UNITRE
UNIVERSITÀ
DELLE TRE ETÀ

ARENZANO COGOLETO APS - ETS

UNITRE

ATTIVITÀ ANNO ACCADEMICO
2026 - 2027

SEDE

Via Zunino, 4
16011 Arenzano
Pec: unitrepec@pec.it
e-mail: unitre@unitre.org
Sito Internet: www.unitre.org
Codice fiscale: 95028210102

SEGRETERIA

ARENZANO
Villa Mina - via Zunino, 4
Tel: 010 9127593
Orario dal 15 al 30 settembre 2026:
dal Lunedì al Venerdì
dalle ore 9:00 alle ore 12:00
Dal 1° di ottobre 2026 al 14 maggio 2027 :
Martedì - Giovedì - Venerdì:
dalle ore 9:00 alle ore 12:00

COGOLETO
Centro Culturale “A. Sbragi” - p.zza Giovanni XXIII
Tel: 3505291633
Orario dal 15 settembre al 13 ottobre 2026:
Martedì - Mercoledì - Giovedì:
dalle ore 9:00 alle ore 12:00
Dal 15 ottobre 2026 al 14 maggio 2027:
Martedì e Giovedì:
dalle ore 10:00 alle ore 12:00

UNITRE
UNIVERSITÀ DELLE TRE ETÀ
ARENZANO – COGOLETO APS-ETS

UNITRE è Sede autonoma iscritta all'Associazione Nazionale Università della Terza Età - UNITRE ® e al registro unico terzo settore. Opera sul territorio dei comuni di Arenzano e Cogoleto.

UNITRE propone a chi abbia terminato gli studi, a chi sia inserito nel mondo del lavoro o ne sia uscito e disponga di tempo libero un progetto di vita ricco di impegni e di iniziative.

UNITRE vuole essere:
Accademia di Cultura, aperta a tutti coloro che concepiscono la cultura come fusione di conoscenze, confronto permanente di opinione e di pensiero: la cultura come stimolo alla vita.
Accademia di Umanità, aperta a tutti coloro che desiderano incontrarsi con altre persone altrettanto aperte ad attività di crescita culturale ed aggregazione sociale: la vita come occasione di cultura.
Oltre alle proposte di tipo culturale è prevista una serie di iniziative di tipo ricreativo e sociale il cui programma dettagliato verrà pubblicizzato sui social e nelle bacheche.

ESTRATTO DELLO STATUTO

Art. 3 - **Finalità**
L'Associazione ha lo scopo di:
a) contribuire alla promozione culturale e sociale della cittadinanza
b) promuovere, sostenere ed attuare studi, ricerche ed altre iniziative culturali per lo sviluppo della formazione permanente e ricorrente
c) favorire il confronto di culture generazionali diverse ai fini di realizzare una vera Accademia di Umanità.

Tali finalità sono perseguite attraverso attivazione di corsi e di iniziative socializzanti, promozione di conferenze su temi culturali e di attualità, visite a musei, teatro, viaggi, escursioni, ecc.

Art. 4 - **Adesioni**
Le iscrizioni alla Sede autonoma locale, ai fini della partecipazione alle attività di cui all'art. 3, avvengono senza distinzione di etnia, religione, nazionalità, condizione sociale, convinzione politica, nel pieno rispetto dei principi di democrazia, apartiticità e aconfessionalità.

Art. 18 - **Gratuità delle prestazioni**
Le prestazioni fornite dagli associati sono gratuite.
Lo svolgimento delle funzioni attribuite in forza delle cariche e/o dei compiti previsti dal presente Statuto è gratuito, salvo il rimborso delle spese, purché preventivamente autorizzate.

CONSIGLIO DIRETTIVO

Presidente:	Stefania D'ALESSANDRO
Vice Presidente:	Ugo CORSELLINI
Direttore Didattico:	Giuliana ERLI
Tesoriere:	Alberto GRASSI
Segretario:	Rosanna TROGI
Segretario aggiunto:	Carla GAROFALO
Gestione Segr. Cogoleto:	Ivana RAGNI
Responsabile Tecnico:	Lino PAVANELLI

Gestione Sito:	Caterina CASTELLARO
Gestione Contratti/fisco:	Filippo LO NIGRO Pierluigi SIGNORELLI Pierluigi GULINO
Responsabile informatico:	Gianni PASSI

SEDI DEI CORSI

ARENZANO

VILLA MINA	via Zunino, 4
VILLA MADDALENA	via Terralba, 79
BOCCIODROMO	p.le del Mare
SEDE CAI	Villa Mina
CALIFORNIA CLUB	via Carlin, 55 A
PARCO VILLA FIGOLI DES GENEYS	via Olivette, 42

COGOLETO

CENTRO CULTURALE "A. SBRAGI"	p.zza Giovanni XXIII

ACCADEMIA DI UMANITÀ

Segretariato Convivialità: organizza momenti di aggregazione sociale e cura l'aspetto conviviale delle manifestazioni.
Segretariato Escursioni: promuove la socializzazione attraverso escursioni sul territorio.
Segretariato Comunicazione: si occupa della diffusione delle notizie sulle attività sociali.
Segretariato Poesia: attiva laboratori di poesia presso le scuole di Arenzano e Cogoleto e organizza i premi di poesia "Lucia Morpurgo Rodocanachi" e "Luci a mare", con il patrocinio dei Comuni di Arenzano e Cogoleto e il sostegno economico dell'amministrazione di Arenzano.
Segretariato Viaggi: promuove la socializzazione attraverso i viaggi.
Gruppo fotografico "Controluce": aperto a tutti gli amanti della fotografia.I nostri fotografi si incontrano tutti i martedì sera dalle 21 alle 23 in Aula Luce.

