



MAX PINCUS PER "UNITRE" 3/6/95

ANNO ACCADEMICO 2023-2024

PER CONTATTARE L'UNITRE DI BASIGLIO-MILANO 3

Via Manzoni 2 - 20080 Basiglio MI Tel. 0290785865 E-mail unitrebasiglioinfo@gmail.com

Per tutte le altre informazioni consultare il nostro Sito www.unitrebasigliom3.it

Le adesioni all'UNITRE di Basiglio-Milano come riportato nell'articolo 4 "avvengono senza alcuna distinzione di razza, religione, nazionalità, condizione sociale, convinzione politica nel pieno rispetto dei principi di democrazia, apertività ed aconfessionalità".

La quota di adesione all'UNITRE di Basiglio-Milano 3 per l'Anno Accademico 2023-2024 è di 100,00 euro e prevede l'iscrizione a un massimo di 10 corsi. Detta quota non rappresenta l'iscrizione alle attività didattiche, ma esclusivamente l'adesione all'Associazione UNITRE – UNIVERSITA' DELLE TRE ETA' Sede di Basiglio-Milano 3.

La stessa consente la frequenza ai Corsi, ai Laboratori, agli Incontri Programmati, all'Accademia dell'Umanità e a tutte le altre attività proposte nell'arco dell'Anno Accademico.

L'aggiunta di ulteriori corsi comporta il versamento di 10 euro una tantum.

- I corsi si svolgeranno esclusivamente in aula tranne le eccezioni evidenziate nel calendario.
- I corsi che non raggiungeranno un numero minimo di iscrizioni (stabilito dal docente), potranno essere cancellati
- Al fine di evitare disturbo ai docenti e agli studenti si raccomanda di **osservare la massima puntualità e di tenere i cellulari spenti.**
- Ricordiamo che iscriversi alle attività proposte è anzitutto una libera scelta di ciascun associato come occasione di arricchimento personale, ma è anche un impegno verso se stessi, verso i docenti, verso la stessa UNITRE di Basiglio-Milano 3.
Iscriversi è un diritto che comporta un dovere morale di partecipazione (salvo ovviamente le assenze dovute a forza maggiore).
I corsi e i laboratori a numero chiuso sono totalmente dedicati a chi intende seguirli assiduamente, pertanto coloro che non si presentano alla prima lezione saranno automaticamente sostituiti dai primi della lista d'attesa.

CONSIGLIO DIRETTIVO 2022-2025

1 Presidente
 2 Vice Presidenti
 1 Direttore dei Corsi
 1 Segretario
 1 Tesoriere
 6 Consiglieri

INTERRUZIONI DELLE ATTIVITA' DIDATTICHE E DI SEGRETERIA

dal 1 al 5 novembre compresi
 dal 7 al 10 dicembre compresi
 dal 21 dicembre 2023 al 7 gennaio 2024 compresi
 dal 28 marzo al 2 aprile compresi
 dal 25 al 28 aprile compresi
 1 maggio

ORARIO DI SEGRETERIA

dal lunedì al venerdì
 dalle ore 9:00 alle 12:00
 dalle 15:00 alle 18:00

PROGRAMMI DEI CORSI

INDIRIZZO UMANISTICO

1- Le Tecniche originali della narrativa: come sedurre il lettore

Cosa c'è dietro e dentro un racconto? Attraverso racconti esemplari ed esemplificativi si cercherà di far cogliere ed apprezzare i diversi trucchi cui il narratore, abile illusionista, ricorre, e di illustrare le principali soluzioni adottate nelle narrazioni in forme diverse per sorprendere e catturare il lettore

- **Le tecniche narrative, quali, ad esempio:**

Storie "interessanti"

L'inizio e la fine di una storia

Narrazioni con e senza narratore

- **I trucchi narrativi utilizzati per ottenere**

Effetti sorpresa:

- Sorpresa del primo tipo: la suspense
- Sorpresa del secondo tipo: gli inganni della prospettiva
- Sorpresa del terzo tipo: il depistaggio

Effetti shock:

- Il perturbante del genere fantastico: violazione delle leggi naturali
- L'assurdo: violazione della coerenza

Docente: Tonino Tornitore

Max 24 partecipanti

2- Benvenuto "Wasichu"

I "Pellerossa" (persone dipinte di rosso) incontrano i "Wasichu" (mangiatori di grasso, stranieri) Storie di pace e di amicizia poco conosciute, ma ben documentate.

1) Sequoyah, nativo Cherokee, "I fogli volanti" e il missionario presbiteriano Samuel Worcester (USA).

2) Sakagaweah, nativa Shoshone, salva più volte da morte sicura i militari esploratori M. Lewis e W. Clark.

3) Sulla pista dell'Oregon. Grande Corvo, capo Dakota, accoglie Francis Parkman. Il popolo Sioux visto con gli occhi di un giovane neo-laureato Bostoniano.

4) Ma-To-Toh-Pa, capo Mandan e Ha-Won-Je-Ta, capo Sioux, ospitano George Catlin, etno-pittore-reporter.

5) o 4 bis) Pittori nomadi sulle tracce dei nativi : una questione di sguardi. (Lezione di approfondimento artistico a cura della prof.ssa Chiara Pertusi)

6) Gli Irokesi, la società matriarcale e l'adozione di Mary Jemison (DEH-HE-WA-NIS), figlia di pionieri.

Il secondo ciclo di incontri dedicato ai Nativi Americani, ha come tema "Le relazioni pacifiche" intessute nei secoli dai Nativi con i nuovi arrivati, gli stranieri, cioè gli Europei, da loro soprannominati WASICHU, che significa "Mangiatori di grasso". Racconterò cinque storie diverse (più un approfondimento artistico nella quarta lezione bis, tenuto dalla

prof.ssa Chiara Pertusi), avvenute in tempi differenti, in luoghi lontani tra loro, in cui i protagonisti giocano ruoli non paragonabili gli uni agli altri. Nativi e Native Cherokee, Shoshone, Sioux, Mandan, Capi Tribù, si confrontano amichevolmente con missionari, militari esploratori, giovani studiosi di storia e antropologia, pittori nomadi, pionieri e cercatori di avventure. Ma cos'ha in comune questa variegata umanità? Nient'altro che la sincera, necessaria e stupefatta curiosità reciproca. I cosiddetti "Pellerossa", padroni di casa, accolgono i cosiddetti "Wasichu", ospiti NON invitati, e scambiano i loro doni. I documenti dell'epoca, libri, articoli di giornali, diari di bordo, dipinti, e, più tardi fotografie, (redatti esclusivamente dai Wasichu) raccontano fedelmente la storia di alcuni loro incontri privilegiati.

