



AREA STORICO-UMANISTICA

LE GRANDI STORIE DELL'ARCHEOLOGIA

Docente: prof.ssa Donatella Avanzo

- 15/10 - Memnone tra mito e storia. I colossi di Luxor hanno stupito i visitatori di ogni tempo. Ultime novità dal cantiere di scavo della missione dell'egittologa Hourig Sourouzian.
- 12/11 - Ninive una leggenda sulle rive del fiume Tigri. La sua fama immortalata dal racconto biblico ha attraversato i millenni dall'antichità fino all'età moderna.
- 10/12 - Quando il gallo canta. Arte, mito e archeologia di uno fra gli animali più rappresentativi della storia.
- 14/01 - Ebla, Ugarit, Alessandria, Efeso, Pergamo, Ercolano. Le grandi biblioteche dell'antichità e le loro eredi contemporanee.
- 11/02 - Carlo Magno e il Talismano di Harun al Rashid. Il celebre sultano delle Mille e Una Notte donò all'imperatore del Sacro Romano Impero un magnifico pendente che custodiva...
- 18/03 - La terra di Canaan, dove scorrono latte e miele. Alle origini dell'antica Palestina.
- 15/04 - I segreti e i capolavori del Museo Archeologico Nazionale di Napoli.
- 06/05 - Lapislazzuli. Dalle montagne del Badakhshan ai tesori dell'Antico Egitto il più perfetto di tutti i colori.

Coordinatori sig.ra Andreina Balsamo e Marilena Torretta

**IL CORSO SI SVOLGERÀ PRESSO LA SALA CONSIGLIARE
VIA REANO 3 - CAPOLUOGO**

**Lunedì dalle 15.30 alle 17.30
mensile - 8 lezioni - Inizio corso **15 ottobre****

PERCORSI D'ARTE

Docente: prof.ssa Donatella Avanzo

- 11/10 - Frida Kalo, un'artista del XX secolo, un'icona dei nostri giorni.
- 08/11 - Verona scrigno d'arte dall'antichità ad oggi. La città scaligera rivela i suoi capolavori.
- 06/12 - Wallace Collection o Courtauld Gallery? Due musei a confronto nel cuore di Londra.
- 17/01 - Kandinsky e Klee, due amici nella Germania del primo novecento che hanno rivoluzionato la pittura.
- 14/02 - Civette e gufi, dalla preistoria fino ad Harry Potter.
- 14/03 - La marchesa Casati tra Venezia, Parigi e Londra. Memorie di un'opera d'arte.
- 11/04 - Malta, un'isola di tesori senza eguali.
- 09/05 - Lezione per eventuale recupero.

Coordinatori: sig.ra Marilena Torretta

IL CORSO SI SVOLGERÀ' PRESSO LA SALA CONSIGLIARE
VIA REANO 3 - CAPOLUOGO

Giovedì dalle 15.30 alle 17.30
mensile - 8 lezioni - Inizio corso **11 ottobre**

*«E se diventi farfalla nessuno pensa più a ciò che è stato
quando strisciavi per terra e non volevi le ali.»*

(Alda Merini)

ARTE CONTEMPORANEA

Docente: dott.ssa Greta Zamboni

LA QUESTIONE DEL GENERE NELL'ARTE CONTEMPORANEA

Una delle caratteristiche proprie dell'arte dei secoli passati era la rigida divisione tra i generi artistici. Ma questi parametri sono ancora validi oggi? Ha ancora senso parlare di genere?

Alcuni artisti contemporanei padroneggiano tecniche diverse e questo consente loro di offrire una proposta artistica molto articolata, altri ancora guardano alla tradizione collocandola sotto una nuova luce, trasformandola in uno strumento di lettura per il presente.

Temi quali la natura morta, il ritratto e l'autoritratto, la pittura di paesaggio, l'arte sacra, l'arte di strada, la pittura mitologica, storica, allegorica, generi che punteggiano con precisione la storia dell'arte creando interi filoni tematici, ci conducono a cogliere con consapevolezza maggiore il legame tra i protagonisti del panorama artistico contemporaneo e il passato o diversamente sottolineano una totale autonomia, emancipazione e desiderio di riscatto.

