



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

• AUTUNNO 2024 •

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 30 Settembre al 9 Dicembre • ore 9.00-11.30 • Sala CAI  
10 incontri € 60,00 • 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 30 Settembre al 9 Dicembre • ore 14.30-17.00 • Sala CAI  
10 incontri € 60,00 • 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 30 Settembre al 9 Dicembre • ore 9.00-11.00

10 incontri € 55,00 • Max 10 iscritti • **Materiali esclusi**

**Circolo del Burraco** SOCI AUSER  
Facciamo del gioco un'occasione di incontro!

Continuato • ore 14.30-17.00

**Uncinetto base e Uncinetto creativo** ADRIANA ZANOTTI  
Punti base all'uncinetto per poter realizzare con la vostra fantasia vari progetti.

Dal 30 Settembre al 25 Novembre • ore 20.00-22.30  
8 incontri € 50,00 • Max 10 iscritti • **Materiali esclusi**

**Cucito serale** FRANCA RIZZO  
Prepariamo per l'autunno calzoncini e gilet

Dal 30 Settembre al 9 Dicembre • ore 20.00-22.30 • Sala CAI

10 incontri € 55,00 • Max 8 iscritti

Palazzo SONZOGNI • Rovato - Corso Bonomelli, 22

**Yoga Ratna - lunedì** 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 30 Settembre al 16 Dicembre (escluso il 7/10) • ore 9.00-10.30 • Sala 1  
10 incontri € 50,00 • 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 30 Settembre al 9 Dicembre • ore 17.30-18.30 • Sala 2  
10 incontri € 40,00 • Max 12 iscritti • Portare materassino

Palazzo SONZOGNI • Rovato - Corso Bonomelli, 22

**Laboratorio di teatro e uso espressivo della voce** SIMONA ROSA  
Occasioni per incontrarsi, divertirsi e giocare con le potenti immagini della nostra creatività. – Sia per principianti che per coloro che hanno già esperienza.

Dal 11 Novembre al 9 Dicembre • ore 21.00-22.30  
5 incontri € 30,00 • Max 15 iscritti • vestiti comodi e materassino

MARTEDÌ

Sede AUSER • Rovato - Via Ettore Spalenza, 8

**Cucito martedì** FRANCA RIZZO  
Andiamo a realizzare giacca coprispalla personalizzata

Dall' 1 Ottobre al 3 Dicembre • ore 9.00-12.00 • Sala CAI  
10 incontri € 65,00 • 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.

15/10 - 19/11 - 17/12 • ore 14.30-16.00 • Sala CAI  
3 incontri € 15,00

**Informatica base** ORNELLA RAPIZZA  
Impariamo a conoscere il nostro computer, sistema Windows, partendo dalle basi, cartelle, file, elaborazione dei testi con Word, internet, mail...

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

Dall' 1 Ottobre al 3 Dicembre • ore 9.00-11.00  
10 incontri € 55,00 • Max 10 iscritti

**Uso dello Smartphone base** 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.

Dall' 1 Ottobre al 3 Dicembre • ore 14.00-16.00  
10 incontri € 55,00 • Max 10 iscritti

**Psicologia** MICHELE VENNI  
Come si forma la nostra personalità. Tratteremo di intelligenza, memoria, percezione, ruolo dell'ambiente in cui nasciamo e cresciamo e che peso ha il Dna.

Dall' 1 Ottobre al 19 Novembre • ore 16.30-17.30  
8 incontri € 35,00

**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.

Dall' 1 Ottobre al 3 Dicembre • ore 14.45-16.15 • Sala CAI  
10 incontri € 50,00 + acquisto libro • Max 10 iscritti

**Spagnolo base** BEATRICE DE CARLI  
Il corso si rivolge a chi pur volendo acquisire una base di conoscenza grammaticale di lingua spagnola, desidera apprendere semplici frasi utili per la conversazione quotidiana.

Dall' 1 Ottobre al 3 Dicembre • ore 16.15-17.45  
10 incontri € 50,00 + acquisto libro • Max 10 iscritti

**Autostima 2** VALENTINA PAGANOTTI  
Comunicazione assertiva: strumenti pratico-teorici per imparare ad esprimere in modo efficace chi siamo e il nostro potenziale

Dall' 1 Ottobre al 5 Novembre • ore 20.00-21.30  
6 incontri € 30,00

**Incontro 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 12 Novembre al 17 Dicembre • ore 20.00-21.30

6 incontri € 30,00 • Max 12 iscritti

**Inglese base serale 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

Dall' 1 Ottobre al 3 Dicembre • ore 20.30-22.00 • Sala CAI  
10 incontri € 50,00 • Max 10 iscritti

Palazzo SONZOGNI • Rovato - Corso Bonomelli, 22

**Ginnastica Posturale del benessere - martedì mattina** JENNIFER SIRANI  
Lavoro mirato a liberare il muscolo diaframmatico per prevenire contratture muscolari e alleviare lo stress.