Docente: Claudia Pertusi
Max 40 partecipanti

3 Racconti d'Arte

Dopo una prima esplorazione di percorsi tematici, condotta lo scorso anno seguendo per lo più la traccia dei generi pittorici (con qualche digressione), in questo nuovo ciclo di incontri, ci si propone di indagare nuovi soggetti, incentrati soprattutto sullo sguardo dell'artista verso l'altro da sé, inteso come persone ed eventi con cui entra in relazione. In questo nuovo orizzonte entrano quindi la donna, nei suoi diversi ruoli di seduttrice, modella, compagna, i popoli lontani e diversi, i rivolgimenti della storia come occasione per nuovi percorsi artistici. E per concludere un accenno al tema affascinante della sinestesia, ovvero l'associazione tra la sfere sensoriali diverse declinata naturalmente nello spazio di un dipinto.

- 1- Le relazioni pericolose (l'artista e la sua musa)
- 2- Le affinità elettive (coppie d'arte)
- 3- Le molte apparizioni di Salome' (fenomenologia della femme fatale)
- 4- Immagini dell'altro (popoli diversi nell'arte occidentale)
- 5- Un mondo nuovo (arte e rivoluzioni)
- 6- Musica per gli occhi (dipingere i suoni)

Docente: Chiara Pertusi
Max 24 partecipanti

4- Santi soldati

È possibile essere soldati e diventare santi? Potrebbe sembrare piuttosto difficile. Se uno ricorda le parole che Gesù pronuncia all'inizio della sua Passione, quando uno dei suoi tenta di difenderlo ("Rimetti la tua spada al suo posto, perché tutti quelli che prendono la spada, di spada moriranno", Mt 26,52), la cosa potrebbe sembrare addirittura impossibile.

Eppure, non è così. La Chiesa annovera nel suo calendario un lunghissimo elenco di santi che sono stati soldati e che hanno esercitato il mestiere delle armi, da san Longino al Servo di Dio Salvo D'Acquisto.

San Maurizio, sant'Alessandro, san Giorgio, San Vittore, San Pancrazio, San Floriano, San Sebastiano, Sant'Espedito e tantissimi altri martiri dei primi secoli erano soldati. Ma anche

Sant'Enrico imperatore, Santa Giovanna d'Arco, San Luigi IX re di Francia e, vicini a noi, il beato Francesco Faà di Bruno o i martiri Cristeros.

Che rapporto esiste con la beatitudine degli operatori di pace? Qual è la dottrina della Chiesa e come si è evoluta nel corso dei secoli?

Vuoi saperne di più? Iscriviti al corso "santi soldati"!

Docente: don Luca Broggi

Max 40 partecipanti

5- La filosofia del Novecento al femminile

Nella pratica filosofica del XX secolo sono emerse e si sono decisamente affermate come voci di grandi rilievo studiose quali Sofia Vanni Rovighi, Edith Stein, Hannah Arendt, Simone Weil, Agnes Heller. Sono personalità formatesi alla Scuola dei Giganti del pensiero del XX secolo, quali Husserl, Heidegger, Jaspers, Lukacs, contribuendo, come nel caso della Vanni Rovighi, a rinnovare profondamente il panorama filosofico, ad esempio superando problematiche neoidealistiche dominanti in Italia. Il tempo ha reso merito a tante loro intuizioni e prospettive che durante la loro vita furono spesso rifiutate e duramente contestate. Faremo una rapida carrellata di queste voci nuove e del contributo che hanno dato all'avanzamento della ricerca filosofica."

Docente: Giovanni Scirocco

ON-LINE

6- Arte moderna e arte contemporanea. Storiografia e analisi critica

Il corso che si terrà da ottobre ad aprile è costituito da 24 lezioni interconnesse tra loro in base agli argomenti trattati, a partire dal periodo dell'arte moderna sino ai giorni nostri e all'occorrenza con riferimenti precedenti al Romanticismo.

La disciplina dell'estetica che sta alla base dell'analisi critica è quel campo filosofico che tiene insieme le varie correnti artistiche e gli artisti che hanno segnato la storia dell'arte

Docente: Eric Hill

Max 24 partecipanti

7- L'altra faccia di Michelangelo

- Michelangelo, la cabala e i misteri della Cappella Sistina (due lezioni a cura di Patrizia Tamarozzi)
- La Firenze di Michelangelo (due lezioni a cura di Mario Traxino)

Docenti: Patrizia Tamarozzi e Mario Traxino

Max 24 partecipanti

8- Incontri con la poesia contemporanea

Presentazione dell'autore da parte della docente, lettura ed analisi di una scelta di poesie, commenti dei corsisti.

Due poeti stranieri:

Luis Sepulveda
Roger Mc Gough

Due poeti italiani:

Umberto Piersanti
Francesco Targhetta

Docente: Annamaria De Micheli
Max 9 partecipanti

9- Letteratura Italiana.

Orlando e Goffredo, due eroi, due mondi, dal Rinascimento alla Controriforma

Il corso, quest'anno, avrà un taglio storico-letterario, con l'obiettivo di seguire il passaggio dalla civiltà rinascimentale, che ha l'uomo saldamente al suo centro, a quella dominata dalla Controriforma, dove la dimensione religiosa si riafferma con un'incombente preoccupazione per l'ortodossia e un vivo senso del peccato.

Il tratto in comune è l'amore, declinato attraverso le vicende dell'"Orlando furioso" e della "Gerusalemme liberata", che cercherò di far riemergere dalle reminiscenze scolastiche, non sempre felici, attraverso racconti e letture che spero risveglieranno l'interesse e la passione per questi straordinari capolavori, i loro protagonisti e le epoche storiche che li hanno generati.

Docente: Gabriella Menarini
Max 24 partecipanti

10- Vita quotidiana nella Roma Antica

Della Roma antica tutti conosciamo generalmente le vicende politiche e militari ma forse meno le abitudini di vita dei suoi abitanti.

Dove vivevano, cosa mangiavano, come si vestivano?

Nel corso di quattro lezioni cercheremo di scoprirlo insieme aiutati anche da immagini proiettate.

Una lezione sarà dedicata a Pompei e a ciò che questa antica città continua a raccontarci di sé

Docente: Elisabetta Polezzo
Max 24 partecipanti

11- La strada più lunga del mondo. **Dall' Ecuador alla Terra del Fuoco**

"...e invecchio sempre, molte cose imparando"

Solone (legislatore ateniese nato nel 640 a.c e morto nel 560 a.c.)