AUDITORIUM DEL CASTELLO DI RIVOLI
Piazzale Mafalda di Savoia

Venerdì dalle 15.00 alle 17.00

mensile 6 lezioni - **nelle date:**

26/10 - 23/11 - 21/12 - 01/02 - 29/03 - 24/05

*«Beati coloro che si baceranno sempre al di là delle labbra,
varcando il confine del piacere, per cibarsi dei sogni.»*

(Alda Merini)

ARTE MEDIEVALE IN PIEMONTE
Dal Gotico Internazionale al Rinascimento

Docente: prof. Carlo Naldi

- 07/01 - Committenza nobile e di corte. Fine '400
- 21/01 - Committenza rurale e atelier itineranti.
Novarese: Influssi lombardi. I De Campo
- 04/02 - Novarese: Tommaso Cagnola, Daniele De' Bosis e
Giovanni Antonio Merli.
Il Biellese: Il Maestro del Cristo della Domenica
- 18/02 - La Valle di Susa nel dopo Jaquerio: Maestro di Ramats,
Bartolomeo e Sebastiano Serra.
- 04/03 - Alpi Marittime: Antonio da Montereale, Giovanni
Mazzucco. Tommaso e Matteo Biazaci.

Coordinatore sig. Carlo Feletig

CAPOLUOGO - Piazza del Popolo 5
Lunedì dalle 15.00 alle 17.00
quindicinale - 5 lezioni - inizio corso **7 gennaio 2019**

«L'uomo impara sempre a vivere quando è troppo tardi.»

(Alda Merini)

SEI CAPOLAVORI DEL CINEMA INTERNAZIONALE
DISCUTIAMONE INSIEME

Docente: prof. Salvatore Iuvara

12 Incontri bimensili - La prima lezione del mese sarà dedicata alla presentazione del film e la seconda sarà riservata alla discussione

Mare dentro (A. Amenàbar)

giovedì 18 e mercoledì 24 ottobre

Le vite degli altri (F.H.von Donnersmarck)

giovedì 15 e giovedì 22 novembre

Big fish (T. Burton)

giovedì 13 e giovedì 20 dicembre

Quasi Amici (O.Nakache - E.Toledano)

giovedì 24 e giovedì 31 gennaio

Good bye Lenin (W.Becher)

giovedì 21 e giovedì 28 febbraio

Underground (E. Kusturica)

giovedì 21 e giovedì 28 marzo

CAPOLUOGO - Piazza del Popolo 5

Giovedì dalle 15.30 alle 17.30

12 Incontri - inizio corso **18 ottobre**

«Se Dio mi assolve, lo fa sempre per insufficienza di prove.»

(Alda Merini)

SCULTORI E ARTISTI PIEMONTESI DEL PERIODO LIBERTY

Docente sig. Giulio Fiorio

con la collaborazione del sig. Renato Senestro

Mercoledì 27 marzo dalle 15.30 alle 17.30:

Presentazione degli artisti attivi nel periodo Liberty in Piemonte

Mercoledì 3 aprile: visita a Torino alla scoperta di alcune opere

Sabato 13 aprile: verrà organizzata una visita guidata alla gipsoteca Leonardo Bistolfi a Casale Monferrato.

CAPOLUOGO - Piazza del Popolo 5

Mercoledì dalle 15.30 alle 17.30

inizio corso **27 marzo**

STORIA DELLA FILOSOFIA

Docente: prof. Giancarlo Vergnano

- Protestantismo: Lutero, Erasmo da Rotterdam
- Concetto di natura nella filosofia del rinascimento:
Bernardino Telesio, Giordano Bruno
- La scienza: Niccolò Copernico, Giovanni Keplero, Galileo Galilei
- Renato Cartesio
- Blaise Pascal, Baruch Spinoza

Coordinatore sig.ra Marilena Torretta

CAPOLUOGO - Piazza del Popolo, 5

Mercoledì dalle 15.30 alle 17.00

quindicinale - 5 lezioni - inizio corso **17 ottobre**

LE DIPENDENZE

Relatore: dott. Luca Rossi (ASL TO3)

Che cos'è una dipendenza patologica, come affrontarla.