Dall' 1 Ottobre al 3 Dicembre • Corso A • ore 9.00-10.00 • Sala 1  
Dall' 1 Ottobre al 3 Dicembre • Corso B • ore 10.00-11.00 • Sala 1  
10 incontri € 40,00 • Max 12 iscritti • Portare materassino

**Ginnastica Posturale del benessere - martedì pomeriggio** JENNIFER SIRANI  
Dall' 1 Ottobre al 3 Dicembre • ore 14.30-15.30 • Sala 1  
10 incontri € 40,00 • 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 • solo tessera

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.

Dall' 1 Ottobre al 3 Dicembre • ore 20.00-23.00  
10 incontri € 65,00 + 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...

ore 9.00-11.30 • Sala CAI • fino ad esaurimento posti

**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 2 Ottobre al 4 Dicembre • ore 18.30-20.00  
10 incontri € 50,00 + 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 2 Ottobre al 4 Dicembre • ore 20.00-21.30  
10 incontri € 50,00 + acquisto libro • Max 10 iscritti

Palazzo SONZOGNI • Rovato - Corso Bonomelli, 22

**Yoga Ratna - mercoledì** 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 2 Ottobre all' 11 Dicembre (escluso il 9/10) • ore 15.00-16.30 • Sala 1  
10 incontri € 50,00 • Max 12 iscritti • Portare materassino e copertina

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 3 Ottobre al 5 Dicembre • ore 9.00-11.00  
10 incontri € 55,00 • Max 10 iscritti • **Materiali esclusi**

**Cucito base** MARIA ANGELA C.  
È un corso pensato per principianti. Si inizia dalla base, con la costruzione del cartamodello di un pantalone semplice e man mano si impara tutta l'arte del cucito.

Dal 3 Ottobre al 5 Dicembre • ore 9.00-11.30 • Sala CAI  
10 incontri € 60,00 • Max 8 iscritti

**Illiade come poema di pace** EMANUELA CARETTA  
Siamo sicuri che l'Illiade sia solo un'apoteosi della guerra? Proviamo a rovesciare questa narrazione per scoprire attraverso la storia e il mito della decennale guerra di Troia, che questo poema epico rivela "tra le righe di un monumento alla guerra, la memoria di un amore ostinato per la pace" (A. Baricco)

Dal 3 Ottobre al 24 Ottobre • ore 14.30-16.30  
4 incontri € 25,00

**Inglese base - pomeriggio - giovedì** 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 3 Ottobre al 5 Dicembre • ore 14.30-16.00 • Sala CAI  
10 incontri € 50,00 • Max 12 iscritti

**Inglese intermedio - serale - giovedì** MARGI BATTISTELLA  
Corso di inglese "situazionale" intermedio, mirato principalmente all'apprendimento fraseologico della lingua, con letture e ascolti tratti da materiale autentico, al fine di sviluppare la capacità di conversazione.

Dal 3 Ottobre al 5 Dicembre • ore 20.00-22.00  
10 incontri € 55,00 • 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 3 Ottobre al 5 Dicembre • ore 15.20-16.50  
10 incontri € 50,00 • Max 15 iscritti • Portare materassino

Palazzo SONZOGNI • Rovato - Corso Bonomelli, 22

**Tai Chi Chuan– Qi Gong - giovedì** 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 3 Ottobre al 5 Dicembre • ore 9.00-10.00 • Sala 1  
10 incontri € 40,00 • Max 12 iscritti • Abbigliamento comodo

**Ginnastica posturale “Back School”** BENIAMINO LONGO  
Ginnastica specifica e finalizzata a prevenire e curare il mal di schiena e la cervicalgia. La "scuola della schiena" va ad agire sui principali fattori di rischio educando ad usare correttamente la colonna vertebrale con esercizi di mobilità, di elasticità o di forza.

Dal 3 Ottobre al 5 Dicembre • ore 14.15-15.15 • Sala 2  
10 incontri € 40,00 • Max 12 iscritti • Portare materassino

**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 3 Ottobre al 5 Dicembre • ore 16.15-17.45 • Sala 2  
10 incontri € 50,00 • Max 12 iscritti • Scarpe da ginnastica

**Pilates Mat** BENIAMINO LONGO  
Migliora la tua postura e sviluppa tonicità muscolare con gli esercizi del metodo Pilates a corpo libero e con l'ausilio di piccoli attrezzi lavorando sulla coordinazione e la respirazione, è utile per la concentrazione e definisce la muscolatura.

Dal 3 Ottobre al 5 Dicembre • ore 17.55-18.55 • Sala 2  
10 incontri € 40,00 • 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 • solo tessera

**Incontri filosofici d'autunno** IONE BELOTTI  
La filosofia morale e politica di Martha Nussbaum "Maestra del nostro tempo": la fragilità del bene, la forza delle emozioni, l'aspirazione alla vita buona e i valori fondanti per la "fioritura" di ciascun essere vivente.