Docente: Giancarlo Durantini

Max 24 partecipanti

12- Come valutare i gioielli: **metodologia e tematiche per la stima dei preziosi**

Ognuno di noi possiede almeno qualche gioiello o perché arrivato dalla famiglia o perché acquistato da noi, o perché regalato.

Sappiamo quale è il valore attuale? Come comportarci nel caso volessimo regalarlo, dividerlo con altri gioielli o anche venderlo?

Docente: Aldo Citterio

Max 40 partecipanti

13- Il Lazio che non ti aspetti

I tre seminari proposti descrivono tre possibili itinerari per il turista culturale, che permetteranno di scoprire aspetti meno noti del Lazio, ma di eccezionale valore storico e culturale.

• Le Necropoli monumentali Etrusche • Il cammino di Francesco • La Roma del diciottesimo secolo

Il primo seminario descrive un percorso, immerso nella campagna Romana che partendo dalla necropoli monumentale della Banditaccia (Cerveteri sito Unesco), verso la Tuscia, il lago di Bracciano, ci porterà a conoscere luoghi come Barbarano Romano, Blera, Norchia, Vulci e finalmente in Maremma, Tarquinia (sito Unesco).

Il secondo seminario descrive "Il cammino di Francesco" un percorso, immerso nei boschi dell'Appennino che partendo dal Santuario Franciscano di Greccio ci porterà a conoscere tutti i santuari Francescani della valle Rietina, luoghi come; Fontecolombo, Poggio Bustone, Rivodutri. e contemporaneamente ci farà conoscere alcuni aspetti (meno noti) della spiritualità Franciscana.

Il terzo seminario descrive "la mappa di Roma" di Giambattista Nolli (1748). Nolli è il primo cartografo nel senso moderno del termine e disegna la prima mappa di Roma costruita con criteri scientifici. La mappa descrive "l'ansa barocca" alla metà del 700 , cercheremo , come avrebbe fatto un turista di allora, luoghi come: piazza Navona, il Colosseo, e vedremo cosa c'era al posto di via della Conciliazione, cercheremo anche i magnifici 9 (i 9 Obelischi Egizi eretti in città).

Docente: Stefano Martinelli

Max 24 partecipanti

47- La massoneria, così chiacchierata, così sconosciuta

Gli incontri intendono far conoscere questa antica istituzione e le sue finalità

La massoneria non è una società segreta ed è aperta a tutti; tramanda i suoi insegnamenti con simboli e allegorie che ci vengono dal passato e da culture e tradizioni diverse

Docente: Giorgio Minozzi

Max 24 partecipanti

48- Anna Karenina: la donna, la famiglia, l'amore nella società ai tempi di Lev Nikolaevich Tolstoj

Durante questo percorso esploreremo uno dei capolavori della letteratura russa e mondiale e approfondiremo i complessi temi e personaggi presenti nel romanzo.

Anna Karenina di Lev Tolstoj è una storia affascinante e avvincente che ci catapulta nella Russia dell'Ottocento. Il romanzo tratta la vita di diverse famiglie aristocratiche russe, immergendoci in un mondo di passioni, tradimenti, gelosie e scoperte interiori. Attraverso la narrazione delle vicende personali di Anna Karenina e di altri personaggi chiave, il romanzo esplora una vasta gamma di emozioni umane, dando vita a una storia che cattura.

Durante il corso analizzeremo le complesse dinamiche familiari e sociali presenti nel romanzo. Esploreremo i temi dell'amore e dell'infedeltà, del matrimonio e del divorzio e della ricerca della felicità personale in un contesto sociale restrittivo. Inoltre analizzeremo il ruolo delle donne nella società russa dell'epoca, mettendo in luce le sfide a cui erano sottoposte e le loro ambizioni personali. Approfondiremo anche il contesto storico e culturale in cui è ambientato il romanzo, immergendoci nell'atmosfera della Russia dell'Ottocento. Discuteremo delle influenze filosofiche e ideologiche che hanno guidato Tolstoj nella creazione di questo capolavoro.

Durante le sessioni del corso avrete la possibilità di discutere e condividere le vostre reazioni e interpretazioni con gli altri partecipanti. Saremo inoltre guidati da esperti del campo, pronti a fornire ulteriori approfondimenti e a rispondere a tutte le vostre domande. Se siete appassionati di letteratura classica, amanti delle storie intricate e desiderosi di esplorare la complessità dell'animo umano, allora questo corso è perfetto per voi. Preparatevi a immergervi in un'esperienza di apprendimento coinvolgente e arricchente, in cui l'universo di Tolstoj prenderà vita di fronte ai vostri occhi.

Docente: Luisa Pietropaolo

Max 24 partecipanti

49 – La letteratura russa non è un “mattone”, è “pop”. **Breve viaggio da Puskin a Pasternak**

Durante questo percorso emozionante esploreremo le opere di alcuni dei più influenti e celebrati autori letterari russi da Aleksandr Puskin a Boris Pasternak. Questi autori hanno contribuito in modo significativo alla storia della letteratura russa, trasmettendo il loro talento e la loro creatività attraverso scritti che hanno affascinato e ispirato negli anni.

Iniziamo con il grande Aleksandr Puskin, considerato il padre della letteratura russa moderna. Puskin è famoso per il suo stile romantico e i suoi versi ricchi di passione e lirismo. Opere come “Evgenij Onegin” e “La dama di picche” mostrano la sua maestria nell’incorporare temi universali. Infine arriviamo a Boris Pasternak, autore di “Dottor Živago”, un romanzo che mescola amore, politica e storia all’interno di un affascinante intreccio narrativo. Con una scrittura poetica e sensibile, Pasternak cattura l’essenza dell’anima russa e i dilemmi personali dei suoi personaggi.

Durante il corso esploreremo le opere di altri autori straordinari, come Nikolaj Gogol’, Ivan Turgenev, Michail Bulgakov, Vladimir Majakovskij, Aleksandr Solženicyn e tanti altri. Sarà un’opportunità unica per immergersi nella letteratura russa e scoprire le prospettive uniche di questi autori eccezionali.