Giovedì 18 ottobre dalle 15.00 alle 17.00

“Il gioco in gioco” dipendenza dal gioco

Giovedì 15 novembre dalle 15.00 alle 17.00

“Dov'è il trucco”

SALA CONSIGLIARE - VIA REANO 3 - CAPOLUOGO

Giovedì dalle 15.00 alle 17.00

2 incontri

*«Le persone capitano per caso nella nostra vita,
ma non a caso. Spesso ci riempiono la vita
di insegnamenti. A volte ci fanno volare in alto,
altre ci schiantano a terra insegnandoci il dolore...
donandoci tutto, portandosi via il tutto,
lasciandoci niente...»*

(Alda Merini)

LINGUE STRANIERE

INGLESE PRINCIPIANTI 2°ANNO

Docente: prof.ssa Patricia Dodgson

Corso per acquisire le nozioni base della grammatica e della fonetica inglese per riuscire a sostenere semplici conversazioni.

FERRIERA - Corso Susa, 4

Mercoledì dalle 9.00 alle 10,15

settimanale - 25 lezioni - inizio corso **24 ottobre**

INGLESE AVANZATO

Docente: prof.ssa Patricia Dodgson

Prosegue il percorso iniziato gli anni passati con l'approfondimento delle principali regole grammaticali, l'ampliamento del vocabolario e delle espressioni colloquiali.

Coordinatore sig.ra Marilena Vecchi

FERRIERA - Corso Susa, 4

Mercoledì dalle 10.30 alle 12.00

settimanale - 25 lezioni - inizio corso **24 ottobre**

«Devo liberarmi del tempo e vivere il presente giacché non esiste altro tempo che questo meraviglioso istante.»
(Alda Merini)

INGLESE CONVERSAZIONE

Docente: prof.ssa Susanna Viotti

Lo scopo del corso è di rinfrescare e mantenere attiva la lingua inglese basandosi su attività di listening, comprehension e speaking.

Si richiede una conoscenza dell'inglese a livello medio.

Coordinatore: sig.ra Anna Urso

ROSTA - Casa delle Associazioni - Via Dante Alighieri

Mercoledì dalle 10.30 alle 12.00

quindicinale - Inizio corso **31 ottobre**

Le date e la frequenza delle lezioni saranno concordate con gli allievi.

«Chi regala le ore agli altri vive in eterno.»

(Alda Merini)

FRANCESE

Docente: sig.ra Rosita Bologna

Imparare o rispolverare il francese ascoltando canzoni, leggendo brevi racconti, ricette di cucina, articoli Ripasso delle principali regole grammaticali e della fonetica per poter sostenere brevi conversazioni

Coordinatore sig.ra Marilena Torretta

FERRIERA - Corso Susa, 4

Martedì dalle 10.15 alle 11.45

settimanale - 27 lezioni - inizio corso **16 ottobre**

ALIMENTAZIONE e BENESSERE

L'ITALIA DEI SAPORI

Docente: Costantino Tomopoulos

Viaggio alla scoperta dei cibi e dei vini regionali usando i nostri sensi. Il metodo di degustazione del cibo e del vino.

Alla scoperta dei cibi e dei vini della Lombardia - Liguria - Lazio - Sardegna - Sicilia.

CAPOLUOGO - Piazza del Popolo 5

mercoledì dalle 15.00 alle 17.00

Quindicinale - 6 lezioni - inizio corso **9 gennaio**

IL CONSUMO CONSAPEVOLE

In collaborazione con la Coop di Avigliana

FAI LA SPESA, CAMBIA IL MONDO

Dott.ssa Giovanna Ruo Berchera insegnante di cucina e giornalista gastronomica.

- **Mercoledì 24 ottobre** dalle 16,00 alle 18.00

Incontro di cucina con i prodotti "Solidal Coop".

IL BENESSERE A TAVOLA

Dott.ssa Anastasia Grimaldi docente di scienze dell'alimentazione

- **Mercoledì 7 novembre** dalle 16.00 alle 18.00

Linee guida per nutrirsi in modo salutare, senza rinunciare al gusto.

Incontro teorico/pratico con degustazione delle preparazioni.

La COOP chiede una quota di partecipazione agli incontri, contributo che verrà interamente devoluto alle Associazioni Onlus Ricerca Alzheimer e Casa OZ .

