE : presso Liceo Scientifico Statale Enrico Fermi – via Giovanni XXIII- Cantù

QUANDO : il martedì, 4 lezioni di ore 1,30 dalle 15,30 alle 17,00

martedì				
	14-04-2026	21-04-2026	28-04-2026	05-05-2026

TELEFONINI

Uso primario dei telefonini smart



CONTENUTI DEL CORSO

IMPOSTAZIONI

Icone standard
Collegamenti
Connettività voce
Connettività dati
Wi Fi
Bluetooth
GPS – Cellulare

APPLICAZIONI

Messaggistica - utilità -
videoconferenze - finanza - sanità
foto-album - applicazioni GOOGLE -
Whats App - Posta elettronica

USO CORRETTO DEL CELLULARE

DOCENTE : Armando Borghi

DOVE : presso Sede Auser – via Ettore. Brambilla 3 - Cantù

QUANDO : martedì – venerdì 9 lezioni di 2,00 ore dalle 10,00 alle 12,00

martedì 14-04-2026	venerdì 17-04-2026	martedì 21-04-2026	venerdì 24-04-2026	martedì 28-04-2026
martedì 05-05-2026	venerdì 08-05-2026	martedì 12-05-2026	venerdì 15-05-2026	

STORIA

La lunga notte del fascismo in Italia



CONTESTO

Il ciclo di lezioni intende proporre un percorso attraverso le fasi fondamentali del Ventennio. I partecipanti verranno accompagnati lungo un itinerario che avrà inizio dalle origini del fascismo nel difficile dopoguerra italiano alla costruzione della dittatura, per poi approfondire gli anni Trenta tra consenso, propaganda e ambizioni imperiali. Affronteremo quindi il ruolo dell'Italia nella Seconda guerra mondiale e, infine, l'ultima fase del regime con la Repubblica Sociale Italiana.

L'obiettivo del corso è fornire una comprensione storicamente fondata e accessibile delle dinamiche politiche, sociali e culturali che hanno segnato uno dei periodi più complessi e decisivi della storia italiana contemporanea

CONTENUTO DEL CORSO

1° incontro: le origini del fascismo (1918-1922) e le sue interpretazioni;

2° incontro: la costruzione della dittatura (1922-1929);

3° incontro: gli anni '30 tra consenso, imperialismo e nuove alleanze (1930-39);

4° incontro: la guerra (1940-43);

5° incontro: l'ultimo fascismo, la RSI (1943-45).

DOCENTE : Giulio Bernasconi

DOVE : presso Liceo Scientifico Statale Enrico Fermi – via Giovanni XXIII- Cantù

QUANDO : il giovedì, 5 lezioni di ore 1,30 dalle 15,30 alle 17,00

giovedì					
	16-04-2026	23-04-2026	30-04-2026	07-05-2026	14-05-2026

GEOLOGIA

Fenomeni geologici,
dai terremoti ai vulcani, alle frane



OBIETTIVI

Il corso si ripromette di analizzare i fenomeni geologici, dai terremoti ai vulcani alle frane, spiegando le cause dei movimenti delle placche attraverso le epoche geologiche. Alla fine del corso si analizzerà in dettaglio anche la complessa geologia italiana.

CONTENUTI

Nascita del sistema solare e della terra
Scala dei tempi geologici
Composizione chimica e struttura della terra
Caratteristiche delle rocce
Caratteristiche della terra primordiale
Geologia del Precambriano (Archeano e Proterozoico)
I primi esseri viventi
Nascita e disposizione dei primi continenti
Giacimenti minerari del Precambriano
I fossili
Eone del Fanerozoico
Geologia del Paleozoico
Dagli invertebrati ai primi pesci
Dal periodo Carbonifero al Permiano
La colonizzazione delle terre emerse
La più grande estinzione di massa di tutti i tempi
L'era Mesozoica
Il dominio dei dinosauri
L'estinzione di massa del Cretaceo
Il Cenozoico
Geologia dell'Italia
Le ere glaciali

DOCENTE : Alberto Peruffo

DOVE presso: Liceo Scientifico Enrico Fermi Via Giovanni XXIII Cantù

QUANDO : il venerdì 5 lezioni di ore 1,30 dalle 15.00 alle 17,30

venerdì	17-04-2026	24-04-2026	08-05-2026	15-05-2026	22-05-2026

FINANZA ECONOMIA



I principali strumenti finanziari
per la gestione consapevole ed autonoma del risparmio

OBIETTIVI

Conoscere l'economia aiuta a capire il mondo che ci circonda, ci aiuta a capire come è fatto il nostro sistema sociale e ci permette di prendere buone decisioni .

CONTENUTI

L'economia di un paese può essere rappresentata da un insieme di attività di scambio di beni, di servizi e di denaro e il mercato è il luogo in cui si realizzano tali scambi. Immaginiamo che siano presenti sul mercato le famiglie, le imprese e lo Stato.

