

1

ALIMENTAZIONE CONSAPEVOLE PER UNA NUTRIZIONE INTELLIGENTE

Titolare CARISTIA GIOVANNI

Assistente VITALI ANNA MARIA

Sede VILLA MINA AULA A

Giorno ora Settimanale - Lunedì - dalle 17:30 alle 18:30

Date

Ottobre 5 12 19 26

Novembre 9 16 23 30

Dicembre 14 21

Argomento

Aumentare la consapevolezza delle esigenze della nostra "macchina corpo" attraverso la conoscenza dei componenti della nutrizione per creare il "nostro piatto ideale".

Lunedì

REF. VITALI ANNA MARIA

2

ARMONIA VERTEBRALE DEL GIOVEDÌ GE - VOLTRI

Titolare PICCARDO PASQUALE

Assistente

Sede OPEN LAB LA CASA DEGLI ARTISTI GE - VOLTRI

Giorno ora Settimanale - Giovedì - dalle 09:00 alle 09:45

Date

Ottobre 8 15 22 29

Novembre 5 12 19 26

Dicembre 3 10 17

Gennaio 7 14 21 28

Febbraio 4 11 18 25

Marzo 4 11 18

Aprile 1 8 15 22 29

Maggio 6 13

Argomento

Giovedì

REF. ROBALDO BARBARA

3

ARMONIA VERTEBRALE DEL LUNEDÌ GE - VOLTRI

Titolare PICCARDO PASQUALE

Assistente

Sede OPEN LAB LA CASA DEGLI ARTISTI - GE - VOLTRI

Giorno ora Settimanale - Lunedì - dalle 09:00 alle 09:45

Date

Ottobre 5 12 19 26

Novembre 9 16 23 30

Dicembre 14 21

Gennaio 11 18 25

Febbraio 1 8 15 22

Marzo 1 8 15 22

Aprile 5 12 19 26

Maggio 3 10

Argomento

Lunedì

REF. ROBALDO BARBARA

4

ATTI DEGLI APOSTOLI

Titolare DON FERRI ANTONIO

Assistente CHECCHETTO VANNA

Sede CENTRO SBRAGI AULA ALDO

Giorno ora Settimanale - Venerdì - dalle 15:30 alle 16:30

Date

Ottobre 9 16 23 30

Novembre 6 13 20 27

Dicembre 4 11

Argomento Struttura del testo - composizione letteraria, conoscenza dei temi fondamentali trattati nel testo. Analisi di brani degli Atti o dei Vangeli.

Venerdì

REF. CHECCHETTO VANNA

BALLI DI GRUPPO**Titolare FICARRA SARA****Assistente DELLACASA DANIELA****Sede NEW CALIFORNIA CLUB ARENZANO****Giorno ora Settimanale - Martedì - dalle 14:30 alle 15:45****Date****Ottobre 6 13 20 27****Novembre 3 10 17 24****Dicembre 1 15 22****Gennaio 12 19 26****Febbraio 2 9 16 23****Marzo 2 9 16 23****Aprile 6 13 20 27****Maggio 4 11**

Argomento Si ricorda che l'iscrizione al corso deve essere effettuata presso la segreteria della New California Club, entro il 30 settembre, presentando sia il tesserino Unire di Arenzano Cogoleto, aggiornato per l'anno accademico 2026 - 2027, che il certificato medico in originale di idoneità alla pratica sportiva non agonistica con la menzione dell'ultimo tracciato ECG effettuato.

Martedì**REF. MONTOYA M. GRACIELA**

6

BALLI DI GRUPPO GE - VOLTRI

Titolare FICARRA SARA

Assistente

Sede OPEN LAB LA CASA DEGLI ARTISTI

Giorno ora Settimanale - Mercoledì - dalle 16:30 alle 17:20

Date

Ottobre 7 14 21 28

Novembre 4 11 18 25

Dicembre 2 9 16

Gennaio 13 20 27

Febbraio 3 10 17 24

Marzo 3 10 17 24 31

Aprile 7 14 21 28

Maggio 5 12

Argomento

Mercoledì

REF. ROBALDO BARBARA

7**BALLI DI GRUPPO PRINCIPIANTI****Titolare FICARRA SARA****Assistente****Sede NEW CALIFORNIA CLUB ARENZANO****Giorno ora Settimanale - Mercoledì - dalle 14:30 alle 15:45****Date****Ottobre 7 14 21 28****Novembre 4 11 18 25****Dicembre 2 9 16****Gennaio 13 20 27****Febbraio 3 10 17 24****Marzo 3 10 17 24 31****Aprile 7 14 21 28****Maggio 5 12**

Argomento Alcuni passi di ballo per muoverci in allegria.
 Si ricorda che l'iscrizione al corso deve essere effettuata presso la segreteria della New California Club, entro il 30 settembre, presentando sia il tesserino Unire Arenzano Cogoleto, aggiornato per l'anno accademico 2026 - 2027, che il certificato medico in originale di idoneità alla pratica sportiva non agonistica con la menzione dell'ultimo tracciato ECG effettuato.

Mercoledì**REF. MONTOYA M. GRACIELA**

8

BEATI LORO:STORIE DI SANTI CHE NON TI ASPETTI

Titolare ZERBINI FILIPPO

Assistente VALLE ANNUNZIATA

Sede VILLA MINA AULA A

Giorno ora DateFisse - Giovedì - dalle 15:30 alle 17:00

Date

Ottobre 8 22

Novembre 5 19

Argomento Incontro 1 del 08/10 - Santi insoliti e storie straordinarie
Incontro 2 del 22/10 - Santi locali, santi "utili" e santi impossibili.
Incontro 3 del 05/11 - Come si diventa santi: processi, miracoli, politica.
Incontro 4 del 19/11 - Sincretismi globali: santería, candomblé, voodoo, culti ibridi.

Giovedì

REF. ERLI GIULIANA

9

BIGIOTTERIA ALL'UNCINETTO CORSO CHIUSO)

Titolare **ROSSI ANGELA**

Assistente

Sede **CENTRO SBRAGI AULA MARE**

Giorno ora **Settimanale - Lunedì - dalle 09:30 alle 11:30**

Date

Ottobre **5 12 19 26**

Novembre **9 16**

Argomento **Con filati brillanti e uncinetto realizzeremo degli accessori originali ed unici, tutti fatti a mano da noi. Saranno leggeri da indossare, pratici ma, all'occorrenza, anche molto eleganti e sfiziosi.**

Lunedì

REF. CHECCHETTO VANNA

10**BOCCE****Titolare PERETTI LUCIANO****Assistente CARISTIA GIOVANNI****Sede BOCCIOFILA G. TOSO****Giorno ora Settimanale - Giovedì - dalle 10:00 alle 11:30****Date****Ottobre 1 8 15 22 29****Novembre 5 12 19 26****Dicembre 3 10 17****Gennaio 7 14 21 28****Febbraio 4 11 18 25****Marzo 4 11 18****Aprile 1 8 15 22 29****Maggio 6 13**

Argomento **Le bocce: Un gioco e uno sport.**
Scopo del corso, analisi del movimento.
Il punto: elementare - strisciato - a mezzaalzata.
Il tiro: da fermo - a due - a quattro - a sei passi.
Le partite: individuali - coppie - terne - quadrette.
I regolamenti.

Giovedì**REF. CARISTIA GIOVANNI**

11

BURRACO AVANZATO

Titolare MORELLO MARIA

Assistente

Sede VILLA MADDALENA

Giorno ora Settimana A - Venerdì - dalle 16:00 alle 17:30

Date

Novembre 20

Dicembre 4 18

Gennaio 15 29

Febbraio 12 26

Marzo 12

Aprile 9 23

Maggio 7

Argomento Corso riservato a chi è già esperto.

Venerdì

REF. MONTOYA M. GRACIELA

12

BURRACO PRINCIPIANTI

Titolare PAOLUCCI ANGELINA

Assistente

Sede VILLA MADDALENA

Giorno ora Settimana A - Venerdì - dalle 15:00 alle 16:30

Date

Novembre 20

Dicembre 4 18

Gennaio 15 29

Febbraio 12 26

Marzo 12

Aprile 9 23

Maggio 7

Argomento Burraco per principianti.

Venerdì

REF. MONTOYA M. GRACIELA

13

CLUB DEI LETTORI

Titolare ERLI GIULIANA

Assistente

Sede BIBLIOTECA UNITRE

Giorno ora Settimana A - Giovedì - dalle 16:00 alle 17:30

Date

Ottobre 1 15 29

Novembre 12 26

Dicembre 10

Gennaio 7 21

Febbraio 4 18

Marzo 4 18

Aprile 1 15 29

Maggio 13

Argomento Volete chiacchierare un po' di libri? Parlare del più e del meno, del vostro autore preferito?

Giovedì

REF. GUIDA RAFFAELLA

14**COMPUTER BASE - PRINCIPIANTI****Titolare PAVANELLI LINO****Assistente GRIMAUDO MARIA ANTONIETTA****Sede VILLA MINA AULA ALTA****Giorno ora Settimanale - Martedì - dalle 15:00 alle 16:30****Date****Ottobre 6 13 20 27****Novembre 3 10 17 24****Dicembre 1 15 22****Gennaio 12 19 26****Febbraio 2 9 16 23****Marzo 2 9 16 23****Aprile 6 13 20 27**

Argomento Per chi vuole iniziare a muovere i primi passi con il mouse
 - stampante - chiavetta usb - hdd esterni- programma di
 libre office (free) - schermate di windows - hardware -
 software - come gestire file e creare cartelle.