SALA PUNTO DI INCONTRO COOP

Corso Laghi 84 - Avigliana

Mercoledì dalle 16.00 alle 18.00
2 incontri - 24/10 - 7/11

FIORI DI BACH

Docente: sig.ra Valeria Finessi

“La salute è la completa e armonica unione
di corpo, mente e spirito” E.Bach

- 16/01 - Vita e opere di Edward Bach
Le origini del pensiero bachiano
- 30/01 - Come agisce la floriterapia
Classificazione tradizionale dei 38 fiori
- 13/02 - Le miscele per uso interno
Nuove frontiere della floriterapia: applicazioni locali
- 27/02 - Floriterapia per i bambini
Floriterapia nella gestione del paziente con patologia cronica

CAPOLUOGO - Piazza del Popolo 5
mercoledì dalle 15.30 alle 17.30
quindicinale - 4 lezioni - inizio corso **16 gennaio**

PSICOLOGIA DELLO SCONTRO E PREVENZIONE

Docente: Roberto Calcagnile

Difesa personale mirata principalmente ad evitare situazioni a rischio. La difesa personale è un concetto importante. Si tratta di difesa a 360°, di prevenire un pericolo, di interpretare i gesti di un potenziale aggressore prima che si trasformino in aggressione, di saper leggere l'ambiente, ed infine, nel caso non sia più possibile fare altro, di sapere come gestire la pressione psicologica dello scontro e di conoscere tecniche efficaci e semplici per poter avere la meglio in un confronto fisico, o quantomeno essere capaci di creare un diversivo che ci consenta di allontanarci dal pericolo.

CAPOLUOGO - Piazza del Popolo 5
venerdì dalle 09.00 alle 10.00
Settimanale - 8 lezioni inizio corso **19 ottobre**

VIAGGIO NELLA REFLESSOLOGIA PLANTARE

Docente: sig.ra Aurelia Algerini

Noi siamo nei nostri piedi e nei nostri piedi si vede ciò che noi siamo.
Storia e benefici della riflessologia plantare, patologie del piede e come risolverli.

Mercoledì dalle 15.30 alle 17.30

Unico incontro 21 novembre

CAPOLUOGO - Piazza del Popolo 5
mercoledì dalle 15.30 alle 17.30
Unico incontro **21 novembre**

CONOSCIAMO LA CROMOTERAPIA

Docente: sig.ra Aurelia Algerini

Viaggio nel mondo della cromoterapia: Il potere curativo dei colori

CAPOLUOGO - Piazza del Popolo 5
mercoledì dalle 15.30 alle 17.30
Unico incontro **13 marzo**

«Io trovo i miei versi intingendo il calamaio nel cielo.»

(Alda Merini)

LINGUAGGI DELL'ARTE

“Amo i colori, tempi di un anelito inquieto, irrisolvibile, vitale, spiegazione umilissima e sovrana dei cosmici "perché" del mio respiro.” (Alda Merini)

CONVIVIUM

Docente: sig.ra Valeria Tomasi

Le lezioni con la docente si svolgeranno una volta al mese, le date verranno concordate di volta in volta, presso il suo atelier a Rivoli. Nelle altre lezioni, sotto la guida esperta del sig. Enrico Fassio verranno sviluppate varie tecniche pittoriche: acrilico, olio ...

Coordinatore: sig.ra Gianna Cenderelli

CAPOLUOGO - Piazza del Popolo, 5

Lunedì dalle 15.30 alle 17.30

settimanale - inizio corso **8 ottobre**

LA MACCHIA

Docente: sig.ra Virna Suppo

Dal disegno alla pittura tra pennelli spatole e tele un viaggio nell'arte. Tecniche varie con colori acrilici.

Coordinatore: sig.ra Carla Regazzoni

FERRIERA - Corso Susa, 4

Giovedì dalle 14.00 alle 16.00
settimanale - 25 lezioni - inizio corso **11 ottobre**

PIROGRAFIA SU LEGNO

Docente: sig. Antonio Ritorto

La pirografia è una tecnica di decorazione del legno che fa uso di una punta metallica ad alta temperatura per lasciare una traccia sulla superficie lavorata., è un'attività artistica antica con la quale è possibile realizzare dei bei manufatti capaci di fare bella figura come complementi di arredo.