Docente: Luisa Pietropaolo
Max 24 partecipanti

50- Quello che non sai di Enrico VIII, il re più controverso d’Inghilterra

Enrico VIII, dalla vita ecclesiastica al trono, l’ossessione per l’erede, i sei matrimoni e lo scisma dalla Chiesa Cattolica Romana

Docente: Eros Tirelli
Max 24 partecipanti

51- Ville di delizia della nobiltà milanese

Nel XVIII secolo Marcantonio Dal Re, nel ritrarre con le sue incisioni ville suburbane del milanese, le chiamò *Ville di delizia*.

Si tratta residenze suburbane, a volte di origine molto più antica, poste spesso al centro di possedimenti terrieri, in cui i nobili si ritiravano nei periodi di villeggiatura

Negli esempi di maggior rilevanza, isolati nella campagna, ai margini dei borghi o sui laghi, si assiste ad una grande eloquenza rappresentativa e monumentale, evidente anche nelle imponenti cancellate, nel disegno dei giardini e di scenografici canali ottici.

Docenti: Chiara Niccoli e Anna Salvini
Max 24 partecipanti

INDIRIZZO SCIENTIFICO

14- Cinema e Scienza

"Ma quella scena che ho visto ieri al cinema è scientificamente credibile?". E' la domanda che spesso ci facciamo dopo aver visto un film, per esempio di fantascienza, in cui vengono mostrati fenomeni lontani dalla vita quotidiana.

Il corso "Cinema e Scienza" si rivolge a persone curiose, prive di competenze specifiche in ambito Matematico/Fisico, interessate a conoscere alcune spiegazioni dei fenomeni naturali fornite dalla Scienza.

Durante il corso verranno utilizzati alcuni film rivolti al grande pubblico, normalmente proiettati nelle sale cinematografiche, per evidenziare alcune scene in cui si possa fornire una lettura critica dei fondamenti scientifici coinvolti.

Si vedrà come in alcuni casi le scene sono scientificamente corrette, mentre in altri le esigenze sceniche hanno prevalso sulla credibilità scientifica.

Il corso non è una rassegna cinematografica e non verranno trattati elementi di cultura cinematografica (registi, attori, critica artistica, ecc.).

L'unica richiesta ai partecipanti è la curiosità

Docente: Roberto Ceriani

Max 24 partecipanti

16- Natura che Cura

Introduzione alle Medicine Non Convenzionali con particolare riferimento all'Omeopatia

Le Medicine cosiddette Dolci, dalla Fitoterapia all'Omeopatia e alle altre Terapie Naturali sono un argomento affascinante, dalla storia millenaria e con importanti impieghi pratici ancora oggi in uso.

Il Corso è destinato a persone di tutte le età ed è finalizzato alla informazione di base per la prevenzione e cura con metodi naturali di alcune delle malattie più comuni.

Obiettivi:

1. Illustrare i principi della Medicina Naturale, come base per un approccio Integrativo e non Sostitutivo a quello della Medicina Ufficiale.
2. Sfatare i pregiudizi che attribuiscono ai rimedi naturali una minore efficacia rispetto ai farmaci della Farmacopea Ufficiale
3. Fornire informazioni scientifiche di base e norme pratiche sull'uso delle Medicine Non Convenzionali, in particolare sulla più nota e praticata: l'Omeopatia.

Nelle quattro sessioni verranno trattati i seguenti argomenti:

- 1, Le Medicine non Convenzionali e i Principi Fondamentali dell'Omeopatia
2. Come e perché funziona l'Omeopatia
3. Dall' Omeopatia alle Nuove Frontiere della Medicina Naturale
4. L'armadietto terapeutico per la famiglia

Docente: Livio Carati

Max 24 partecipanti

52- Omotossicologia

- Psiconeuroendocrinoimmunologia, evoluzione scientifica della psicosomatica
- Area emozionale, carico tossinico nell'asse dello stress
- Medicina funzionale per un approccio clinico integrato, il mitocondrio in omotossicologia, carico tossinico tessutale e cellulare

Docente: Marta Musto Poet
Max 24 partecipanti

INDIRIZZO LINGUISTICO

25- Francese liv.2

Il corso è rivolto a chi ha frequentato le lezioni dello scorso anno e a chi possiede una conoscenza base della lingua

Docente: Anna D'Ambrosio
Max 9 partecipanti

A carico dei partecipanti l'acquisto del libro di testo e/o delle fotocopie

26- Francese Conversazione su temi scelti

Il corso è rivolto a coloro che hanno già una buona conoscenza della lingua francese e che desiderano acquisirne una più profonda familiarità

Docente: Françoise Bosset
Max 24 partecipanti

A carico dei partecipanti l'acquisto di eventuali libri e delle fotocopie

27- Inglese conversazione liv. medio

Scopo del corso è raggiungere una discreta capacità nella conversazione e di facilitare, in seguito, a chi lo desidera, la partecipazione al corso di conversazione avanzata

Docente: Gunhild Cacciapuoti
Max 24 partecipanti

A carico dei partecipanti l'acquisto del libro di testo e/o delle fotocopie

28- Inglese grammatica e conversazione avanzate

This course is devoted to those who really want to improve their use of the English language. At the same time we will be reviewing the fundamental rules of the English grammar.

Docente: Emanuela Zauli
Max 24 partecipanti

A carico dei partecipanti l'acquisto del libro di testo e/o delle fotocopie

58 Inglese pratico

Si tratta di un corso autogestito, aperto a chi possiede una conoscenza base della lingua inglese, in cui si incontra per continuare il programma iniziato gli anni scorsi, seguendo un libro di testo che verrà concordato dai partecipanti alla prima lezione.

Max 24 partecipanti

29- Spagnolo conversazione avanzata

Abarcaremos distintos temas de actualidad general, consolidando las estructuras gramaticales y adquiridas. Nos introduciremos en el mundo de la literatura conociendo a los autores fundamentales de la lengua castellana, leyendo fragmentos representativos de sus obras

Docente: Begoña Urrez

Max 24 partecipanti

A carico dei partecipanti l'acquisto del libro di testo e/o delle fotocopie

30- Spagnolo base

Corso riservato a chi non ha nessuna conoscenza della lingua e a chi ha frequentato il corso lo scorso anno