Martedì**REF. PAVANELLI LINO**

15

CORSO BASE DI FOTOGRAFIA

Titolare PROGETTO FOTOGRAFICO CONTROLUCE

Assistente

Sede VILLA MINA AULA LUCE

Giorno ora Settimanale - Mercoledì - dalle 14:30 alle 16:00

Date

Gennaio 13 20 27

Febbraio 3 10 17 24

Marzo 3 10 17 24 31

Argomento Tecnica e principi per produrre immagini creative con la macchina fotografica.
Utilizzo degli automatismi delle funzioni di programmabilità disponibili.
Approfondimento di temi specifici, paesaggio, natura, ritratto e altro ancora.

Mercoledì

REF. ERLI GIULIANA

16

CORSO DI SOPRAVVIVENZA PER RISPARMIATORI INCONSAPEVOLI

Titolare VIGO CHIARA

Assistente

Sede VILLA MINA AULA A

Giorno ora Settimana A - Lunedì - dalle 10:00 alle 11:00

Date

Gennaio 18

Febbraio 1 15

Marzo 1 15

Argomento **Linee guida:**
- per meglio comprendere il mondo finanziario che ci circonda
- districarsi tra i vari tipi di investimento
- per capire come gestire i risparmi in funzione delle proprie esigenze e delle dinamiche dei mercati.

Lunedì

REF. ERLI GIULIANA

17

CURIOSITÀ SULLA LINGUA ITALIANA PARTE II

Titolare PELLEGRINO MICHELE

Assistente

Sede VILLA MINA AULA LUCE

Giorno ora Settimana A - Venerdì - dalle 16:00 alle 17:30

Date

Gennaio 15 29

Febbraio 12 26

Argomento Perché si dice così? Sovente usiamo parole, espressioni o modi di dire senza realmente sapere quale siano le loro origini e il loro significato primitivo. Vedremo di scoprirlo insieme cercando di collocare le loro origini nel contesto storico e culturale che le ha generate.

Venerdì

REF. ERLI GIULIANA

18

DAL LATINO ALL'ITALIANO, IL RUOLO DI FRANCESCO D'ASSISI

Titolare SCARRONE GIUSEPPE

Assistente CALCAGNO PAOLA

Sede CENTRO SBRAGI AULA ALDO

Giorno ora Settimanale - Giovedì - dalle 15:30 alle 16:30

Date

Ottobre 15 22 29

Novembre 5 12 19

Argomento Dalle origini della letteratura latina alle opere medievali e moderne in latino, passando per il Cantico delle Creature, esordio della letteratura italiana, con riferimento a persone, luoghi, opere d'arte.

Giovedì

REF. CHECCHETTO VANNA

DANCE & GYM**Titolare BIAGI SONIA****Assistente****Sede NEW CALIFORNIA CLUB ARENZANO****Giorno ora Settimanale - Martedì - dalle 10:15 alle 11:15****Date****Ottobre 6 13 20 27****Novembre 3 10 17 24****Dicembre 1 15 22****Gennaio 12 19 26****Febbraio 2 9 16 23****Marzo 2 9 16 23****Aprile 6 13 20 27****Maggio 4 11**

Argomento Si ricorda che l'iscrizione al corso deve essere effettuata presso la segreteria della New California Club entro il 30 settembre 2026, presentando sia la tessera Unire aggiornata all'anno accademico 2026-2027 che il certificato medico in originale di idoneità alla pratica sportiva non agonistica, con la menzione dell'ultimo tracciato ECG effettuato.

Martedì**REF. MONTOYA M. GRACIELA**

20

DISEGNO E PITTURA

Titolare FATTORI IDA

Assistente

Sede VILLA MADDALENA

Giorno ora Settimanale - Giovedì - dalle 10:00 alle 12:00

Date

Ottobre 8 15 22 29

Novembre 5 12 19 26

Dicembre 3 10 17

Gennaio 7 14 21 28

Febbraio 4 11 18 25

Marzo 4 11 18

Aprile 1 8 15 22 29

Maggio 6 13

Argomento Si ricorda che il corso è riservato a chi ha già frequentato lo scorso anno accademico 2025 - 2026.

Giovedì

REF. MONTOYA M. GRACIELA

21

ESPERIENZE DI PITTURA (CORSO CHIUSO)

Titolare GAMBERALE ROSANNA

Assistente

Sede CENTRO SBRAGI AULA MARE

Giorno ora Settimanale - Venerdì - dalle 14:30 alle 16:30

Date

Ottobre 2 9 16 23 30

Novembre 6 13 20 27

Dicembre 4 11 18

Gennaio 8 15 22 29

Febbraio 5 12 19 26

Marzo 5 12 19

Aprile 2 9 16 23

Argomento Il corso è indirizzato alla libertà di espressione con qualsiasi tecnica di pittura o disegno, naturalmente con i miei consigli e aiuto, nessun giudizio.
Siamo un gruppo di amiche.

Venerdì

REF. CHECCHETTO VANNA

22

FILOSOFIA... PER NON ADDETTI

Titolare RIVANERA GIANNA

Assistente

Sede ON LINE (PIATTAFORMA ZOOM)

Giorno ora DateFisse - Martedì - dalle 15:30 alle 17:00

Date

Ottobre 13 27

Novembre 10 24

Dicembre 15

Gennaio 12 26

Febbraio 9 23

Marzo 9 23

Aprile 13

Argomento L'avventura di leggere un libro.

Martedì

REF. ANTONIOTTI FRANCESCA

23

FLORITERAPIA ED EMOZIONI DA SCOPRIRE

AD OGNI INCONTRO NASCE UN FIORE

Titolare ROSOLA ANTONELLA

Assistente

Sede VILLA MINA AULA A

Giorno ora DateFisse - Giovedì - dalle 16:30 alle 18:00

Date

Gennaio 28

Febbraio 11 25

Marzo 11

Aprile 8

Argomento Sono 5 incontri monotematici di floriterapia australiana e di Bach, dedicati a temi principali quali la figura dei caregiver; il potere dei rimedi floreali della età della saggezza; il rapporto tra cibo ed emozioni; l'energia di primavera con focus su rabbia e fegato (visione psicoemotiva).

Giovedì

REF. ERLI GIULIANA

FRANCESE CONVERSAZIONE**Titolare ANTONIOTTI BEATRICE****Assistente SCAPPATICCI GIUSEPPINA RITA****Sede VILLA MINA AULA A****Giorno ora Settimanale - Mercoledì - dalle 10:45 alle 11:45****Date****Ottobre 14 21 28****Novembre 4 11 18 25****Dicembre 9 16****Gennaio 13 20 27****Febbraio 3 10 17 24****Marzo 3 10 17 24 31****Aprile 7 14 21****Argomento Gli iscritti devono avere una conoscenza della lingua di livello intermedio.****Il corso di conversazione è rivolto a chi vuole approfondire la conoscenza della lingua interagendo con la docente su argomenti di vario interesse con l'aiuto dei mass media.****Mercoledì****REF. ERLI GIULIANA**

25**FRANCESE CONVERSAZIONE ON LINE****Titolare MUSSO FLORIANA****Assistente BREZZI MASSIMILIANO****Sede ON LINE (PIATTAFORMA ZOOM)****Giorno ora Settimanale - Lunedì - dalle 18:00 alle 19:00****Date****Ottobre 12 19 26****Novembre 9 16 23 30****Dicembre 14 21****Gennaio 11 18 25****Febbraio 1 8 15 22****Marzo 1 8 15 22****Aprile 5 12 19 26****Maggio 3 10**

Argomento **Conversation en français sur divers thèmes variés choisis par les participants, dans le but de permettre à chacun non seulement de pratiquer la langue dans des contextes variés, mais aussi d'acquérir des nouvelles connaissances (mots, expressions, façon de dire, etc.).**
Conseillé à ceux qui possèdent déjà une certaine maîtrise de base de la langue.

Lunedì**REF. ERLI GIULIANA**

26

FRANCESE ELEMENTARE

Titolare ANTONIOTTI BEATRICE

Assistente

Sede VILLA MINA AULA A

Giorno ora Settimanale - Mercoledì - dalle 09:35 alle 10:35

Date

Ottobre 14 21 28

Novembre 4 11 18 25

Dicembre 9 16

Gennaio 13 20 27

Febbraio 3 10 17 24

Marzo 3 10 17 24 31

Aprile 7 14 21

Argomento Iniziando con le prime nozioni grammaticali, si svolgeranno inizialmente attività di comprensione orale e scritta e di produzione orale per arrivare a semplici conversazioni in lingua francese.