CAPOLUOGO - Piazza del Popolo, 5
Lunedì dalle 15.30 alle 17.30
quindicinale - 12 lezioni - inizio corso **22 ottobre**

MUSICA INSIEME

Docente: M° Margherita Rozzo

Una intensa mattinata di musica dagli sviluppi molteplici: potremo accompagnare canzoni con la chitarra, progredire nello studio del flauto dolce e nella musica di insieme, ascoltare e commentare brani di grandi autori ed interpreti.

Lo svolgimento delle attività nel corso della mattinata verrà concordato fra docente ed allievi.

Coordinatore Maria Grazia Allegro

CAPOLUOGO - Piazza del Popolo, 5
Lunedì dalle 10.00 alle 12.00

settimanale - 27 lezioni - inizio corso **8 ottobre**

CANTO CORALE

Docente: Maestro Lorenzo Belletti

Riprendere i canti conosciuti, imparare nuovi canti della tradizione popolare italiana e non solo, per esibirsi con il Coro Meloditre in concerti, rassegne corali e nell'annuale Concerto di Natale.

Coordinatori: sig.re Mila Blangetti e Ninetta Montano

FERRIERA - c/o Gruppo S.Maurizio - Via Capoluogo 14

Martedì dalle 20.30 alle 22.30

settimanale - 32 lezioni - inizio corso **11 settembre**

MOMENTI D'OPERA

Docente: M° Laura Giorcelli

Viaggio nell'affascinante mondo della musica operistica nel quale il soprano Laura Giorcelli ci condurrà attraverso il racconto e l'esecuzione dei brani. Quest'anno il tema predominante degli incontri verterà sull'analisi del libretto da cui si evincono le caratteristiche peculiari dei personaggi delle opere più famose, la loro interazione e la loro caratterizzazione dal punto di vista letterario, storico scenico, psicologico e di come il compositore lo trasforma in musica.

Primo incontro **Venerdì 19 ottobre alle ore 18** con la partecipazione del soprano Emanuela Di Nuzzo, allieva della Docente. Nel corso dell'incontro potremo ascoltare alcuni celebri duetti.

Il corso proseguirà con appuntamenti a cadenza mensile, il Martedì.

Coordinatore sig. Renato Gallino

CAPOLUOGO - Piazza del Popolo, 5

Martedì dalle 10.00 alle 12.00

mensile - 7 lezioni - primo incontro **19 ottobre**

Il programma verrà pubblicato mensilmente su "UnitreInforma"

BALLO LISCIO

Docente: prof.ssa Emma Pancetti

Il desiderio di ballare ha sempre fatto parte della natura umana in quanto la danza è la più antica forma di comunicazione. Il ballo rappresenta il divertimento, piacere, svago, e perché no, poter esibire anche la propria abilità.

Collaboratori: Mimma Paradisi e Guido Grosso

CAPOLUOGO - Centro Famiglia - Via Reano 1

Lunedì dalle 21.00 alle 23.00

settimanale - 27 lezioni - inizio corso **8 ottobre**

*«La miglior vendetta? La felicità. Non c'è niente
che faccia più impazzire la gente che vederti felice.»*

(Alda Merini)

DANZE POPOLARI

Animatori: Angela e Deris

Quest'anno il corso con Angela e Deris sarà quindicinale, come sempre sotto la loro esperta guida impareremo nuove danze internazionali e nazionali.

Il 4° mercoledì del mese si balla con musica registrata .

Coordinatore: sig.ra Laura Giubergia

CAPOLUOGO - Centro Famiglia - Via Reano 1
Mercoledì dalle 21.15 alle 23.15
quindicinale - inizio corso **10 ottobre**

CREATIVITA' E MANUALITA'

"Se sento so, se vedo capisco, se faccio imparo" Confucio

Nota: l'acquisto del materiale per le realizzazioni è a carico degli allievi.

DECOUPAGE

Docente: sig.ra Nicoletta Gilli

L'arte del decoupage ti permette di dare nuova vita a oggetti anonimi dai complementi d'arredo ai mobili agli accessori... Tante idee per rinnovare la tua casa o fare un dono unico e personalizzato

CAPOLUOGO - Piazza del Popolo 5
Martedì dalle 15,30 alle 17,30
quindicinale - 15 lezioni - dal **9 ottobre**

BIJOUX IN MACRAMÉ

Docente: sig.ra Paola Sanna

Questa originale tecnica di ricamo artistico è caratterizzata dall'unione di molti nodi, realizzati a mano, che vanno a creare un disegno geometrico più o meno complicato. per la realizzazione di gioielli artigianali e di sicuro effetto.