ACCADEMIA DI CULTURA

La partecipazione alle lezioni è libera a tutti gli associati.
Conferenze e seminari sono aperti anche ai non associati.
Si richiede una presenza costante ed attenta, che dimostri considerazione per l'impegno dei docenti e non pregiudichi il buon funzionamento delle varie attività.
Alcuni corsi e laboratori, per esigenze organizzative o didattiche, prevedono un numero limitato di partecipanti. La segreteria predispone gli elenchi degli associati nel numero massimo concordato con il docente.
I corsi con meno di 5 iscritti potrebbero essere sospesi a discrezione del docente.
In caso di tre assenze consecutive la segreteria provvederà a comunicare all'iscritto una eventuale cancellazione dal corso stesso.
Rimangono a carico degli studenti i materiali di consumo per laboratori o altro.
Gli studenti possono iscriversi di norma ad un massimo di sei corsi/laboratori.

ATTIVITÀ MOTORIE

L'organizzazione dei corsi che si svolgono in palestra e piscina è gestita direttamente dai responsabili della struttura sportiva, che richiedono un certificato medico e il versamento di una quota secondo modalità fissate di anno in anno.

I corsi di Nuoto e Acqua Gym inizieranno nel mese di novembre, date e prezzo da confermare. Chi fosse interessato è invitato a lasciare il proprio nominativo in segreteria al momento dell'iscrizione per formare i gruppi.

REFERENTI

Per ogni corso sono individuati un referente e un assistente che fanno da tramite fra il corso e la direzione didattica.

ATTESTATO DI FREQUENZA

L'Unitre rilascia, su richiesta, alla fine dell'anno accademico, un attestato di frequenza agli studenti che hanno frequentato con regolarità un corso o un laboratorio. Al termine di un percorso pluriennale si rilascia, su richiesta, un attestato.

PROPOSTE E SUGGERIMENTI

Docenti e studenti sono invitati a contribuire al buon funzionamento dell'associazione con suggerimenti, proposte, consigli, informazioni ed iniziative, secondo le finalità previste dallo Statuto.

Si prega di prendere contatto, a questo fine, con la segreteria.

CALENDARIO

Inizio delle lezioni: 1 ottobre 2026

Termine delle lezioni: 14 maggio 2027

Vacanze - sospensione corsi:

Commemorazione defunti: 2 novembre
Festa dell'immacolata: 7 – 8 dicembre
Natale: dal 23 dicembre al 6 gennaio
Pasqua: dal 25 al 30 marzo

In caso di emergenza (maltempo, neve, problemi di viabilità) le attività possono essere sospese, in conformità con le istruzioni date alle scuole pubbliche.

AVVISI IN BACHECA

Le bacheche Unitre sono ubicate in

ARENZANO
via Zunino (cancellata Villa Mina)
aule di Villa Mina
aula di Villa Maddalena

COGOLETO
Centro Culturale “A. Sbragi”, p.zza Giovanni XXIII
Piazza della stazione

VOLTRI
via Camozzini, 57 c (cancellata ACLI)

SITO INTERNET
www.unitre.org

PAGINA FACEBOOK
Unitre Arenzano Cogoleto

Attraverso il sito, le bacheche e facebook, che vengono aggiornati ogni settimana, gli associati trovano informazioni sulle attività in programma, su eventuali variazioni e su ogni altra nuova iniziativa.

La nostra informativa sulla Privacy in seguito all'entrata in vigore del Regolamento UE nr. 679/2016 ("GDPR"), è conforme a quanto disciplinato dall'art. 13 del Regolamento stesso. L'informativa completa sulla Privacy si trova sul nostro sito www.unitre.org

DECALOGO DELLO STUDENTE UNITRE

1. Sono amichevole con tutti per vivere lo spirito dell'associazione.
2. Sono paziente e tollerante se capita qualche inconveniente durante l'anno.
3. Sono disponibile a dare il mio contributo di presenza, di idee, di apprezzamento e di critica costruttiva.
4. Mi impegno per contribuire alla vitalità dell'associazione.
5. Durante le lezioni mi ricordo di azzerare la suoneria del cellulare.
6. Se mi iscrivo a un corso è mio diritto partecipare, ma è mio dovere essere responsabile e frequentare con regolare puntualità
7. Sono attento, seguo le regole dell'associazione per facilitare il lavoro organizzativo.
8. Sono puntuale alle lezioni che ho scelto e le frequento tutto l'anno. È il mio modo di ringraziare chi mette a mia disposizione il suo bagaglio di conoscenze nelle diverse materie, disinteressatamente.
9. Sono consapevole che nessuno è al mio servizio e mi rallegro che un gruppo di associati presti la sua opera con costanza per il buon funzionamento dell'associazione.
10. Sono interessato, curioso, impegnato, allegro, in movimento, grazie anche all'Unitre. Mi ingegnerò per mantenerla attiva e sempre nuova.