Mercoledì

REF. ERLI GIULIANA

27**GIAPPONESE ON LINE****Titolare WAKABAYASHI MIWA****Assistente DANTE TIZIANA****Sede ON LINE (PIATTAFORMA JITSI MEET)****Giorno ora Settimanale - Giovedì - dalle 19:00 alle 21:00****Date****Ottobre 8 15 22 29****Novembre 5 12 19 26****Dicembre 3 10 17****Gennaio 7 14 21 28****Febbraio 4 11 18 25****Marzo 4 11 18****Aprile 1 8 15 22 29****Maggio 6****Argomento Il corso si rivolge a coloro che sono interessati alla lingua e alla cultura giapponese.****Giovedì****REF. ERLI GIULIANA**

28**GINNASTICA DOLCE****Titolare BIAGI SONIA****Assistente****Sede NEW CALIFORNIA CLUB ARENZANO****Giorno ora Settimanale - Mercoledì - dalle 10:15 alle 11:15****Date****Ottobre 7 14 21 28****Novembre 4 11 18 25****Dicembre 2 9 16****Gennaio 13 20 27****Febbraio 3 10 17 24****Marzo 3 10 17 24 31****Aprile 7 14 21 28****Maggio 5 12**

Argomento **Respiro e movimento. Fusion Fitness.**
Si ricorda che l'iscrizione al corso deve essere effettuata presso la segreteria della palestra New California Club entro il 30 settembre, presentando sia la tessera Unire aggiornata all'anno accademico 2026-2027, che il certificato medico in originale di idoneità alla pratica sportiva non agonistica, con la menzione dell'ultimo tracciato ECG effettuato.

Mercoledì**REF. MONTOYA M. GRACIELA**

29**GINNASTICA DOLCE GE- VOLTRI****Titolare ROSSI BARBARA****Assistente****Sede OPEN LAB LA CASA DEGLI ARTISTI****Giorno ora Settimanale - Mercoledì - dalle 10:15 alle 11:15****Date****Ottobre 7 14 21 28****Novembre 4 11 18 25****Dicembre 2 9 16****Gennaio 13 20 27****Febbraio 3 10 17 24****Marzo 3 10 17 24 31****Aprile 7 14 21 28****Maggio 5 12****Argomento****Mercoledì****REF. ROBALDO BARBARA**

30**GINNASTICA POSTURALE****Titolare CARISTIA GIOVANNI****Assistente VITALI ANNA MARIA****Sede VILLA FIGOLI****Giorno ora Settimanale - Giovedì - dalle 08:30 alle 09:30****Date****Ottobre 1 8 15 22 29****Novembre 5 12 19 26****Dicembre 3 10 17****Gennaio 7 14 21 28****Febbraio 4 11 18 25****Marzo 4 11 18****Aprile 1 8 15 22 29****Maggio 6 13**

Argomento **Divulgazione della cultura del movimento umano attivo in relazione della postura ottimale alla ricerca del migliore equilibrio psico-fisico.**
(Il giorno 1 ottobre 2026 la prima lezione teorica si svolgerà a Villa Mina in aula A dalle 8:30 alle 9:30).

Giovedì**REF. VITALI ANNA MARIA**

31

GIOCHIAMO CON PERLE E PERLINE (CORSO CHIUSO)

Titolare ROSSI ANGELA

Assistente

Sede CENTRO SBRAGI AULA MARE

Giorno ora Settimanale - Martedì - dalle 09:30 alle 11:30

Date

Ottobre 6 13 20 27

Novembre 10 17

Argomento Insieme realizzeremo collane, braccialetti e orecchini usando tecniche diverse di lavorazione. Saranno pezzi unici che rispecchieranno la nostra creatività e gusto.

Martedì

REF. CHECCHETTO VANNA

32

HATHA YOGA GE- VOLTRI

Titolare MIRENDA PATRIZIA

Assistente

Sede OPEN LAB LA CASA DEGLI ARTISTI GE- VOLTRI

Giorno ora Settimanale - Martedì - dalle 09:00 alle 10:00

Date

Ottobre 6 13 20 27

Novembre 3 10 17 24

Dicembre 1 15 22

Gennaio 12 19 26

Febbraio 2 9 16 23

Marzo 2 9 16 23

Aprile 6 13 20 27

Maggio 4 11

Argomento

Martedì

REF. ROBALDO BARBARA

33

I GRANDI DEL JAZZ

Titolare LONGONI ENRICO

Assistente

Sede VILLA MINA AULA A

Giorno ora Settimana A - Venerdì - dalle 15:30 alle 17:00

Date

Ottobre 2 16 30

Novembre 13 27

Dicembre 11

Gennaio 8 22

Febbraio 5 19

Marzo 5 19

Aprile 2 16 30

Maggio 14

Argomento La vita, il profilo artistico, le più importanti incisioni dei principali musicisti che hanno fatto diventare la musica jazz un'arte a livello mondiale.

Venerdì

REF. ERLI GIULIANA

34

IL CIRCOLO DEI VIAGGIATORI, IL PIACERE DI VEDERE, IL PIACERE DI RACCONTARE

Titolare VALLE ANNUNZIATA

Assistente GAROFALO CARLA

Sede VILLA MINA AULA A

Giorno ora Settimana A - Martedì - dalle 15:30 alle 17:00

Date

Novembre 3 17

Dicembre 1 15

Gennaio 12 26

Febbraio 9 23

Marzo 9 23

Aprile 6 20

Maggio 4

Argomento Ospiti, immagini, avventure, esperienze, curiosità da mondi vicini e lontani da condividere.

Martedì

REF. ERLI GIULIANA

35

IL NOSTRO CELLULARE (CORSO CHIUSO)

Titolare MARCO DE ALESSANDRI ARENZANO

Assistente

Sede CENTRO SBRAGI AULA ALDO

Giorno ora Settimanale - Lunedì - dalle 16:45 alle 17:45

Date

Febbraio 1 8 15 22

Marzo 1 8 15 22

Argomento Corso pratico dedicato all'uso consapevole dello smartphone.

Verranno affrontati gli argomenti principali: funzioni di base, connessioni, applicazioni, memoria, sicurezza, privacy, riconoscimento delle truffe digitali e primi utilizzi dell'Intelligenza Artificiale.

Lunedì

REF. CHECCHETTO VANNA

36**INGLESE CONVERSAZIONE ELEMENTARE****Titolare FAGGIO LUCIA****Assistente GAROFALO CARLA****Sede VILLA MINA AULA LUCE****Giorno ora Settimanale - Giovedì - dalle 09:30 alle 11:00****Date****Ottobre 15 22 29****Novembre 5 12 19 26****Dicembre 3 10 17****Gennaio 7 14 21 28****Febbraio 4 11 18 25****Marzo 4 11 18****Aprile 1 8 15 22 29****Maggio 6 13**

Argomento Il corso è indirizzato a coloro che conoscono l'inglese elementare scolastico e intendono utilizzarlo verbalmente in dialoghi e risposte utilizzando fotocopie varie sugli argomenti da trattare come tracce.

Giovedì**REF. ERLI GIULIANA**

37

INGLESE CONVERSAZIONE ON LINE

Titolare BREZZI MASSIMILIANO

Assistente

Sede ON LINE (PIATTAFORMA ZOOM)

Giorno ora Settimanale - Mercoledì - dalle 18:00 alle 19:00

Date

Ottobre 14 21 28

Novembre 4 11 18 25

Dicembre 2 9 16

Gennaio 13 20 27

Febbraio 3 10 17 24

Marzo 3 10 17 24 31

Aprile 7 14 21 28

Maggio 5

Argomento **An opportunity to practice your English by talking about different topics.
A good knowledge of the language is highly desirable.
The maximum number of participants is 12, to give a chance to everyone to talk.**

Mercoledì

REF. ERLI GIULIANA

38**INGLESE ELEMENTARE****Titolare FAGGIO LUCIA****Assistente****Sede CENTRO SBRAGI AULA MARE****Giorno ora Settimanale - Martedì - dalle 15:30 alle 17:00****Date****Ottobre 13 20 27****Novembre 3 10 17 24****Dicembre 1 15 22****Gennaio 12 19 26****Febbraio 2 9 16 23****Marzo 2 9 16 23****Aprile 6 13 20 27****Maggio 4 11****Argomento Il corso si rivolge agli iscritti che hanno già una conoscenza di base della lingua e che intendono riprendere o approfondire le loro conoscenze.****Martedì****REF. CHECCHETTO VANNA**

39

INGLESE- LIVELLO INTERMEDIO

Titolare BALBI MARIA GRAZIA

Assistente

Sede VILLA MINA AULA LUCE

Giorno ora Settimanale - Giovedì - dalle 14:30 alle 16:00

Date

Ottobre 8 15 22 29

Novembre 5 12 19 26

Dicembre 3 10 17

Argomento Some conversation, some funny jokes and "may be" some grammar.

Giovedì

REF. ERLI GIULIANA

40

INGLESE: LINGUA, CULTURA, CONVERSAZIONE LIVELLO UPPER INTERMEDIATE (B1+)

Titolare FIRPO TEA

Assistente

Sede CENTRO SBRAGI AULA ALDO

Giorno ora Settimanale - Mercoledì - dalle 10:00 alle 11:30

Date

Ottobre 14 21 28

Novembre 4 11 18 25

Dicembre 2 9 16

Gennaio 13 20 27

Febbraio 3 10 17 24

Marzo 3 10 17 24 31

Argomento Il corso si rivolge a chi ha già una buona conoscenza di base della lingua inglese ed intende approfondirla per arricchire il lessico e affinare la grammatica, usufruendo del materiale fornito dall'insegnante.
Ai fini dello sviluppo dello speaking si utilizzeranno video che presentano situazioni reali in contesti pratici e quotidiani.
Per potenziare le conoscenze linguistiche si proporranno curiosità ed articoli di attualità, di storia, di geografia e cultura anglo-americana e l'ascolto di canzoni con traduzione e analisi del testo.