Docente: Andrea Sarmiento

Max 9 partecipanti

A carico dei partecipanti l'acquisto del libro di testo e/o delle fotocopie

INDIRIZZO INFORMATICO

46- Risoluzione dei problemi informatici quotidiani

- Controlliamo le app. necessarie per lavorare al meglio con il cellulare e le app più importanti: Play Store (per Android) e App Store.
- Come e dove salvare i files. Google Drive.
- Controllo dei programmi adeguati per svolgere l'esercizio sul PC. Come lavorare usando la stampante multifunzione (scannerizzare). Come procedere in mancanza della stampante.
- Tutto quello che dovete sapere sullo SPID.
- Ingresso con la carta identità elettronica.
- Mondo delle Poste, Fascicolo Sanitario, Fascicolo del cittadino (per il comune di Milano)
- Come pagare tramite internet: PagoPa, Paypal, Carta di credito, Postepay
- Registrazione su Amazon e acquisti: qualche trucco per essere sicuri quando fate un ordine
- Hai già una PEC? – Posta elettronica certificata

- Parliamo delle stampanti e multifunzione: Quali scegliere?
- Come compilare un file Pdf tramite la posta elettronica (usando il telefonino, il tablet o il PC) e rimandarlo compilato

Docente: Konrad Peplonski
Max 24 partecipanti

INDIRIZZO LUDICO MUSICALE

31- Dal Rinascimento al Neoclassicismo

- Gli albori del melodramma: Claudio Monteverdi
- Johann Sebastian Bach
- Sergej Prokof'ev
- 1260 North Wetherly Drive: Igor Stravinskij

Due momenti del cammino della musica colta cronologicamente molto distanti, riavvicinati dal desiderio di alcuni grandi compositori del Novecento, in contrapposizione con la poetica post-romantica, di volgere nuovamente lo sguardo ai miti del passato. Pagine musicali, stilisticamente profondamente diverse, unite tra loro da un sottile filo rosso.

Docente: Gianfranco Scafidi
Max 24 partecipanti

32- Corso di Burraco e partite

La prima parte del corso (4 lezioni) è riservata esclusivamente a chi non conosce il burraco.
Dalla quinta lezione inizieranno le partite e cui potranno partecipare anche quelli che sanno già giocare

Docente: Anna Emma
Max 20 partecipanti

33- "Hanno ammazzato Compare Turiddu" – Mascagni e Leoncavallo, la stagione del Verismo

"Cavalleria Rusticana" e "Pagliacci" sono tra le opere più rappresentative e amate del Verismo, l'ultima stagione del melodramma italiano tradizionalmente inteso.
Il corso prevede l'ascolto di entrambe (si tratta di opere brevi), con approfondimenti musicali, storici e di costume.

Docente: Corrado Maddaloni
Max 24 partecipanti

34- Qigong

Il Qigong nacque in Cina diverse migliaia di anni fa e fu praticato e sviluppato dai monaci taoisti e buddisti per migliorare l'armonia, la forza, l'equilibrio e il benessere fisico.

Qigong significa lavoro, movimento, muovere l'energia e farla fluire, mettersi in contatto con essa e, con la pratica, saperla distribuire in tutto il corpo.

Questo serve a metterci in relazione con noi stessi e con quello che ci circonda. Così facendo, impariamo a prenderci cura del nostro corpo e della nostra salute. Previene le malattie e migliora il nostro ben-essere.

Questa pratica aiuta la nostra consapevolezza; si impara a riconoscere i propri punti deboli e come riequilibrarli con gli esercizi

Docente: Pietro Zaccaro

Max 15 partecipanti

53- Teatrando base

Laboratorio di espressione teatrale suddiviso in due corsi: base e avanzato.

Nel corso base si impara attraverso giochi.

Contenuti:

- Riconoscere sé stessi, memoria emotiva, affettiva e sensoriale.
- Il linguaggio del corpo
- Improvvisazione di situazioni singole e di gruppo.
- Uso consapevole dello spazio scenico (postura, posizionamento, direzione, movimento).
- Elementi di dizione.
- Come si studia un personaggio
- Monologo teatrale e sua interpretazione

Docente: Maria Luisa Scarpa

Max 15 partecipanti

Corso bisettimanale

54- Teatrando avanzato

Il percorso prevede l'approfondimento di tecniche già sperimentate nel corso base.

1. L'attore bio dinamico
2. Tecniche di dizione
3. Tecniche di memorizzazione
4. Tecniche di mimo
5. L'improvvisazione
6. Le grandi scuole di recitazione
7. Preparazione dello spettacolo finale

Docente: Maria Luisa Scarpa

Max 15 partecipanti

Corso bisettimanale

55- Ciac si gira: cineforum della frontiera

Prima di iniziare il nuovo corso di 7 incontri dedicato ai Nativi Americani (Benvenuto Wasichu!) e a completamento dei 3 incontri sulla Spiritualità dello scorso anno accademico, verrà avviato un Cineforum con 7 Film "Cult", in cui i Nativi Americani giocano ruoli nuovi e inconsueti rispetto alla filmografia precedente.

L'anno di svolta è il 1970 e quindi da lì partiremo, con **"Un uomo chiamato cavallo"**, **"Soldato blu"**, **"Piccolo grande uomo"** e **"Corvo rosso non avrai il mio scalpo"**.

Proseguiremo il cammino negli anni '90 con **"Balla coi lupi"** e **"L'ultimo dei Mohicani"**, per concludere con un film del 2007, meno conosciuto ma non meno interessante, intitolato **"L'ultimo pellerossa"** (titolo originario "Bury my heart at Wounded Knee" ovvero "Seppellite il mio cuore a Wounded Knee").

L'idea del cineforum nasce dal desiderio di condividere con appassionate e appassionati della cultura dei Nativi Americani immagini e storie ben documentate che raccontino qualcosa di interessante della loro vita quotidiana, del loro pensiero e della loro spiritualità.

Ogni film sarà preceduto da una breve introduzione esplicativa

Docente: Claudia Pertusi

Max 24 partecipanti

Al cineforum verrà data la precedenza a coloro che hanno partecipato al corso lo scorso anno e poi, a seguire, agli iscritti al corso di quest'anno fino ad esaurimento posti

INCONTRI

35- Storia ed istituzioni del mondo musulmano

L'Islam, con le sue radici che affondano nella Penisola Arabica e il suo diffondersi attraverso l'Asia, l'Africa e l'Europa, ha dato vita a una delle culture e civiltà più diversificate e influenti del mondo. Nel corso di questo programma, studieremo non solo gli aspetti storici di questa fede globale, ma anche le istituzioni sociali, politiche e culturali che ne costituiscono l'essenza.

Dall'ascesa del Profeta Maometto e la formazione delle prime comunità islamiche al califfato dei *Rashidun*. Analizzeremo l'espansione dell'impero islamico e il fiorire di centri di conoscenza, come Baghdad e Cordova, che hanno svolto un ruolo cruciale nella conservazione e nella trasmissione del sapere umano.