FERRIERA - Corso Susa, 4
Mercoledì dalle 15,30 alle 17,30
quindicinale - 14 lezioni - inizio corso **10 ottobre**

RICAMO BUTTIGLIERA

Docenti sig.re:

L. Catanzaro - L. Ganga - M. Paradisi - F. Zaramella

L'affascinante appuntamento con il ricamo continua. Ajour, Fondini, Retini ad ago, Reticello, Punto Croce, permetteranno di realizzare raffinati lavori sia alle esperte che alle principianti.

Coordinatori sig.re: Daniela Maritano e Nella Amprimo

CAPOLUOGO - Piazza del Popolo, 5
Martedì dalle 15.00 alle 18.00
Mercoledì dalle 9.00 alle 12.00
bisettimanale - 55 lezioni - inizio corso **9 ottobre**

*«In fondo, in questa vita,
nessuno viene mai capito veramente.»*

(Alda Merini)

RICAMO ROSTA

Docente: sig.ra Laura Ronco

Hardanger, Myreshka, Miglio, Sfilati, Ricamo su rete, Punto Bandera, ... un appuntamento bisettimanale con le raffinate tecniche del ricamo che vi permetterà di realizzare, da esperte o principianti, affascinanti lavori.

Coordinatore: sig.ra Gabriella Branzanti

ROSTA - Casa delle Associazioni - Via Dante Alighieri

Lunedì e mercoledì dalle 17.00 alle 19.00

bisettimanale - 54 lezioni - inizio corso **8 ottobre**

TAGLIO E CUCITO

Docente: sig.ra Norma Dal Maso

Sotto l'esperta guida della docente, anche le principianti potranno realizzare capi esclusivi.

Coordinatore sig.ra Ersilia Gerundo

FERRIERA - Corso Susa, 4

Lunedì dalle 15.30 alle 17.30

settimanale - 27 lezioni - inizio corso **8 ottobre**

LABORATORIO DI MAGLIA

Referente: sig.ra Anna Pilat

Trascorrere qualche ora insieme con ferri uncinetto e... chiacchiere cimentandosi nella realizzazione di lavori più o meno impegnativi.

Coordinatore: sig.ra Mila Blangetti

CAPOLUOGO - Piazza del Popolo, 5

Mercoledì dalle 9.30 alle 11.30

settimanale - 27 incontri - dal **10 ottobre**

BURRACO

Piacevole, divertente e stimolante, il Burraco è il gioco di carte che sta raccogliendo in questi ultimi tempi un numero sempre maggiore di appassionati. Impareremo a giocare acquisendo la conoscenza

delle regole e della tattica di base e, divertendoci in compagnia, potremo esercitare la memoria e migliorare la concentrazione.

Coordinatore sig.ra Vanda Coletto

CAPOLUOGO - Piazza del Popolo 5
Venerdì dalle 15.00 alle 17.00
settimanale - 26 lezioni - dal **12 ottobre**

INFORMATICA

N.B.: i nostri corsi non forniscono attestati o abilitazioni.

INFORMATICA

Docente: sig. Ugo Capella

Prima parte

- 1) Creare / Impostare Cartelle
- 2) archiviare File
- 3) Conoscere Videoscrittura e Foglio di Calcolo

Seconda parte

Internet:

- 1) Ricerca / Pericoli
- 2) Salvare / Scaricare
- 3) Acquisti on-line

Posta elettronica:

- 1) Lettura e-mail e allegati
- 2) Invio e-mail (con/senza allegati)
- 3) PHISHING (attenzione a quello che riceviamo)

Coordinatore: sig. Romano Bonaudo

CAPOLUOGO - Piazza del Popolo, 5
Lunedì dalle 9.30 alle 11.30
settimanale - 27 lezioni - inizio corso **8 ottobre**

«Ogni alba ha i suoi dubbi.»