Mercoledì

REF. CHECCHETTO VANNA

41

INSIEME CON I LIBRI

Titolare DELFINO CARMEN

Assistente

Sede CENTRO SBRAGI AULA ALDO

Giorno ora DateFisse - Martedì - dalle 15:30 alle 17:00

Date

Ottobre 6 27

Novembre 17

Dicembre 15

Gennaio 12

Febbraio 2 23

Marzo 16

Aprile 6 27

Argomento Lettura e analisi di libri di scrittori sia classici che del '900 e contemporanei.

Martedì

REF. CHECCHETTO VANNA

42

IO SCRIVO, IO ASCOLTO

Titolare REVELLI CINZIA

Assistente SACCO ALBERTO

Sede VILLA MINA AULA A

Giorno ora DateFisse - Mercoledì - dalle 17:00 alle 19:00

Date

Ottobre 14 28

Novembre 11 25

Dicembre 16

Gennaio 13 27

Febbraio 10 24

Marzo 10 24

Aprile 7 21

Argomento Uno spazio per scrivere in libertà senza giudizi, giocando con stili e parole per arrivare al dono della lettura e alla magia dell'ascolto.

Mercoledì

REF. ERLI GIULIANA

43

ITALIANO PER STRANIERI LIVELLO ELEMENTARE DEL MARTEDÌ

Titolare GUARAGLIA P. PAOLUCCI A. TOSO I.

Assistente

Sede VILLA MINA AULA LUCE

Giorno ora Settimanale - Martedì - dalle 09:00 alle 10:00

Date

Novembre 17 24

Dicembre 1 15 22

Gennaio 12 19 26

Febbraio 2 9 16 23

Marzo 2 9 16 23

Aprile 6 13 20 27

Maggio 4 11

Argomento Elementi grammaticali di base.
Esercizi per arricchire il lessico, conversazione su
argomenti della vita quotidiana.

Martedì

REF. ERLI GIULIANA

44

ITALIANO PER STRANIERI LIVELLO ELEMENTARE DEL VENERDÌ

Titolare GUARAGLIA P. PAOLUCCI A. TOSO I.

Assistente

Sede VILLA MINA AULA LUCE

Giorno ora Settimanale - Venerdì - dalle 09:00 alle 10:00

Date

Novembre 20 27

Dicembre 4 11 18

Gennaio 8 15 22 29

Febbraio 5 12 19 26

Marzo 5 12 19

Aprile 2 9 16 23 30

Maggio 7

Argomento Elementi grammaticali di base.
Esercizi per arricchire il lessico, conversazione su
argomenti della vita quotidiana.

Venerdì

REF. ERLI GIULIANA

45

LA LEGGE È UGUALE PER TUTTI?

Titolare LAZZARI BARBARA

Assistente

Sede VILLA MINA AULA A

Giorno ora Settimanale - Martedì - dalle 10:00 alle 11:30

Date

Ottobre 20 27

Novembre 3 10 17 24

Dicembre 1 15 22

Gennaio 12 19 26

Febbraio 2 9 16 23

Marzo 2 9 16 23

Argomento Il corso si propone di spiegare in chiave giuridica la realtà quotidiana, anche quella appresa dalle notizie dei telegiornali e di illustrare i diritti e doveri delle persone in quanto cittadini dello stato italiano.
La lezione si svolge con un confronto tra docente e alunni con scambio di vedute e risposte alle domande dei presenti.

Martedì

REF. ERLI GIULIANA

46

LA MEDITAZIONE ATTIVA DI OSHO

Titolare DAMONTE ROSARIA

Assistente

Sede VILLA MINA AULA LUCE

Giorno ora DateFisse - Mercoledì - dalle 17:30 alle 19:00

Date

Ottobre 28

Novembre 25

Dicembre 16

Gennaio 27

Febbraio 24

Marzo 31

Aprile 28

Maggio 12

**Argomento Metodo di meditazione pensato e creato da "Osho" per il benessere dell'individuo.
Si inizia con una breve introduzione per poi procedere con la meditazione di un'ora circa.**

Mercoledì

REF. ERLI GIULIANA

47

LABORATORIO DI SCRITTURA AUTOBIOGRAFICA COGOLETO

"LE PAROLE DELLA GOIA E DELLA FELICITÀ"

Titolare GUIDA RAFFAELLA

Assistente

Sede CENTRO SBIRAGI AULA MARE

Giorno ora Settimanale - Mercoledì - dalle 16:00 alle 17:00

Date

Ottobre 14 21 28

Novembre 4 11

Argomento **Descrizione laboratorio: Attività in cui i partecipanti saranno invitati e guidati a sperimentare varie forme di scrittura delle proprie esperienze, attraverso il linguaggio narrativo, creativo e, talvolta, poetico. I testi saranno liberamente condivisi, in un clima di accettazione, senza giudizi, né valutazioni.**

Mercoledì

REF. CHECCHETTO VANNA

48

LABORATORIO DI SCRITTURA AUTOBIOGRAFICA I° GRUPPO

"LE PAROLE DELLA GIOIA E DELLA FELICITÀ"

Titolare GUIDA RAFFAELLA

Assistente

Sede VILLA MINA AULA BIBLIOTECA

Giorno ora Settimanale - Lunedì - dalle 09:30 alle 10:30

Date

Ottobre 19 26

Novembre 9 16 23

Argomento **Attenzione agli orari: Primo gruppo: dalle 9:30 alle 10:30, secondo gruppo dalle 10:30 alle 11:30. Laboratorio: attività in cui i partecipanti saranno invitati e guidati a sperimentare varie forme di scrittura delle proprie esperienze, attraverso il linguaggio narrativo, creativo, poetico. I testi saranno liberamente condivisi, in un clima di accettazione, senza giudizi, né valutazioni.**

Lunedì

REF. ERLI GIULIANA

49

LABORATORIO DI SCRITTURA AUTOBIOGRAFICA II°GRUPPO

"LE PAROLE DELLA GIOIA E DELLA FELICITÀ"

Titolare GUIDA RAFFAELLA

Assistente

Sede VILLA MINA AULA BIBLIOTECA

Giorno ora Settimanale - Lunedì - dalle 10:30 alle 11:30

Date

Ottobre 19 26

Novembre 9 16 23

Argomento **Attenzione: orario primo gruppo dalle 9:30 alle 10:30, secondo gruppo dalle 10:30 alle 11:30.**
Laboratorio: Attività in cui i partecipanti saranno invitati e guidati a sperimentare varie forme di scrittura delle proprie esperienze, attraverso il linguaggio narrativo, creativo, poetico.
I testi saranno liberamente condivisi, in un clima di accettazione, senza giudizi, né valutazioni.

Lunedì

REF. ERLI GIULIANA

50**LAVORI A MAGLIA****Titolare BOF ALBA****Assistente BEFANI ROSANNA****Sede CENTRO SBRAGI AULA MARE****Giorno ora Settimanale - Giovedì - dalle 15:00 alle 17:00****Date****Ottobre 1 8 15 22 29****Novembre 5 12 19 26****Dicembre 3 10 17****Gennaio 7 14 21 28****Febbraio 4 11 18 25****Marzo 4 11 18****Aprile 1 8 15 22 29****Maggio 6 13****Argomento Impariamo a lavorare a maglia.****Giovedì****REF. CHECCHETTO VANNA**

51

LE 5 REPUBBLICHE GENOVESI E UNA MONARCHIA (CORSO CHIUSO)

Titolare MACRI' FRANCESCO

Assistente CHECCHETTO VANNA

Sede CENTRO SBIRAGI AULA ALDO

Giorno ora Settimanale - Mercoledì - dalle 15:30 alle 16:30

Date

Gennaio 13 20 27

Febbraio 3 10 17 24

Marzo 3 10 17

Argomento L'ordinamento politico e giuridico che si è evoluto nei secoli dalla Compagna Communis a Napoleone.

Mercoledì

REF. CHECCHETTO VANNA

52

LINGUA ITALIANA

Titolare ANTONIOTTI FRANCESCA

Assistente

Sede ON LINE (PIATTAFORMA ZOOM)

Giorno ora Settimanale - Giovedì - dalle 09:30 alle 11:00

Date

Ottobre 1 8 15 22 29

Novembre 5 12 19 26

Dicembre 3 10 17

Gennaio 7 14 21 28

Febbraio 4 11 18 25

Marzo 4 11 18

Aprile 1 8 15 22 29

Maggio 6 13

Argomento Parlare e scrivere oggi.

Giovedì

REF. ERLI GIULIANA

53

L'IRRIPETIBILE VITA DI ALESSANDRO IL MACEDONE (CORSO CHIUSO)

Titolare PITTALUGA SANDRO

Assistente FIRPO TEA

Sede CENTRO SBRAGI AULA ALDO

Giorno ora Settimanale - Mercoledì - dalle 15:00 alle 16:00

Date

Ottobre 7 14 21 28

Novembre 4 11

Argomento Ripercorriamo insieme i momenti più significativi dell'esistenza di un giovane generale lanciato alla conquista del mondo per coronare il sogno di una monarchia universale, al cui sviluppo avrebbero contribuito, secondo il suo programma, vincitori e vinti, quasi anticipando così il fenomeno dell'odierna globalizzazione.