DOCENTE : Saverio Bennardo

DOVE : presso Sede Auser – via Ettore Brambilla 3 Cantù

QUANDO : il lunedì, 4 lezioni di ore 1,30 dalle 10,00 alle 11,30

lunedì	20-04-2026	27-04-2026	11-05-2026	18-05-2026
---------------	-------------------	-------------------	-------------------	-------------------

APPLICAZIONI



SOLO APPLICAZIONI

Utilizzo pratico di alcune applicazioni
dei telefonini Smart

APPLICAZIONI

- messaggistica
- utilità
- videoconferenze
- finanza
- sanità
- foto-album
- applicazioni GOOGLE
- Whats App
- Posta elettronica

USO CORRETTO DEL CELLULARE E DEL TABLET

DOCENTE : Armando Borghi

DOVE : presso Sede Auser – via Ettore Brambilla 3 - Cantù

QUANDO : il martedì / venerdì, 4 lezioni di 2,00 ore dalle 10,00 alle 12,00

venerdì 29-05-2026	venerdì 05-06-2026	martedì 09-06-2026	venerdì 12-06-2026
-----------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------

Per INFORMAZIONI ED ISCRIZIONI AI CORSI
AUSER CANTURIUM INSIEME APS-ETS
rivolgersi a:

UFFICIO CORSI
Via Ettore Brambilla 3 – Cantù
dal lunedì al venerdì
dalle 9,15 alle 11,15

Tel. ufficio corsi : 031 – 3661765
e-mail : ausercantu.corsi@gmail.com

**I CORSISTI CHE PARTECIPANO ALLE
LEZIONI PRESSO IL LICEO ENRICO
FERMI SONO INVITATI A NON
PARCHEGGIARE NEL CORTILE
INTERNO**

I programmi dei corsi proposti da
Auser Insieme Canturium APS-ETS
sono consultabili sui siti :

Sito auser :

www.auser.lombardia.it/como/cantu

Sito cultura: **www.ausercultura.lombardia.it**

La partecipazione è riservata ai tesserati.
Non vi sono limiti di età e di percorso scolastico.

Per esigenze amministrative NON si ricevono
iscrizioni ai corsi dopo la loro data di inizio.

Auser Canturium APS-ETS
Via Ettore Brambilla 3 – Cantù
Tel 031 3515003
Tel uff corsi 031 – 3661765

CERTIFICATO DI QUALITÀ

*Il Presidente di Auser Nazionale, d'intesa con il Comitato Scientifico di Certificazione,
valutati i fini e la qualità delle attività culturali e formative*

CONFERISCE

All'Università Popolare Auser Insieme Canturium di Cantù (CO)

IL BOLLINO BLU



Firma



La cittadinanza non ha età



Auser Canturium APS-ETS
Via Ettore Brambilla 3 – Cantù
Tel 031 -3515003
auser.canturium@auser.lombardia.it
Tel uff corsi 031 – 3661765
ausercantu.corsi@gmail.com

*L'eventuale ritrovamento del presente fascicolo
in luoghi pubblici è da considerarsi puramente casuale*

A CANTU' QUALI SERVIZI OFFRIAMO

- accompagnamento, con nostri mezzi, di persone fragili e sole (minori compresi) a visite mediche, analisi, acquisti e consegna farmaci.
Le richieste di assistenza possono essere inoltrate ai Servizi Sociali dei Comuni di residenza o agli uffici Auser di Cantù al numero 031 3515003 nei giorni feriali, dalle ore 9,00 alle 11,30;
- compagnia casalinga e telefonica pre-concordata;
- compagnia e svago agli ospiti di Case Famiglia e assistenza all'accompagnamento di disabili in brevi gite;
- piccoli lavori di manutenzione casalinga per anziani soli;
- convenzioni con aziende locali e ipermercati;
- Università Popolare Certificata con oltre 25 tipologie di corsi a quadrimestre;
- supporto informatico digitale il giovedì pomeriggio presso sede Auser, previo appuntamento tel. Ufficio Corsi
- Teatro : convenzione con il Piccolo Teatro e la Scala di Milano;
- Biblioteca: apertura ogni giovedì dalle ore 14 alle 16,30 per il prestito di libri tra oltre 1000 volumi e possibilità di consegna a domicilio;
- Trekking : programma settimanale di passeggiate di mezza o intera giornata, in tutte le stagioni;
- solidarietà internazionale con partecipazione a progetti specifici;
- turismo sociale : in collaborazione con ETLISIND proponiamo gite/vacanze di uno o più giorni in Italia e/o estero.

I programmi delle attività sono consultabili sui siti

www.auser.lombardia.it/como/cantù

www.ausercultura.lombardia.it

LA CARTA DEI VALORI AUSER

L' Auser è una "Associazione di progetto" tesa alla valorizzazione delle persone e delle loro relazioni, ispirata a principi di equità sociale, di rispetto e valorizzazione delle differenze, di tutela dei diritti, di sviluppo delle opportunità e dei ben comuni.

L' Auser si propone i seguenti valori-obiettivo :

1. Sviluppare il volontariato, le attività di promozione sociale, l'educazione degli adulti, la solidarietà internazionale, con particolare riferimento alle persone anziane e ai rapporti intergenerazionali.
2. Sostenere le persone, migliorarne la qualità della vita e delle relazioni, orientarle all'esercizio della solidarietà.
3. Difendere e sviluppare le capacità conoscitive e attive, anche residue, delle persone.
4. Promuovere sul territorio reti associative e strutture di servizio a sostegno delle responsabilità familiari e di prossimità (buon vicinato) in sinergia con le istituzioni pubbliche.
5. Promuovere la cittadinanza attiva favorendo la partecipazione responsabile delle persone alla vita e ai servizi della comunità locale, alla tutela, valorizzazione ed estensione dei beni comuni culturali e ambientali, alla difesa ed ulteriore sviluppo dei diritti di tutti.
6. Rinsaldare e rinnovare le comunità locali come realtà solidali aperte, plurali, inclusive.

AUSER – Autogestione dei Servizi per il volontariato e la solidarietà
APS – ETS - Associazione di Promozione Sociale – Ente del Terzo Settore