(Alda Merini)

LO SMARTPHONE

Docente: sig.ra Anna Maria Cordero

Lezioni sul sistema operativo Android:

Impostazione e configurazione

Le telefonate e i messaggi

Gestione e salvataggio dei contatti

Controllare il credito

Quando eseguire gli aggiornamenti

Le fotografie e la loro condivisione

Installazione e aggiornamento delle app

Funzionamento di alcune app utili.

Salvataggio dei dati dello smartphone al computer.

CAPOLUOGO - Piazza del Popolo, 5

Martedì dalle 9.30 alle 11.30

settimanale - 8 lezioni - **nelle date:**

20/11 - 27/11 - 4/12 - 11/12 - 8/01 - 15/01 - 22/01 - 29/01

ATTIVITÀ FISICA

GINNASTICA DOLCE

Docente: sig. Riccardo Avanzo

L'attività motoria è essenziale per conservare l'efficienza e raggiungere il proprio benessere psico-fisico.

Quest'anno, con l'intento di favorire un maggior numero di soci, la programmazione del corso subirà delle variazioni.

Coordinatorie: sig.ra Ornella Baffo

FERRIERA - Palabianco - via dei Comuni 3

Martedì ore 15.00 -16.00 ed ore 16.00 -17.00 dal **9/10**

Venerdì ore 15.00 -16.00 ed ore 16.00 -17.00 dal **12/10**

CAPOLUOGO - Salone Don Vallino - via Rosta

Giovedì ore 15.00 - 16.00 dal **11/10**

PILATES

Docente: sig.ra Antonella Bartolacci

Il metodo Pilates è una disciplina eccezionale per l'esercizio fisico: distende e potenzia i muscoli, migliora elasticità, equilibrio, respirazione, postura e allineamento, tutto l'organismo acquista vigore ed equilibrio.. Favorisce anche la concentrazione, migliora progressivamente il livello generale di consapevolezza, coordinazione e allineamento. E' adatto a tutti, indipendentemente da età, corporatura o condizioni di allenamento. fa bene anche a chi non ha mai seguito

un programma di ginnastica.

Si consiglia un abbigliamento comodo, portare un tappetino .

CAPOLUOGO - Salone Don Vallino - via Rosta

Lunedì dalle 9.30 alle 10.30 e dalle 10.45 alle 11.45

Mercoledì dalle 9.00 alle 10.00 e dalle 10.15 alle 11.15

settimanale - inizio corso **8 ottobre**

THAI CHI CHUAN

Docente sig. Roberto Calcagnile

Il Tai Chi è un' antichissima arte cinese nata come arte marziale e divenuta poi un eccellente strumento terapeutico per il mantenimento di un buon stato di salute. È costituita da movimenti aggraziati e fluidi di varia ampiezza che vengono eseguiti lentamente e con continuità. Si tratta di un'attività adatta a persone di qualunque età e stato di forma. Aiuta a prevenire l'osteoporosi e a ripristinare la formazione del tessuto osseo. Trovano beneficio le articolazioni e l'elasticità muscolare.

Coordinatore sig. Carlo Feletig

CAPOLUOGO - Salone Don Vallino - via Rosta

Venerdì dalle 10.30 alle 11.30

Settimanale - 26 lezioni - inizio corso **12 ottobre**

CAMMINARE INSIEME

Escursioni, gite, camminate per i sentieri delle nostre montagne, alla ricerca di paesaggi e di emozioni nella natura, ma anche delle tracce vive della nostra cultura, e della nostra storia.

Trovate il programma delle uscite da ottobre a dicembre 2018 nell'inserito di questo libretto; le proposte per il 2019 ed eventuali variazioni al programma verranno comunicate su "UnitreInforma".

Modifiche al percorso per avverse condizioni meteo o per altre evenienze saranno comunicate dal coordinatore.

Leggere attentamente il Regolamento per le attività fuori sede.