Mercoledì

REF. CHECCHETTO VANNA

54

MANUALE DI AUTODIFESA DIGITALE

INFORMAZIONE CONSAPEVOLE, FAKE NEWS E IA

Titolare BOCCHINO VALENTINA

Assistente

Sede VILLA MINA AULA A

Giorno ora DateFisse - Giovedì - dalle 15:30 alle 17:00

Date

Marzo 4 18

Aprile 22

Maggio 6

Argomento In un mondo inondato di contenuti, distinguere il vero dal falso è diventata una sfida quotidiana. Il corso nasce come una vera e propria cassetta degli attrezzi: come nasce una notizia, il lavoro dei giornalisti, la rivoluzione dei social, l'impatto dell'intelligenza artificiale e delle fake news sempre più verosimili. Tra teoria ed esercitazioni pratiche e divertenti, impareremo a difenderci dalle trappole della disinformazione.

Giovedì

REF. ERLI GIULIANA

55

MEDICINA E RIMEDI NATURALI: CAPIRE LE MALATTIE, SCOPRIRE LE PIANTE

Titolare CROTTI C. E SOLIMANO F.

Assistente SOLIMANO FRANCESCO

Sede CENTRO SBRAGI AULA ALDO

Giorno ora Settimanale - Lunedì - dalle 15:30 alle 16:30

Date

Gennaio 18 25

Febbraio 1 8 15

Argomento Cenni di medicina e biologia umana, fitoterapia, patologie comuni, omeopatia, salute in generale.

Lunedì

REF. CHECCHETTO VANNA

MUSICA E CANTO CORALE**Titolare VALLARINO CATERINA****Assistente PUCCI ANGELA****Sede CHIESA SAN SEBASTIANO****Giorno ora Settimanale - Lunedì - dalle 15:00 alle 16:00****Date****Ottobre 5 19 26****Novembre 9 16 23 30****Dicembre 14 21****Gennaio 11 18 25****Febbraio 1 8 15 22****Marzo 1 8 15 22****Aprile 5 12 19 26****Maggio 3 10****Argomento Il corso è indirizzato a chi vuole acquisire le fondamentali tecniche della vocalità e a chi possiede capacità di intonazione.****Lunedì****REF. ERLI GIULIANA**

57

NUTRIZIONE NON È UN'OPINIONE (REPETITA JUVANT)

Titolare DAMONTE F. RAVERA E.

Assistente METASTASIO IOLANDA ROSA

Sede CENTRO SBRAGI AULA ALDO

Giorno ora Settimanale - Venerdì - dalle 15:30 alle 16:30

Date

Gennaio 15 22 29

Febbraio 5

**Argomento Tanti sono i falsi miti in tema di nutrizione.
Scopriamo insieme come migliorare il nostro stato di salute.**

Venerdì

REF. CHECCHETTO VANNA

58 ORIGINE, STORIA ED EVOLUZIONI DEL LIBRO

DALLE ORIGINI AI PRIMI LIBRI A STAMPA

Titolare PELLEGRINO MICHELE

Assistente

Sede VILLA MINA AULA LUCE

Giorno ora DateFisse - Venerdì - dalle 16:00 alle 17:30

Date

Ottobre 16

Novembre 13 27

Dicembre 11

Argomento Su cosa si scriveva nell'antichità? Come si confezionava un libro e chi erano i librai-editori romani? Scriptoria monastici e libri universitari: tecnica della "pecia" e molte altre notizie e curiosità su un oggetto che accompagna la vita di tutti noi.

Venerdì

REF. ERLI GIULIANA

59**PC AVANZATO****Titolare PAVANELLI LINO****Assistente****Sede VILLA MINA AULA ALTA****Giorno ora Settimanale - Mercoledì - dalle 15:00 alle 16:30****Date****Gennaio 13 20 27****Febbraio 3 10 17 24****Marzo 3 10 17 24 31****Aprile 7 14 21 28****Argomento****Il corso è rivolto ad allievi che abbiano dimestichezza con il computer.****Saranno trattati i seguenti argomenti:**

- * Le novità di windows 11.**
- * L'uso dei programmi di testo di Libre Office.**
- * Gestire gli aggiornamenti di Windows...**
- * Formattare chiavette e hli hard disk.**
- * Velocizzare il computer dopo anni.**
- * Usare per informazioni You Tube.**
- * WhatsApp.**

Mercoledì**REF. PAVANELLI LINO**

60**PORTOGHESE****Titolare ALONGI MATTEO****Assistente****Sede VILLA MINA AULA A****Giorno ora Settimanale - Giovedì - dalle 11:00 alle 12:30****Date****Ottobre 1 8 15 22 29****Novembre 5 12 19 26****Dicembre 3 10 17****Gennaio 7 14 21 28****Febbraio 4 11 18 25****Marzo 4 11 18****Aprile 1 8 15 22 29****Maggio 6 13**

Argomento Nel corso verrà insegnato il Portoghese del Brasile e oltre alla grammatica basica, si baserà soprattutto su ciò che serve nella vita di tutti i giorni, quindi un corso molto pratico.

Giovedì**REF. ERLI GIULIANA**

61

RELATIVITÀ: ISTRUZIONI PER L'USO DELLO SPAZIO-TEMPO

Titolare ZERBINI FILIPPO

Assistente VALLE ANNUNZIATA

Sede VILLA MINA AULA A

Giorno ora DateFisse - Giovedì - dalle 15:30 alle 17:00

Date

Aprile 1 15 29

Argomento Incontro 1 del 01/04 - Relatività ristretta: lo spazio e il tempo non sono ciò che sembrano.
Incontro 2 del 15/04 - Conseguenze profonde della relatività ristretta e ponte verso la generale.
Incontro 3 del 29/04 - Relatività generale: la gravità come geometria e le sue meraviglie cosmiche.

Giovedì

REF. ERLI GIULIANA

62**RICAMO****Titolare PICCARDO CECILIA****Assistente BEFANI ROSANNA****Sede CAI PARCO DI VILLA MINA****Giorno ora Settimanale - Venerdì - dalle 15:30 alle 17:00****Date****Ottobre 2 9 16 23 30****Novembre 6 13 20 27****Dicembre 4 11 18****Gennaio 8 15 22 29****Febbraio 5 12 19 26****Marzo 5 12 19****Aprile 2 9 16 23 30****Maggio 7 14****Argomento Ricamo in tutte le sue forme.****Venerdì****REF. MONTOYA M. GRACIELA**

63**RUSSO ON LINE****Titolare LIUBIMOVA MARIIA****Assistente****Sede ON LINE (PIATTAFORMA ZOOM)****Giorno ora Settimanale - Mercoledì - dalle 09:00 alle 10:00****Date****Ottobre 7 14 21 28****Novembre 4 11 18 25****Dicembre 2 9 16****Gennaio 13 20 27****Febbraio 3 10 17 24****Marzo 3 10 17 24 31****Aprile 7 14 21 28****Maggio 5 12****Argomento Il corso è rivolto a coloro che possiedono una conoscenza elementare dell'alfabeto russo e una minima capacità di lettura.****Mercoledì****REF. ERLI GIULIANA**

64**SCACCHI****Titolare LO NIGRO FILIPPO****Assistente****Sede VILLA MADDALENA****Giorno ora Settimana B - Lunedì - dalle 16:00 alle 17:30****Date****Ottobre 5 19****Novembre 16 30****Dicembre 14****Gennaio 11 25****Febbraio 8 22****Marzo 8 22**

Argomento Le lezioni di ottobre - novembre 2026 saranno dedicate agli esordienti, le successive aperte a tutti.
 Le regole del gioco.
 Imparare a vincere e imparare a perdere.
 L'arte di attaccare e di difendersi.
 La strategia e la tattica.
 Le aperture e i finali.
 Giochiamo tra di noi.

Lunedì**REF. ERLI GIULIANA**

65

SCRIVERE LA PROPRIA STORIA

Titolare MASCOLO MARIA ROSARIA

Assistente

Sede VILLA MINA AULA A

Giorno ora Settimana B - Martedì - dalle 15:30 alle 17:00

Date

Gennaio 19

Febbraio 2 16

Marzo 2 16

Aprile 13 27

Maggio 11

Argomento Ogni vita è una storia che merita di essere raccontata.
Il corso accompagna i partecipanti alla scoperta della propria voce narrativa.
Offre strumenti per trasformare ricordi, esperienze ed emozioni in racconti capaci di lasciare una traccia di sé negli altri.

Martedì

REF. ERLI GIULIANA

66

SCULTURA SU LEGNO

Titolare CACCIAGUERRA CORRADO

Assistente

Sede VILLA MADDALENA

Giorno ora Settimana B - Mercoledì - dalle 10:00 alle 12:00

Date

Dicembre 2 16

Gennaio 13 27

Febbraio 10 24

Marzo 10 24

Aprile 7 21

Maggio 5

Argomento **Tecnica della scultura su legno.
Scelta del legno.
Scelta degli attrezzi da usare.
Prime semplici sculture.
Uso di altri materiali.**

Mercoledì

REF. MONTOYA M. GRACIELA

67

SPAGNOLO I° LIVELLO

Titolare MONTTOYA M. GRACIELA

Assistente

Sede VILLA MINA AULA LUCE

Giorno ora Settimanale - Lunedì - dalle 15:15 alle 16:15

Date

Ottobre 5 12 19 26

Novembre 9 16 23 30

Dicembre 14 21

Gennaio 11 18 25

Febbraio 1 8 15 22

Marzo 1 8 15 22

Argomento Il corso si rivolge a chi ha già una conoscenza di base della lingua.