Esamineremo anche la struttura del Nobile Corano e il suo impatto nella società, le istituzioni politiche del mondo musulmano, le quattro scuole giuridiche e i sistemi legali basati sulla Sharia e il diritto islamico, che hanno contribuito – e contribuiscono ancora oggi - a regolare la vita delle comunità islamiche e a plasmare le società in cui si sono sviluppate.

Docente: Marco Rossignoli

Max 40 partecipanti

36- L'Iran contemporaneo

L'Iran è un paese chiave e la sua storia rappresenta un *unicum* non solo in Medio Oriente ma per tutto il mondo contemporaneo. In questo corso, esploreremo l'evoluzione dell'Iran, dalla sua rivoluzione culturale e politica del XX secolo fino alle sfide e alle opportunità del panorama globale attuale.

L'Iran, con la sua posizione cruciale tra il Medio Oriente, l'Asia e l'Europa, ha sempre giocato un ruolo di rilievo nell'arena internazionale. La sua storia è una narrazione intricata di antiche tradizioni culturali, scontri di potere, cambiamenti sociali e un equilibrio sospeso tra modernità e tradizione. In questo corso esploreremo le sfumature della sua identità complessa, i momenti chiave che hanno plasmato il suo percorso e gli impatti delle sue scelte sulla stabilità regionale e mondiale: dall'ascesa e la caduta della dinastia Pahlavi all'avvento della Repubblica Islamica, tratteremo i contorni della rivoluzione che ha scosso le fondamenta del Paese e le conseguenti sfide e opportunità che ne sono emerse. Esamineremo come l'Iran abbia giocato un ruolo cruciale nell'evoluzione del pensiero politico islamico e nell'interazione tra Oriente e Occidente, dando vita a una storia di cambiamenti influenti e innovazioni che hanno spesso anticipato gli sviluppi globali. Basti pensare a come la rivoluzione khomeinista del 1979 abbia anticipato la diffusione dell'islamismo politico o, in antitesi, come l'onda verde del 2009 abbia preceduto le cosiddette «primavere arabe».

Docente: Marco Rossignoli
Max 40 partecipanti

37- Un bel dì vedremo

Incontro su Giacomo Puccini a 100 anni dalla morte

Docente: Barbara Garosi
Max 24 partecipanti

56- Io la penso così, e tu? (...parliamone)

L'obiettivo è quello di stimolare la discussione su argomenti liberi proposti dagli stessi associati, in una logica di ricerca di interattività, empatia e socialità.

Gli argomenti proposti possono riguardare qualsiasi tema, con esclusione di quelli politici o religiosi.

- In sede verrà apposto un foglio con riferimento al forum. L'associato potrà indicare l'argomento sul quale vuole discutere, indicando il proprio nome e cognome. Gli associati interessati ad argomentare sul tema proposto, o direttamente, o contattando la Segreteria, indicheranno la loro disponibilità e lasceranno i loro riferimenti.
- Una volta raggiunto un numero congruo di partecipanti, si provvederà ad organizzare il forum (sede, orari, ecc...), previo contatto da parte della Segreteria.
- Il forum avrà quindi luogo con il coordinamento di un moderatore

INDIRIZZO MULTIDISCIPLINARE

15- Introduzione alle criptovalute: il caso Bitcoin

Bitcoin è una tecnologia rivoluzionaria di cui molto si parla e dal grande potenziale economico e politico, che potrebbe cambiare completamente il nostro modo di gestire il denaro. Per capire davvero quello che è speciale in Bitcoin, abbiamo bisogno di studiare come funziona.

- Cosa è il denaro
- Cosa è una banca.
- Centralizzazione e decentralizzazione.
- La blockchain come veicolo di decentralizzazione
- Funzioni per la cifratura.
- Chiavi pubbliche come identità.
- Il consenso distribuito, senza identità.
- Incentivi e "prova del lavoro" (PoW).
- Le transazioni.
- La rete Bitcoin.
- Portafogli e cambi.
- Costi delle transazioni.
- Il compito dei minatori di Bitcoin.
- I fondamenti dell'anonimato.
- Rompicapi e silicio dedicato.
- Altcoin: Storia e Motivazioni
- Relazione tra Bitcoin e Altcoin
- Ethereum e Contratti Smart

Docente: Stefano Martinelli

Max 24 partecipanti

17- Moneta, politica monetaria e inflazione

Fin dai tempi più antichi la moneta è legata allo sviluppo del commercio e alla crescita economica. E fin dall'antichità sappiamo che variazioni nella quantità di moneta in circolazione hanno un profondo effetto sull'andamento della produzione, sull'occupazione e sulla dinamica dei prezzi. Per questo motivo il controllo della moneta è da sempre una delle principali prerogative del potere politico.

In una serie di lezioni cerchiamo di tratteggiare l'essenza della moneta, della politica monetaria e dei suoi riflessi sulla dinamica dei prezzi.

L'inflazione che ha fatto seguito alla ripresa economica post-pandemica rende di grande attualità questi argomenti.

Evitando tecnicismi, il docente vuole chiarire quelle nozioni che rendano più facile seguire notizie e dibattiti sui quotidiani.

Docente: Pierluigi Molajoni

Max 24 partecipanti

18- Degustando: viaggio tra i vitigni della nostra penisola

Sette lezioni di approfondimento:

- 1° Lezione Nebbiolo
- 2° Lezione Riesling, Sylvaner, Gewurztraminer
- 3° Lezione Sangiovese e Trebbiano Toscano
- 4° Lezione Albana e Vernaccia
- 5° Lezione Vermentino e Verdicchio
- 6° Lezione Aglianico, Montepulciano, Negroamaro
- 7° Lezione Nero d'Avola, Cannonau, Carignano e altri vitigni minori

Docenti: Carolina Marchesi e Giorgio De Pieri

Min. 10 partecipanti , max 24

A carico dei partecipanti il costo per le degustazioni dei vini.

