

PROGRAMMA DELLE ATTIVITA' SOCIO-CULTURALI DI OTTOBRE, NOVEMBRE DICEMBRE 2026

AIUTARE LE PERSONE

FILO D'ARGENTO - TELEFONIA

da **lunedì** a **venerdì**

9:00 – 12:00 / 15:00 – 17:30

SPORTELLI (in sede)

- **Sportello di ascolto a cura di Marina Corrao Psicologa**
mercoledì 15:00 – 17:00 su appuntamento
- **Sportello antiviolenza a cura di "Auser Filo Rosa"**
lunedì 15:00 – 17:00 su appuntamento
- **Sportello SPID – a cura della Segreteria** **giovedì** 14:00 – 15:00 su appuntamento

CREARE CULTURA

INCONTRI POMERIDIANI E SERALI

- **In occasione del 10° anniversario delle legge antispreco:**
"L'economia circolare del cibo nella lotta allo spreco"
relatori dott. Giovanni Scotti, Politecnico di Milano, on. ing. Maria Chiara Gadda (firmataria della legge 166/16 antispreco)
venerdì 6 Novembre 2026 ore 11:00 - 13:00 presso IIS "Giovanni Falcone" di Gallarate
- **"Che cos'è uno psicologo"**
Incontro introduttivo di Psicologia
a cura di Marina Corrao, psicologa
giovedì 15 Ottobre ore 15:30
- **"Il testamento" - La legittima, la successione, l'eredità**
a cura dell'avv. Nicoletta Stagni
venerdì 16 Ottobre ore 15:30

- **"Quando la tecnologia incontra il camice bianco: storie di AI e salute"**
Relatrice Prof Elena Casiraghi, Dipartimento di Informatica "Giovanni Degli Antoni"
Università degli Studi di Milano
venerdì 23 Ottobre ore 15:30
- **"Parliamo di... Arte"**
a cura di dott. Emma Zanella, direttrice MAGA Gallarate
venerdì 30 Ottobre e 11 Dicembre ore 15:30
- **"Etiopia ed Eritrea"**
a cura di Fedora Bassani insegnante viaggiatrice
venerdì 6 Novembre ore 15:30
- **"Nonni in rete-Lab"**
Incontri per nonni con nipoti da 0 a 14 anni
a cura di Debora Puzzovio psicologa e psicoterapeuta
venerdì 13 Novembre, 27 Novembre e 4 Dicembre ore 17:30
- **"Cosa vuole pretendere alla sua età!" (ci sentiamo dire spesso)**
Parliamone con il fisiatra...
a cura di dott. Francesco Zaro, fisiatra
venerdì 20 Novembre 15:30
- **In occasione della Giornata contro la violenza sulle donne**
"Non è amore se fa male". Un viaggio tra le violenze familiari
a cura di Loredana Serraglia, presidente di Auser Filo Rosa e Antonella Manfrin,
responsabile centro antiviolenza. Modera Veronica Deriu giornalista
lunedì 23 Novembre ore 15:30

VISITE GUIDATE

- **La Milano manzoniana**
Tour guidato a cura di AD ARTEM s.r.l.- Archeologia, Storia e Territorio
sabato 3 Ottobre dalle 16:00
numero massimo partecipanti 25
realizzato nell'ambito del Progetto per l'invecchiamento attivo-Ambito di Somma Lombardo
- **"Il Museo del Novecento a Milano"**
a cura di AD ARTEM s.r.l.- Archeologia, Storia e Territorio
sabato 7 Novembre ore 15:00
numero massimo partecipanti 25
realizzato nell'ambito del Progetto per l'invecchiamento attivo-Ambito di Mornago

- **Turismo Sociale: Gite culturali di giornata e soggiorni**
i programmi dettagliati e le relative date, in via di definizione, saranno comunicati con apposita locandina

EVENTI

- **I sabati musicali di Auser Gallarate:**
- **Super live disco dance - anni 50-60-70-80 con aperitivo a buffet**
sabato 10 Ottobre dalle 19:30
- **Kabubi Band - Rock con aperitivo a buffet**
sabato 24 Ottobre dalle 19:30
- **Masca e la steccaduepuntozero - Videocanzoni in dialetto: La Roda dal temp con aperitivo a buffet**
sabato 28 Novembre dalle 19:30