Lunedì

REF. ERLI GIULIANA

68

SPAGNOLO II° LIVELLO

Titolare MONTROYA M. GRACIELA

Assistente

Sede VILLA MINA AULA LUCE

Giorno ora Settimanale - Lunedì - dalle 16:30 alle 17:30

Date

Ottobre 5 12 19 26

Novembre 9 16 23 30

Dicembre 14 21

Gennaio 11 18 25

Febbraio 1 8 15 22

Marzo 1 8 15 22

Argomento Secondo livello: il corso si rivolge a chi ha frequentato il corso elementare.

Lunedì

REF. ERLI GIULIANA

69

STORIA DELLA LETTERATURA "GIALLA"

Titolare FARELLO SIMONE

Assistente

Sede VILLA MINA AULA A

Giorno ora Settimana B - Venerdì - dalle 15:30 alle 16:30

Date

Ottobre 23

Novembre 6 20

Dicembre 4 18

Gennaio 15 29

Febbraio 12 26

Marzo 12

Aprile 9 23

Argomento Il corso si pone l'obiettivo di percorrere la storia della letteratura "gialla", dalla sua nascita ai giorni nostri. Verranno approfonditi gli autori e le autrici più importanti, i diversi "sotto generi", gli aspetti sociali e letterari che hanno determinato la fortuna del genere e il suo impatto su altre forme d'arte a partire dal cinema.

Venerdì

REF. ERLI GIULIANA

70

STORIA DELLA MUSICA CLASSICA

Titolare COSTO CARLA

Assistente

Sede VILLA MINA AULA A

Giorno ora Settimana A - Mercoledì - dalle 15:15 alle 16:45

Date

Novembre 4 18

Dicembre 2 16

Gennaio 13 27

Febbraio 10 24

Marzo 10 24

Aprile 7 21

Maggio 5

Argomento Ascolteremo, grazie a You Tube, le più belle sinfonie dei grandi compositori.

Mercoledì

REF. ERLI GIULIANA

71

STORIA DELL'ARTE (CORSO CHIUSO)

Titolare CARBONI FRANCA

Assistente RAGNI ROSA

Sede CENTRO SBRAGI AULA ALDO

Giorno ora Settimana B - Giovedì - dalle 15:30 alle 16:30

Date

Gennaio 21

Febbraio 4 18

Marzo 4 18

Argomento Le grandi scuole di pittura: Scuola Veneta, Scuola Lombarda.

Giovedì

REF. CHECCHETTO VANNA

72

TECNICHE PITTORICHE

Titolare LOI GIANFRANCO

Assistente

Sede VILLA MADDALENA

Giorno ora Settimanale - Martedì - dalle 10:00 alle 12:00

Date

Ottobre 6 13 20 27

Novembre 3 10 17 24

Dicembre 1 15 22

Gennaio 12 19 26

Febbraio 2 9 16 23

Marzo 2 9 16 23

Aprile 6 13 20 27

Maggio 4 11

Argomento Pittura ad olio per chi è già pratico della tecnica.

Martedì

REF. MONTOYA M. GRACIELA

73

TEDESCO CONVERSAZIONE

Titolare

Assistente

Sede VILLA MINA AULA A

Giorno ora Settimanale - Lunedì - dalle 15:30 alle 16:30

Date

Ottobre 5 12 19 26

Novembre 9 16 23 30

Dicembre 14 21

Gennaio 11 18 25

Febbraio 1 8 15 22

Marzo 1 8 15 22

Argomento **Gli iscritti devono avere una conoscenza della lingua tedesca.
Il corso è rivolto a chi vuole approfondire la conoscenza della lingua interagendo con la docente e con gli iscritti.**

Lunedì

REF. ERLI GIULIANA

74

TEMPLARI: L'ORDINE, I SEGRETI E L'OMBRA LUNGA DELL'ITALIA MEDIEVALE

Titolare ZERBINI FILIPPO

Assistente VALLE ANNUNZIATA

Sede VILLA MINA AULA A

Giorno ora DateFisse - Giovedì - dalle 15:30 alle 17:00

Date

Gennaio 7 21

Febbraio 4 18

Argomento Incontro 1 del 07/01 - Le origini: crociate, Ugo di Pagano, Matilde di Canossa.
Incontro 2 del 21/01 - L'ordine templare: struttura, regola, economia, vita quotidiana.
Incontro 3 del 04/02 - Il tramonto: Filippo il Bello, il processo, la dissoluzione.
Incontro 4 del 18/02 - I misteri templari: simboli, reliquie, leggende, italianità e mito moderno.

Giovedì

REF. ERLI GIULIANA

75

UNCINETTO

Titolare BAGLIETTO DINA

Assistente

Sede VILLA MADDALENA

Giorno ora Settimana B - Martedì - dalle 15:30 alle 17:30

Date

Ottobre 6 20

Novembre 3 17

Dicembre 1 15

Gennaio 12 26

Febbraio 9 23

Marzo 9 23

Aprile 6 20

Maggio 4

Argomento Tecniche di base e punti più elaborati per confezionare capi alla moda.

Martedì

REF. MONTOYA M. GRACIELA

76

VIAGGIO TRA I LATINISMI CHE USIAMO OGNI GIORNO (CORSO CHIUSO)

Titolare PITTALUGA SANDRO

Assistente FIRPO TEA

Sede CENTRO SBRAGI AULA ALDO

Giorno ora Settimanale - Mercoledì - dalle 15:00 alle 16:00

Date

Novembre 25

Dicembre 2 9 16

Argomento **Locuzioni e modi di dire della lingua latina che compaiono ancora nel nostro uso quotidiano.
Analisi del significato letterale della frase, della sua origine e delle varie occasioni in cui viene adoperata.**

Mercoledì

REF. CHECCHETTO VANNA

YOGA**Titolare RIBOLZI GIULIANA****Assistente****Sede NEW CALIFORNIA CLUB ARENZANO****Giorno ora Settimanale - Giovedì - dalle 10:15 alle 11:30****Date****Ottobre 8 15 22 29****Novembre 5 12 19 26****Dicembre 3 10 17****Gennaio 7 14 21 28****Febbraio 4 11 18 25****Marzo 4 11 18****Aprile 1 8 15 22 29****Maggio 6 13**

Argomento Lo yoga è consigliato a coloro che desiderano migliorare la propria forma, la propria salute, a chi vuole capire meglio i meccanismi dell'emotività per una più appropriata gestione di sé, senza limiti di età, poiché la pratica dello yoga, correttamente applicata, è adattabile a fisici diversi e consente a ciascuno di stabilire il proprio personale obiettivo.

Si ricorda che l'iscrizione al corso deve essere effettuata presso la segreteria della palestra entro il 30 settembre 2026 con la presentazione sia della tessera Unire aggiornata che il certificato medico in originale con la menzione dell'ultimo tracciato ECG effettuato.

Giovedì**REF. MONTOYA M. GRACIELA**

Anno Accademico 2026/2027

Lunedì

		dalle	alle	n.
CENTRO SBRAGI AULA ALDO	MEDICINA E RIMEDI NATURALI: CAPIRE LE MALATTIE, SCOPRIRE LE PIANTE	15:30	16:30	50
CENTRO SBRAGI AULA ALDO	IL NOSTRO CELLULARE (CORSO CHIUSO)	16:45	17:45	30
CENTRO SBRAGI AULA MARE	BIGIOTTERIA ALL'UNCINETTO CORSO CHIUSO)	09:30	11:30	6
CHIESA SAN SEBASTIANO	MUSICA E CANTO CORALE	15:00	16:00	51
ON LINE (PIATTAFORMA ZOOM)	FRANCESE CONVERSAZIONE ON LINE	18:00	19:00	22
OPEN LAB LA CASA DEGLI ARTISTI	ARMONIA VERTEBRALE	09:00	09:45	72
OPEN LAB LA CASA DEGLI ARTISTI - GE - VOLTRI	ARMONIA VERTEBRALE DEL LUNEDÌ GE - VOLTRI	09:00	09:45	73
VILLA MADDALENA	SCACCHI	16:00	17:30	58
VILLA MINA AULA A	CORSO DI SOPRAVVIVENZA PER RISPARMIATORI INCONSAPEVOLI	10:00	11:00	13
VILLA MINA AULA A	TEDESCO CONVERSAZIONE	15:30	16:30	67
VILLA MINA AULA A	ALIMENTAZIONE CONSAPEVOLE PER UNA NUTRIZIONE INTELLIGENTE	17:30	18:30	1
VILLA MINA AULA BIBLIOTECA	LABORATORIO DI SCRITTURA AUTOBIOGRAFICA I° GRUPPO	09:30	10:30	43
VILLA MINA AULA BIBLIOTECA	LABORATORIO DI SCRITTURA AUTOBIOGRAFICA II°GRUPPO	10:30	11:30	44
VILLA MINA AULA LUCE	SPAGNOLO I° LIVELLO	15:15	16:15	61
VILLA MINA AULA LUCE	SPAGNOLO II° LIVELLO	16:30	17:30	62