Dal 31 Ottobre al 5 Dicembre • ore 14.30-16.00  
6 incontri € 40,00

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 3 Ottobre al 5 Dicembre • ore 20.00-23.00  
10 incontri € 65,00 + acquisto materiale • Max 12 iscritti

VENERDÌ

Sede AUSER • Rovato - Via Ettore Spalenza, 8

**Cucito venerdì** FRANCA RIZZO  
Andiamo a realizzare gonne longuette e gilet.

Dal 4 Ottobre al 13 Dicembre • ore 9.00-12.00 • Sala CAI  
10 incontri € 65,00 • Max 8 iscritti

**Uso dello Smartphone intermedio** ORNELLA RAPIZZA  
Dopo un ripasso di quanto visto nel corso base, continuiamo a conoscere il nostro cellulare, sistema Android, e approfondiamo app, internet, mail, WhatsApp, e altro ancora.

Dal 4 Ottobre al 13 Dicembre • ore 14.00-16.00  
10 incontri € 55,00 • Max 10 iscritti

**Lezioni sul romanzo del ‘900** LUIGI FERRARA  
Svevo e "La coscienza di Zeno". Fenoglio e "Una questione privata." "Variazioni su un principe" Tomasi di Lampedusa e "Il Gattopardo."

Dal 29 Novembre al 13 Dicembre • ore 16.15-17.45  
3 incontri € 15,00

**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 (salti, convenevoli, richiesta di informazioni, indicazioni stradali...).

Dal 4 Ottobre al 13 Dicembre • ore 14.45-16.15 • Sala CAI  
10 incontri € 50,00 + acquisto libro • Max 10 iscritti

**Inglese intermedio 1 - venerdì** 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 4 Ottobre al 13 Dicembre • ore 16.15-17.45  
10 incontri € 50,00 + acquisto libro • Max 10 iscritti

**Astronomia** ROBERTO CIRI  
Enigmi dell'Universo. Due incontri dedicati alla teoria del Big Bang, ai misteri legati alla materia oscura e all'energia oscura, all'Universo osservabile e al suo destino.

Dal 6 Dicembre al 13 Dicembre • ore 20.30-22.30  
2 incontri € 20,00

**Informatica base 2** CECILIA ALBORGHETTI  
Ripasso di quanto fatto, con prosieguo del programma seguendo le richieste degli iscritti e sulla base del programma ICDL.

Dal 4 Ottobre al 29 Novembre • ore 20.00-22.00  
8 incontri € 45,00 • Max 10 iscritti

Palazzo SONZOGNI • Rovato - Corso Bonomelli, 22

**Tai Chi Chuan– Qi Gong - venerdì** 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 4 Ottobre al 13 Dicembre • ore 9.00-10.00 • Sala 1  
10 incontri € 40,00 • Max 12 iscritti • Abbigliamento comodo

**Ginnastica Posturale del benessere - venerdì** JENNIFER SIRANI  
Ginnastica Posturale del benessere lavoro mirato a liberare il muscolo diaframmatico per prevenire contratture muscolari e alleviare lo stress

Dal 4 Ottobre al 13 Dicembre • ore 14.30-15.30 • Sala 1  
10 incontri € 40,00 • Max 12 iscritti • Portare materassino

Piscina ACQUARÈ • Rovato - Via Franciacorta, 1

**Piscina** PISCINA SPAZIO SPORT  
Per nuotare e fare ginnastica in modo dolce.

Dal 4 Ottobre al 13 Dicembre • ore 15.00-15.50  
10 incontri € 70,00

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 • solo tessera

MODALITÀ DI ISCRIZIONE

L'iscrizione ai corsi, assieme al tesseramento 2024, si effettua presso la sede Auser di via Ettore Spalenza, n° 8 - Rovato a partire da **lunedì 16 fino a martedì 24 Settembre 2024** 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 24 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 € 18,00 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

- 2 giorni a FIRENZE - terza settimana di Ottobre 2024 (programma in fase di definizione)
- BRETAGNA E NORMANDIA - 31 Maggio - 7 Giugno 2025 (programma in fase di definizione)
- CRETA E CIPRO - primi di Settembre 2025 (programma in fase di definizione)
- 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](mailto:auserinsieme.rovato@libero.it)

Opportunità  
di incontro

Opportunità  
di incontro



AUSER INSIEME ROVATO  
«UNIVERSITÀ DELLA LIBERETÀ»

Opportunità  
di incontro

Opportunità  
di incontro

Opportunità  
di incontro

Opportunità  
di incontro

Opportunità  
di incontro

Opportunità  
di incontro

Opportunità  
di incontro

Opportunità  
di incontro

Opportunità  
di incontro

Opportunità  
di incontro

Opportunità  
di incontro

Opportunità  
di incontro

• AUTUNNO 2024 •