CORSI

- **Corso di Ginnastica Dolce**
tenuto da Tiziana Galbiati, docente
Primo corso: **lunedì** dalle 09:30 alle 10:30
giovedì dalle 09:30 alle 10:30
Secondo corso: **martedì** dalle 10:45 alle 11:45
giovedì dalle 10:45 alle 11:45
lezioni di prova: lunedì 21 Settembre martedì 22 Settembre
Realizzato nell'ambito del Progetto per l'invecchiamento attivo-Ambito di Mornago
- **Corso di Digitalizzazione Informatica - livello intermedio**
tenuto da Enrico Piantanida, docente
martedì dalle 9:30 alle 11:00 - 6 lezioni a partire da martedì 27 Ottobre
Realizzato nell'ambito del Progetto per l'invecchiamento attivo-Ambito di Somma Lombardo
- **Corso di Inglese**
Livello intermedio-conversazione
tenuto da Antonella Cairo, docente
mercoledì dalle 10:00 alle 11:30 a partire da mercoledì 7 Ottobre
- **Corso di Canto**
tenuto da Riccardo Barbarotta, docente
giovedì dalle 18:00 alle 19:30 a partire da giovedì 1 Ottobre
Realizzato nell'ambito del Progetto per l'invecchiamento attivo-Ambito di Somma Lombardo
- **Corso di Yoga Dolce**
tenuto da Tiziana Galbiati, docente
lunedì 10:45 – 12:15
lezione di prova: lunedì 21 Settembre
realizzato nell'ambito del Progetto per l'invecchiamento attivo-Ambito di Somma Lombardo

- **Corso di critica cinematografica**

5 incontri per guardare il cinema con occhi diversi

tenuto da Eva Pettinicchio

lunedì 17:00-18:30 - 5 lezioni a partire da lunedì 5 Ottobre

realizzato nell'ambito del Progetto per l'invecchiamento attivo-Ambito di Somma Lombardo

FARE AGGREGAZIONE

- **Gioco delle carte**

martedì e **giovedì** dalle 14:30 alle 17:30

- **Merenda e giochi (tombolata e torneo di burraco)**

i programmi dettagliati e le relative date, in via di definizione, saranno comunicati con apposita locandina

- **Gioco delle bocce**

i programmi dettagliati e le relative date, in via di definizione, saranno comunicati con apposita locandina

- **Pomeriggi danzanti di Auser**

tutti i **mercoledì** dalle 14:30 alle 17:30 a partire da mercoledì 9 Settembre

- **Gruppo di ballo**

martedì dalle 18.30 alle 20:00 ballo liscio

giovedì dalle 19:30 alle 20:30 balli di gruppo / dalle 20:30 alle 22:00 ballo liscio

a partire da martedì 8 Settembre

Le attività di ballo sono realizzate nell'ambito del Progetto "Pro Senectute - sempre attivi" – Ambito di Somma Lombardo - nell'ambito delle politiche per l'invecchiamento attivo promosse e finanziate da Regione Lombardia in collaborazione con ATS Insubria

GRUPPO DI ACQUISTO SOLIDALE

- **GasAuser:** consegna dei prodotti biologici ordinati, i martedì' alterni secondo un calendario annuale, con la sola sosta di gennaio, dalle ore 18:30 - ingresso dal portone. Per informazioni gasauser@gmail.com

<https://www.auser.lombardia.it/varese/gallarate/9699-gasauser>

PER ULTERIORI INFORMAZIONI E PER LE INIZIATIVE DEL MESE

Rivolgersi in sede da lunedì a venerdì 9:00 - 12:30 / 14:00 – 17:30

Sede: via del Popolo 3, 21013 Gallarate

Tel. 0331 70 10 69 – 0331 77 10 55

Email: auserinsiemegallarate@gmail.com

ausercultura.gallarate@gmail.com

Sito: www.ausergallarate.it

Sito Auser Cultura: https://www.ausercultura.lombardia.it/auser_gallarate

Facebook: [Auser Gallarate](https://www.facebook.com/AuserGallarate)

Instagram: [ausergallarate](https://www.instagram.com/ausergallarate)