Anno Accademico 2026/2027

Martedì

		dalle	alle	n.
CENTRO SBRAGI AULA ALDO	INSIEME CON I LIBRI	15:30	17:00	36
CENTRO SBRAGI AULA MARE	GIOCHIAMO CON PERLE E PERLINE (CORSO CHIUSO)	09:30	11:30	27
CENTRO SBRAGI AULA MARE	INGLESE ELEMENTARE	15:30	17:00	33
NEW CALIFORNIA CLUB ARENZANO	DANCE & GYM	10:15	11:15	16
NEW CALIFORNIA CLUB ARENZANO	BALLI DI GRUPPO	14:30	15:45	3
ON LINE (PIATTAFORMA ZOOM)	FILOSOFIA... PER NON ADDETTI	15:30	17:00	19
OPEN LAB LA CASA DEGLI ARTISTI GE- VOLTRI	HATHA YOGA GE- VOLTRI	09:00	10:00	74
VILLA MADDALENA	TECNICHE PITTORICHE	10:00	12:00	66
VILLA MADDALENA	UNCINETTO	15:30	17:30	69
VILLA MINA AULA A	LA LEGGE È UGUALE PER TUTTI?	10:00	11:30	40
VILLA MINA AULA A	IL CIRCOLO DEI VIAGGIATORI, IL PIACERE DI VEDERE, IL PIACERE DI RACCONTARE	15:30	17:00	29
VILLA MINA AULA A	SCRIVERE LA PROPRIA STORIA	15:30	17:00	59
VILLA MINA AULA ALTA	COMPUTER BASE - PRINCIPIANTI	15:00	16:30	11
VILLA MINA AULA LUCE	ITALIANO PER STRANIERI LIVELLO ELEMENTARE DEL MARTEDÌ	09:00	10:00	38

Anno Accademico 2026/2027

Mercoledì

		dalle	alle	n.
CENTRO SBRAGI AULA ALDO	INGLESE: LINGUA, CULTURA, CONVERSAZIONE LIVELLO UPPER INTERMEDIATE (B1+)	10:00	11:30	35
CENTRO SBRAGI AULA ALDO	VIAGGIO TRA I LATINISMI CHE USIAMO OGNI GIORNO (CORSO CHIUSO)	15:00	16:00	70
CENTRO SBRAGI AULA ALDO	L'IRRIPETIBILE VITA DI ALESSANDRO IL MACEDONE (CORSO CHIUSO)	15:00	16:00	48
CENTRO SBRAGI AULA ALDO	LE 5 REPUBBLICHE GENOVESI E UNA MONARCHIA (CORSO CHIUSO)	15:30	16:30	46
CENTRO SBRAGI AULA MARE	LABORATORIO DI SCRITTURA AUTOBIOGRAFICA COGOLETO	16:00	17:00	42
NEW CALIFORNIA CLUB ARENZANO	GINNASTICA DOLCE	10:15	11:15	25
NEW CALIFORNIA CLUB ARENZANO	BALLI DI GRUPPO PRINCIPIANTI	14:30	15:45	4
ON LINE (PIATTAFORMA ZOOM)	RUSSO ON LINE	09:00	10:00	57
ON LINE (PIATTAFORMA ZOOM)	INGLESE CONVERSAZIONE ON LINE	18:00	19:00	32
OPEN LAB LA CASA DEGLI ARTISTI	GINNASTICA DOLCE GE- VOLTRI	10:15	11:15	75
OPEN LAB LA CASA DEGLI ARTISTI	BALLI DI GRUPPO GE - VOLTRI	16:30	17:20	76
VILLA MADDALENA	SCULTURA SU LEGNO	10:00	12:00	60
VILLA MINA AULA A	FRANCESE ELEMENTARE	09:35	10:35	23
VILLA MINA AULA A	FRANCESE CONVERSAZIONE	10:45	11:45	21
VILLA MINA AULA A	STORIA DELLA MUSICA CLASSICA	15:15	16:45	64
VILLA MINA AULA A	IO SCRIVO, IO ASCOLTO	17:00	19:00	37
VILLA MINA AULA ALTA	PC AVANZATO	15:00	16:30	78
VILLA MINA AULA LUCE	CORSO BASE DI FOTOGRAFIA	14:30	16:00	12
VILLA MINA AULA LUCE	LA MEDITAZIONE ATTIVA DI OSHO	17:30	19:00	41

Anno Accademico 2026/2027

Giovedì

		dalle	alle	n.
BIBLIOTECA UNITRE	CLUB DEI LETTORI	16:00	17:30	10
BOCCIOFILIA G. TOSO	BOCCE	10:00	11:30	7
CENTRO SBRAGI AULA ALDO	STORIA DELL'ARTE (CORSO CHIUSO)	15:30	16:30	65
CENTRO SBRAGI AULA ALDO	DAL LATINO ALL'ITALIANO, IL RUOLO DI FRANCESCO D'ASSISI	15:30	16:30	15
CENTRO SBRAGI AULA MARE	LAVORI A MAGLIA	15:00	17:00	45
NEW CALIFORNIA CLUB ARENZANO	YOGA	10:15	11:30	71
ON LINE (PIATTAFORMA JITSU MEET)	GIAPPONESE ON LINE	19:00	21:00	24
ON LINE (PIATTAFORMA ZOOM)	LINGUA ITALIANA	09:30	11:00	47
OPEN LAB LA CASA DEGLI ARTISTI GE - VOLTRI	ARMONIA VERTEBRALE DEL GIOVEDÌ GE - VOLTRI	09:00	09:45	77
VILLA FIGOLI	GINNASTICA POSTURALE	08:30	09:30	26
VILLA MADDALENA	DISEGNO E PITTURA	10:00	12:00	17
VILLA MINA AULA A	PORTOGHESE	11:00	12:30	54
VILLA MINA AULA A	BEATI LORO:STORIE DI SANTI CHE NON TI ASPETTI	15:30	17:00	5
VILLA MINA AULA A	MANUALE DI AUTODIFESA DIGITALE	15:30	17:00	49
VILLA MINA AULA A	TEMPLARI: L'ORDINE, I SEGRETI E L'OMBRA LUNGA DELL'ITALIA MEDIEVALE	15:30	17:00	68
VILLA MINA AULA A	RELATIVITÀ: ISTRUZIONI PER L'USO DELLO SPAZIO-TEMPO	15:30	17:00	55
VILLA MINA AULA A	FLORITERAPIA ED EMOZIONI DA SCOPRIRE	16:30	18:00	20
VILLA MINA AULA LUCE	INGLESE CONVERSAZIONE ELEMENTARE	09:30	11:00	31
VILLA MINA AULA LUCE	INGLESE- LIVELLO INTERMEDIO	14:30	16:00	34

Anno Accademico 2026/2027

Venerdi

		dalle	alle	n.
CAI PARCO DI VILLA MINA	RICAMO	15:30	17:00	56
CENTRO SBRAGI AULA ALDO	ATTI DEGLI APOSTOLI	15:30	16:30	2
CENTRO SBRAGI AULA ALDO	NUTRIZIONE NON È UN'OPINIONE (REPETITA JUVANT)	15:30	16:30	52
CENTRO SBRAGI AULA MARE	ESPERIENZE DI PITTURA (CORSO CHIUSO)	14:30	16:30	18
VILLA MADDALENA	BURRACO PRINCIPIANTI	15:00	16:30	9
VILLA MADDALENA	BURRACO AVANZATO	16:00	17:30	8
VILLA MINA AULA A	I GRANDI DEL JAZZ	15:30	17:00	28
VILLA MINA AULA A	STORIA DELLA LETTERATURA "GIALLA"	15:30	16:30	63
VILLA MINA AULA LUCE	ITALIANO PER STRANIERI LIVELLO ELEMENTARE DEL VENERDÌ	09:00	10:00	39
VILLA MINA AULA LUCE	CURIOSITÀ SULLA LINGUA ITALIANA PARTE II	16:00	17:30	14
VILLA MINA AULA LUCE	ORIGINE, STORIA ED EVOLUZIONI DEL LIBRO	16:00	17:30	53

Anno Accademico 2026/2027

A

		dalle	alle	n.
-ALIMENTAZIONE CONSAPEVOLE PER UNA NUTRIZIONE INTELLIGENTE	VILLA MINA AULA A	17:30	18:30	1
-ARMONIA VERTEBRALE DEL GIOVEDÌ GE - VOLTRI	OPEN LAB LA CASA DEGLI ARTISTI GE - VOLTRI	09:00	09:45	77
-ARMONIA VERTEBRALE DEL LUNEDÌ GE - VOLTRI	OPEN LAB LA CASA DEGLI ARTISTI - GE - VOLTRI	09:00	09:45	73
-ATTI DEGLI APOSTOLI	CENTRO SBRAGI AULA ALDO	15:30	16:30	2

B

		dalle	alle	n.
-BALLI DI GRUPPO	NEW CALIFORNIA CLUB ARENZANO	14:30	15:45	3
-BALLI DI GRUPPO GE - VOLTRI	OPEN LAB LA CASA DEGLI ARTISTI	16:30	17:20	76
-BALLI DI GRUPPO PRINCIPIANTI	NEW CALIFORNIA CLUB ARENZANO	14:30	15:45	4
-BEATI LORO:STORIE DI SANTI CHE NON TI ASPETTI	VILLA MINA AULA A	15:30	17:00	5
-BIGIOTTERIA ALL'UNCINETTO CORSO CHIUSO)	CENTRO SBRAGI AULA MARE	09:30	11:30	6
-BOCCE	BOCCIOFILIA G. TOSO	10:00	11:30	7
-BURRACO AVANZATO	VILLA MADDALENA	16:00	17:30	8
-BURRACO PRINCIPIANTI	VILLA MADDALENA	15:00	16:30	9