Accompagnatori: *Arnaldo Maritano, Erasmo Perotto,
Emma Querro, Renzo Grande,*
Coordinatore: *Laura Giubergia*

FERRIERA - ritrovo in Piazza Jougne
Giovedì ore 9 - intera giornata
settimanale dal **11 ottobre**

CULTURA, SVAGO

IL SABATO AL CARIGNANO

Il teatro stabile di Torino propone un' abbonamento per 3 spettacoli
il sabato pomeriggio alle 15.30 al teatro Carignano a euro 40,00

2 proposte alternative - 3 spettacoli a posto fisso

- Proposta A:

Sabato 27/10/2018

ARLECCHINO SERVITORE DI DUE PADRONI di Carlo Goldoni
Regia Valerio Binasco, con Natalino Balasso, Michele Di Mauro

Sabato 24/11/2018

COPENAGHEN di Michael Frayn
regia di Mauro Avogadro, con Umberto Orsini, Giuliana Lojodice

Sabato 02/03/2019

IL PIACERE DELL'ONESTA' di Luigi Pirandello
regia Liliana Cavani, con Geppy Gleijeses, Vanessa Gravina

- Proposta B:

Sabato 16/02/2019

IL GABBIANO di Anton Cechov - regia di Marco Sciaccaluga,
con Elisabetta Pozzi, Stefano Santospago

Sabato 09/03/2019

IL PIACERE DELL'ONESTA' di Luigi Pirandello
regia Liliana Cavani, con Geppy Gleijeses, Vanessa Gravina

Sabato 06/04/2019

I RAGAZZI CHE SI AMANO

spettacolo di Gabriele Lavia dalle poesie di Jacques Prevert

SALOTTO DEL DIRE E DEL FARE

Organizzatrice: sig.ra Ninetta Montano

Appuntamento serale per condividere esperienze, viaggi, avventure; per discutere ed approfondire temi culturali e di attualità; per ascoltare musica, assistere a spettacoli o passare una serata in compagnia.

Il programma verrà pubblicato mensilmente su Unitreinforma.

CAPOLUOGO - Piazza del Popolo, 5

LUNEDÌ DALLE 21.00 ALLE 23.00

PERCORSI DIDATTICI

MOSTRE, MUSEI, GITE

Cari soci, permettete un consiglio: nel corso dell'anno, fra una lezione interessante ed un avvincente laboratorio, tenete d'occhio il nostro/vostro foglio "Unitre Informa"; vi troverete proposte per partecipare a mostre, eventi, concerti, con visite in giornata e gite verso mete di sicuro interesse artistico, storico e paesaggistico.

Tutto ciò accuratamente organizzato dal nostro "Comitato percorsi didattici" con un occhio di riguardo agli interessi ed ai suggerimenti di allievi e docenti ed in coerenza con i programmi dell'Unitre.

Organizzatori sigg.: Andreina Balsamo - Giulio Fiorio - Romano Martin
- Giorgina Parigi - Renato Senestro

«La casa della poesia non avrà mai porte.»

(Alda Merini)

BIBLIOTECA UNITRE

Nella nostra sede è disponibile per i soci una piccola raccolta di libri su argomenti vari, in particolare sul Piemonte e sulla storia locale, an piemontèis e in italiano. L'elenco completo dei libri si può consultare presso la sede o sul nostro sito.

Cultura piemontese - in piemontese

Storia locale - Storia del Piemonte

Saggistica a sfondo sociale

Ambiente e natura

Itinerari

Musica

Arte

Unitre

... ed altro ancora ...

La biblioteca è aperta Lunedì pomeriggio e Mercoledì mattina.

I libri possono essere consultati o presi in prestito per tre settimane.

Presentare il tesserino della nostra Unitre.

INDICE GENERALE

Archeologia	9
Arte contemporanea	11
Arte medievale in Piemonte	12
Consumo consapevole	18
Ballo liscio	24
Bijoux in macramé	25
Burraco	27
Camminare insieme	31
Canto corale - Meloditre	23
Capolavori del cinema internazionale	13
Consumo consapevole	18
Convivium	21
Cromoterapia	20
Danze popolari	24
Decoupage	25
Filosofia - Storia della	14
Fiori di Bach	19
Francese	17
Ginnastica dolce	30
Informatica	28
Inglese	16 - 17
La Macchia	21
Le dipendenze	15
L'Italia dei sapori	18
Lo smartphone	29
Maglia - Laboratorio di	27
Momenti d'Opera	23
Musica insieme	22
Percorsi d'arte	10
Pilates	30

Pirografia su legno	22
Psicologia dello scontro	19
Reflessologia plantare	20
Ricamo Buttigliera	27
Ricamo Rosta	27
Salotto del dire e del fare	17
Scultori e artisti piemontesi del Liberty	14
Taglio e cucito	28
Tai Chi Chuan	31