19- Cristalloterapia

L'esperienza più bella che possiamo fare è il mistero, svelare il mistero dell'universo è l'aspirazione di tutta la scienza

Albert Einstein (1879 – 1955)

- **Primo incontro:** Energia sottile del cristallo,
- **Secondo incontro:** Perché i cristalli, uso della energia del cristallo
- **Terzo incontro:** Come lavorare con i cristalli, i cristalli più noti
- **Quarto incontro:** Purificazione dei cristalli attraverso i chakra 1°, 2°, 3°
- **Quinto incontro:** Purificazione dei cristalli attraverso i chakra 4°, 5°, 6°, 7°
- **Sesto incontro:** Trinità astrologica
- **Settimo incontro:** Meditazione sui cristalli e uso

La terapia dei cristalli è una pratica alternativa che utilizza cristalli e pietre per curare o equilibrare l'energia del corpo e della mente. Si ritiene che ogni cristallo abbia proprietà uniche che possono influire positivamente sulla salute fisica, emotiva e spirituale. Tuttavia, la scienza non ha ancora confermato l'efficacia di questa terapia e non è considerata un trattamento medico valido.

Docente: Carol Sollazzi

Max 24 partecipanti

20- La riflessologia plantare e la sua relazione con "I cinque movimenti" della MTC

Le riflessologie sono la proiezione di tutto il corpo in una piccola parte di esso, nel nostro caso del piede, ed attraverso il massaggio di alcuni punti specifici, chiamati "punti riflessi", si invia un impulso nervoso al cervello che stimola a sua volta l'organo corrispondente. Il pensiero cinese (e la Medicina Tradizionale cinese, abbreviata in MTC) sono basate sulla

convinzione che l'individuo sia parte integrante delle forze della natura MTC e che per potersi mantenere in salute l'uomo debba seguire le regole che le governano. MTC e riflessologia sono strettamente collegate tra di loro ed in questo corso vedremo quindi uno alla volta i cinque Movimenti ed i loro collegamenti con quello che troviamo nell'ambiente circostante, nel nostro corpo e sui nostri piedi.

Docente: Rosanna Coperchini

Max 20 partecipanti

Nelle iscrizioni verrà data la precedenza a coloro che lo scorso anno non hanno potuto frequentare perché in lista d'attesa

21- Guidare fino a 100 anni: perché no ?

E' rivolto a coloro che vogliono prolungare il più lungo possibile la loro carriera di conducente sancendo che il mantenimento dell'indipendenza è un aspetto importante di un invecchiamento sano. Pertanto, il percorso si propone di

1. informare i conducenti senior per
 - cambiare antiche cattive abitudini accumulate negli anni
 - creare consapevolezza dei cambiamenti subentranti con l'età
 - come compensare tali cambiamenti così da prolungare la loro carriera di conducente
 - l'uso dei supporti ADAS
2. preparare i conducenti senior a
 - correggere le abitudini di guida pericolose
 - cosa propongono le Istituzioni Locali per la mobilità

Metodologia e procedure

Interventi di lezione frontale e molte simulazioni, si rendono i partecipanti protagonisti di reali situazioni stradali in cui percezione ed attenzione giocano il ruolo principale nel verificare i cambiamenti intervenuti con l'avanzare dell'età e nella prevenzione di incidenti

Contenuti

1. Muoversi in un ambiente complesso
2. Regole di base della circolazione
3. Guidare in sicurezza
4. Percezione del rischio
5. L'attenzione
6. Il decadimento psicofisico e la guida
7. Gli ausili ADAS
8. Consigli finali per una guida sicura fino a 100 anni

Il percorso si svolge su 3 incontri +1 a un mese di distanza.

Docente: Maria Luisa Scarpa.

Max 24 partecipanti

22- Ma cosa abbiamo comprato? **I Salumi...gioie e dolori**

.
12 kg. in Italia il consumo annuo medio pro capite, che propone oltre 40 specialità DOP e IGP.

Se consumiamo in modo consapevole e Italiano i salumi possono essere solo piacere a tavola.

Ma l'allevamento industriale, il benessere animale, l'impatto sull'ambiente, alcuni problemi specifici e altro ci consigliano riflessioni.

4 incontri per conoscerli meglio.

Docente: Sergio Asperges

Max 40 partecipanti

23- Finanza comportamentale.

Aiutare le persone a imparare come spendere, risparmiare, investire, assicurarsi e pianificare con saggezza il futuro per raggiungere l'indipendenza finanziaria

La struttura del corso poggia soprattutto sulle scoperte di due premi Nobel per l'economia e psicologi, Daniel Kahnemann (2002) e Richard Thaler (2017) e si articola secondo il seguente programma:

- . Che cos'è la finanza comportamentale
- . Consumo risparmio e investimento
- . Percezione del rischio e funzione del valore
- . La psicologia degli investimenti: la consapevolezza nelle scelte di investimento
- . Conoscenze incerte: l'uomo poco economicus
- . Anomalie comportamentali nelle scelte di investimento
- . Anomalie comportamentali: strategie di esperti e strategie di ingenui
- . Resilienza ed emozioni: soddisfazione, rimpianto e senso di poi
- . Applicazione della finanza comportamentale

Durante le lezioni verranno proiettate immagini e video e verranno fatti diversi esperimenti pratici e test al fine di capire e conoscere i meccanismi psicologici più profondi dell'investitore

Docente: Paolo Delfino

Max 24 partecipanti

24- Metodi e tecniche di gestione dello stress

E' noto già dagli anni 60 che c'è una strettissima correlazione tra diverse patologie (es: ipertensione, disturbi gastrici, disturbi cardiovascolari, insonnia, ansia) ed una inappropriata attivazione della risposta fight-or-flight (combatti-o-fuggi) nella reazione di Stress, che determina una iperattivazione del Sistema Nervoso Simpatico. Se la reazione di Stress è innata e funzionale alla sopravvivenza, il perdurare di una condizione di Stress diventa però nocivo per la salute ed il benessere psico-fisico (Distress).

Scopo del seminario è esplorare e descrivere alcuni metodi e tecniche che si configurano come validi ed efficaci strumenti di intervento per la gestione dei sintomi psichici e somatici che si accompagnano all'esperienza soggettiva di Distress. Verranno descritte le

tecniche di rilassamento applicate secondo il metodo del Rilassamento Muscolare Progressivo di Jacobson (RMP), il Training Autogeno (TA) di Shultz, il metodo della Relaxation Response di Benson e la Mindfulness, tecnica di meditazione di consapevolezza, che fu alla base del programma di Mindfulness Based Stress Reduction (MBSR) di J. Kabat Zinn. Sarà illustrata inoltre la metodica dei Biofeedback, che si basa sulla misurazione di uno dei parametri fisiologici implicati nella distensione e rilassamento e sulla possibilità di apprendere l'autocontrollo volontario di alcuni processi psicofisiologici che abitualmente sono involontari.