C

		dalle	alle	n.
-CLUB DEI LETTORI	BIBLIOTECA UNITRE	16:00	17:30	10
-COMPUTER BASE - PRINCIPIANTI	VILLA MINA AULA ALTA	15:00	16:30	11
-CORSO BASE DI FOTOGRAFIA	VILLA MINA AULA LUCE	14:30	16:00	12
-CORSO DI SOPRAVVIVENZA PER RISPARMIATORI INCONSAPEVOLI	VILLA MINA AULA A	10:00	11:00	13
-CURIOSITÀ SULLA LINGUA ITALIANA PARTE II	VILLA MINA AULA LUCE	16:00	17:30	14

D

		dalle	alle	n.
-DAL LATINO ALL'ITALIANO, IL RUOLO DI FRANCESCO D'ASSISI	CENTRO SBRAGI AULA ALDO	15:30	16:30	15
-DANCE & GYM	NEW CALIFORNIA CLUB ARENZANO	10:15	11:15	16
-DISEGNO E PITTURA	VILLA MADDALENA	10:00	12:00	17

Anno Accademico 2026/2027

E

		dalle	alle	n.
-ESPERIENZE DI PITTURA (CORSO CHIUSO)	CENTRO SBRAGI AULA MARE	14:30	16:30	18

F

		dalle	alle	n.
-FILOSOFIA... PER NON ADDETTI	ON LINE (PIATTAFORMA ZOOM)	15:30	17:00	19
-FLORITERAPIA ED EMOZIONI DA SCOPRIRE	VILLA MINA AULA A	16:30	18:00	20
-FRANCESE CONVERSAZIONE	VILLA MINA AULA A	10:45	11:45	21
-FRANCESE CONVERSAZIONE ON LINE	ON LINE (PIATTAFORMA ZOOM)	18:00	19:00	22
-FRANCESE ELEMENTARE	VILLA MINA AULA A	09:35	10:35	23

G

		dalle	alle	n.
-GIAPPONESE ON LINE	ON LINE (PIATTAFORMA JITSU MEET)	19:00	21:00	24
-GINNASTICA DOLCE	NEW CALIFORNIA CLUB ARENZANO	10:15	11:15	25
-GINNASTICA DOLCE GE- VOLTRI	OPEN LAB LA CASA DEGLI ARTISTI	10:15	11:15	75
-GINNASTICA POSTURALE	VILLA FIGOLI	08:30	09:30	26
-GIOCHIAMO CON PERLE E PERLINE (CORSO CHIUSO)	CENTRO SBRAGI AULA MARE	09:30	11:30	27

H

		dalle	alle	n.
-HATHA YOGA GE- VOLTRI	OPEN LAB LA CASA DEGLI ARTISTI GE-VOLTRI	09:00	10:00	74

Anno Accademico 2026/2027

I		dalle	alle	n.
-I GRANDI DEL JAZZ	VILLA MINA AULA A	15:30	17:00	28
-IL CIRCOLO DEI VIAGGIATORI, IL PIACERE DI VEDERE, IL PIACERE DI RACCONTARE	VILLA MINA AULA A	15:30	17:00	29
-IL NOSTRO CELLULARE (CORSO CHIUSO)	CENTRO SBRAGI AULA ALDO	16:45	17:45	30
-INGLESE CONVERSAZIONE ELEMENTARE	VILLA MINA AULA LUCE	09:30	11:00	31
-INGLESE CONVERSAZIONE ON LINE	ON LINE (PIATTAFORMA ZOOM)	18:00	19:00	32
-INGLESE ELEMENTARE	CENTRO SBRAGI AULA MARE	15:30	17:00	33
-INGLESE- LIVELLO INTERMEDIO	VILLA MINA AULA LUCE	14:30	16:00	34
-INGLESE: LINGUA, CULTURA, CONVERSAZIONE LIVELLO UPPER INTERMEDIATE (B1+)	CENTRO SBRAGI AULA ALDO	10:00	11:30	35
-INSIEME CON I LIBRI	CENTRO SBRAGI AULA ALDO	15:30	17:00	36
-IO SCRIVO, IO ASCOLTO	VILLA MINA AULA A	17:00	19:00	37
-ITALIANO PER STRANIERI LIVELLO ELEMENTARE DEL MARTEDÌ	VILLA MINA AULA LUCE	09:00	10:00	38
-ITALIANO PER STRANIERI LIVELLO ELEMENTARE DEL VENERDÌ	VILLA MINA AULA LUCE	09:00	10:00	39

L		dalle	alle	n.
-LA LEGGE È UGUALE PER TUTTI?	VILLA MINA AULA A	10:00	11:30	40
-LA MEDITAZIONE ATTIVA DI OSHO	VILLA MINA AULA LUCE	17:30	19:00	41
-LABORATORIO DI SCRITTURA AUTOBIOGRAFICA COGOLETO	CENTRO SBRAGI AULA MARE	16:00	17:00	42
-LABORATORIO DI SCRITTURA AUTOBIOGRAFICA I° GRUPPO	VILLA MINA AULA BIBLIOTECA	09:30	10:30	43
-LABORATORIO DI SCRITTURA AUTOBIOGRAFICA II°GRUPPO	VILLA MINA AULA BIBLIOTECA	10:30	11:30	44
-LAVORI A MAGLIA	CENTRO SBRAGI AULA MARE	15:00	17:00	45
-LE 5 REPUBBLICHE GENOVESI E UNA MONARCHIA (CORSO CHIUSO)	CENTRO SBRAGI AULA ALDO	15:30	16:30	46
-LINGUA ITALIANA	ON LINE (PIATTAFORMA ZOOM)	09:30	11:00	47
-L'IRRIPETIBILE VITA DI ALESSANDRO IL MACEDONE (CORSO CHIUSO)	CENTRO SBRAGI AULA ALDO	15:00	16:00	48

M		dalle	alle	n.
-MANUALE DI AUTODIFESA DIGITALE	VILLA MINA AULA A	15:30	17:00	49
-MEDICINA E RIMEDI NATURALI: CAPIRE LE MALATTIE, SCOPRIRE LE PIANTE	CENTRO SBRAGI AULA ALDO	15:30	16:30	50
-MUSICA E CANTO CORALE	CHIESA SAN SEBASTIANO	15:00	16:00	51

Anno Accademico 2026/2027

N

		dalle	alle	n.
-NUTRIZIONE NON È UN'OPINIONE (REPETITA JUVANT)	CENTRO SBRAGI AULA ALDO	15:30	16:30	52

O

		dalle	alle	n.
-ORIGINE, STORIA ED EVOLUZIONI DEL LIBRO	VILLA MINA AULA LUCE	16:00	17:30	53

P

		dalle	alle	n.
-PC AVANZATO	VILLA MINA AULA ALTA	15:00	16:30	78
-PORTOGHESE	VILLA MINA AULA A	11:00	12:30	54

R

		dalle	alle	n.
-RELATIVITÀ: ISTRUZIONI PER L'USO DELLO SPAZIO-TEMPO	VILLA MINA AULA A	15:30	17:00	55
-RICAMO	CAI PARCO DI VILLA MINA	15:30	17:00	56
-RMONIA VERTEBRALE	OPEN LAB LA CASA DEGLI ARTISTI	09:00	09:45	72
-RUSSO ON LINE	ON LINE (PIATTAFORMA ZOOM)	09:00	10:00	57

S

		dalle	alle	n.
-SCACCHI	VILLA MADDALENA	16:00	17:30	58
-SCRIVERE LA PROPRIA STORIA	VILLA MINA AULA A	15:30	17:00	59
-SCULTURA SU LEGNO	VILLA MADDALENA	10:00	12:00	60
-SPAGNOLO I° LIVELLO	VILLA MINA AULA LUCE	15:15	16:15	61
-SPAGNOLO II° LIVELLO	VILLA MINA AULA LUCE	16:30	17:30	62
-STORIA DELLA LETTERATURA "GIALLA"	VILLA MINA AULA A	15:30	16:30	63
-STORIA DELLA MUSICA CLASSICA	VILLA MINA AULA A	15:15	16:45	64
-STORIA DELL'ARTE (CORSO CHIUSO)	CENTRO SBRAGI AULA ALDO	15:30	16:30	65

T

		dalle	alle	n.
-TECNICHE PITTORICHE	VILLA MADDALENA	10:00	12:00	66
-TEDESCO CONVERSAZIONE	VILLA MINA AULA A	15:30	16:30	67
-TEMPLARI: L'ORDINE, I SEGRETI E L'OMBRA LUNGA DELL'ITALIA MEDIEVALE	VILLA MINA AULA A	15:30	17:00	68

Anno Accademico 2026/2027

U

		dalle	alle	n.
-UNCINETTO	VILLA MADDALENA	15:30	17:30	69

V

		dalle	alle	n.
-VIAGGIO TRA I LATINISMI CHE USIAMO OGNI GIORNO (CORSO CHIUSO)	CENTRO SBIRAGI AULA ALDO	15:00	16:00	70

Y

		dalle	alle	n.
-YOGA	NEW CALIFORNIA CLUB ARENZANO	10:15	11:30	71