La conoscenza di base di questi metodi permetterà a chi fosse interessato all'apprendimento ed alla pratica di una tecnica di gestione dello stress di poter scegliere quella più confacente con il proprio tempo e stile di vita.

Docente: Cinzia Sguazzin

Max 24 partecipanti

57- Face Yoga

Il Face Yoga (o Yoga Viso) è una disciplina olistica che ha come obiettivo il raggiungimento di un viso più giovane e luminoso, oltreché una sensazione completa di benessere.

Il metodo è molto pratico e ricco di tecniche effettive per ottenere risultati tangibili.

Nelle sessioni di Face Yoga viene proposta una sequenza che contempla una serie di esercizi, massaggi, digitopressioni, lavoro energetico e rilassamento finale.

Imparando a controllare la mimica facciale, le rughe di espressione verranno ridotte.

Praticare Face Yoga è come fare una ginnastica dolce esclusivamente per il proprio viso.

Attraverso la sua pratica costante, la pelle e i muscoli si tonificano, la cute appare più liscia e soda, i lineamenti del viso risultano rimpolpati. Permette di ossigenare e nutrire la pelle, aumentando anche la produzione di collagene ed elastina, consente inoltre un miglioramento del drenaggio linfatico, con una riduzione dei gonfiori e una conseguente pelle più luminosa.

Docente: Elena Servienti

Max 24 partecipanti

LABORATORI

38- Acquerello

Corso dedicato sia a coloro che già conoscono la tecnica dell'acquerello che a coloro che devono iniziare.

Docente: Alberto Pagani

max 10 partecipanti

39- Corso di decorazione

Decorazione di piccoli oggetti con tecniche varie
La prima lezione sarà di presentazione del corso

Docente: Pasquale Pentasuglia
Max 4 partecipanti

Nelle iscrizioni verrà data la precedenza a coloro che non hanno mai frequentato il corso

40- Club del patchwork

Realizzazione di lavori a scelta del partecipante

Docente: Bruna Jachelini
Max 12 partecipanti

41- Corso di Scultura

Realizzazione di una scultura in gasbeton.

Docente: Gerardo Napoli
max 10 partecipanti

A carico dei partecipanti l'acquisto del materiale.

42- Pittura ad olio

Livello di approccio

Acquisizione della tecnica strumentale; percezione artistica dello spazio e degli elementi che lo riempiono; studio di linee, forme, colori per la realizzazione di composizioni armoniche; analisi dei diversi stili pittorici per giungere a un linguaggio espressivo rispondente alla propria personalità.

Livello progredito

Approfondimento e prosecuzione dell'attività pittorica secondo lo stile preferito e sperimentato.

Ciascuno può accostarsi alla pittura a olio in qualsiasi momento, anche se privo di conoscenze e/o abilità specifiche: si può imparare a dipingere solo dipingendo con assiduità ed entusiasmo.

Docente : Enrica Garlati

44- Cartonnage avanzato

Riservato a coloro che conoscono le tecniche del cartonnage

Docente: Francesca Gagliardi
Max 8 partecipanti

A carico dei partecipanti l'acquisto del materiale.

45- Le collane

- riparazione e aggiustamento delle collane portate dai partecipanti
- realizzazione di una collana

Docente: Carla Babato

Max 6 partecipanti

A carico dei partecipanti l'acquisto del materiale.

INDICE

<u>INDIRIZZO UMANISTICO</u>	<u>PAG</u>
1- Le Tecniche originali della narrativa	3
2- Benvenuto "Wasichu"	3
3- Racconti d'Arte	4
4- Santi soldati	4
5- La filosofia del Novecento al femminile	5
6- Arte moderna e arte contemporanea. Storiografia e analisi critica	5
7- L'altra faccia di Michelangelo	5
8- Incontri con la poesia contemporanea	6
9- Letteratura Italiana. Orlando e Goffredo, due eroi, due mondi,	6
10- Vita quotidiana nella Roma Antica	6
11- La strada più lunga del mondo. Dall'Ecuador alla Terra del Fuoco	7
12- Come valutare i gioielli: metodologia e tematiche per la stima	7
13- Il Lazio che non ti aspetti	7
47- La massoneria, così chiacchierata, così sconosciuta	8
48- Anna Karenina: la donna, la famiglia, l'amore nella società ai..	8
49 - La letteratura russa non è un "mattone", è "pop"	9
50- Quello che non sai di Enrico VIII, il re più controverso d'Inghilterra	9
51- Ville di delizia della nobiltà milanese	9
 <u>INDIRIZZO SCIENTIFICO</u>	
14- Cinema e Scienza	10
16- Natura che Cura Introduzione alle Medicine Non Conv. Omeopatia-	10
52- Omotossicologia	11
 <u>INDIRIZZO LINGUISTICO</u>	
25- Francese liv.2	11
26- Francese Conversazione su temi scelti	11
27- Inglese conversazione liv. Medio	11
28- Inglese grammatica e conversazione avanzate	11
29- Spagnolo conversazione avanzata	12
30- Spagnolo base	12
 <u>INDIRIZZO INFORMATICO</u>	
46- Risoluzione dei problemi informatici quotidiani	12

INDIRIZZO LUDICO MUSICALE

31- Dal Rinascimento al Neoclassicismo	13
32- Corso di Burraco e partite	13
33- "Hanno ammazzato Compare Turiddu" – Mascagni e Leoncavallo,..	13
34- Qigong	13
53- Teatrando base	14
54- Teatrando avanzato	14
55- Ciac si gira: cineforum della frontiera	15

INCONTRI

35- Storia ed istituzioni del mondo musulmano	15
36- L'Iran contemporaneo	16
37- Un bel dì vedremo	16
56- Io la penso così, e tu? (...parliamone2)	16

INDIRIZZO MULTIDISCIPLINARE

15- Introduzione alle criptovalute: il caso Bitcoin	17
17- Moneta, politica monetaria e inflazione	17
18- Degustando: viaggio tra i vitigni della nostra penisola	18
19- Cristalloterapia	18
20- La riflessologia plantare e la sua relazione con "I cinque movimenti"	18
21- Guidare fino a 100 anni: perché no ?	19
22- Ma cosa abbiamo comprato? I Salumi...gioie e dolori	20
23- Finanza comportamentale.	20
24- Metodologia e tecniche di gestione dello stress	20
57- Face Yoga	21

LABORATORI

38- Acquerello	21
39- Corso di decorazione	22
40- Club del patchwork	22
41- Corso di Scultura	22
42- Pittura ad olio	22
44- Cartonnage avanzato	22
45- Le collane	23