ELENCO CORSI

1 ALIMENTAZIONE CONSAPEVOLE PER UNA NUTRIZIONE INTELLIGENTE

Titolare **CARISTIA GIOVANNI**

Assistente **VITALI ANNA MARIA**

Sede **VILLA MINA AULA A**

Giorno ora **Settimanale - Lunedi - 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".

Lunedi

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 - Giovedi - 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

Giovedi

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 - Lunedi - 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

Lunedi

REF. ROBALDO BARBARA

4

ATTI DEGLI APOSTOLI

Titolare **DON FERRI ANTONIO**

Assistente **CHECCHETTO VANNA**

Sede **CENTRO SBRAGI AULA ALDO**

Giorno ora **Settimanale - Venerdi - 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.**

Venerdi

REF. CHECCHETTO VANNA

5

BALLI DI GRUPPO

Titolare **FICARRA SARA**

Assistente **DELLACASA DANIELA**

Sede **NEW CALIFORNIA CLUB ARENZANO**

Giorno ora **Settimanale - Martedi - 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 Unitre 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.**

Martedi

REF. MONTOYA M. GRACIELA

6 BALLI DI GRUPPO PRINCIPIANTI

Titolare **FICARRA SARA**

Assistente

Sede **NEW CALIFORNIA CLUB ARENZANO**

Giorno ora **Settimanale - Mercoledi - 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 Unitre 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.

Mercoledi **REF. MONTOYA M. GRACIELA**

7 BEATI LORO:STORIE DI SANTI CHE NON TI ASPETTI

Titolare **ZERBINI FILIPPO**

Assistente **VALLE ANNUNZIATA**

Sede **VILLA MINA AULA A**

Giorno ora **DateFisse - Giovedi - dalle 15:30 alle 17:00**

Date

Ottobre **8** **22**

Novembre **12**

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: santerìa, candomblé, voodoo, culti ibridi.

Giovedi

REF. ERLI GIULIANA

8 BIGIOTTERIA ALL'UNCINETTO (CORSO COMPLETO)

Titolare **ROSSI ANGELA**

Assistente

Sede **CENTRO SBRAGI AULA MARE**

Giorno ora **Settimanale - Lunedi - 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.

Lunedi

REF. CHECCHETTO VANNA

9

BOCCE

Titolare **PERETTI LUCIANO**

Assistente **CARISTIA GIOVANNI**

Sede **BOCCIOFILA G. TOSO**

Giorno ora **Settimanale - Giovedi - 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 mezza alzata.
Il tiro: da fermo - a due - a quattro - a sei passi.
Le partite: individuali - coppie - terne - quadrette.
I regolamenti.

Giovedi

REF. CARISTIA GIOVANNI

10

BURRACO AVANZATO

Titolare	**MORELLO MARIA**
Assistente	
Sede	**VILLA MADDALENA**
Giorno ora	**Settimana A - Venerdi - 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.**

Venerdi

REF. MONTOYA M. GRACIELA

11 BURRACO PRINCIPIANTI (CORSO COMPLETO)

Titolare **PAOLUCCI ANGELINA**

Assistente

Sede **VILLA MADDALENA**

Giorno ora **Settimana A - Venerdi - 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.**

Venerdi

REF. MONTOYA M. GRACIELA

12

CLUB DEI LETTORI

Titolare **ERLI GIULIANA**

Assistente

Sede **BIBLIOTECA UNITRE**

Giorno ora **Settimana A - Giovedi - 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?**

Giovedi

REF. GUIDA RAFFAELLA

13 COMPUTER BASE - PRINCIPIANTI (CORSO COMPLETO)

Titolare **PAVANELLI LINO**

Assistente **GRIMAUDO MARIA ANTONIETTA**

Sede **VILLA MINA AULA ALTA**

Giorno ora **Settimanale - Martedi - 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.**

Martedi

REF. PAVANELLI LINO

14

CORSO BASE DI FOTOGRAFIA

Titolare **PROGETTO FOTOGRAFICO CONTROLUCE**

Assistente

Sede **VILLA MINA AULA LUCE**

Giorno ora **Settimanale - Mercoledi - 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.

Mercoledi

REF. ERLI GIULIANA

15

CORSO DI SOPRAVVIVENZA PER RISPARMIATORI INCONSAPEVOLI

Titolare **VIGO CHIARA**

Assistente

Sede **VILLA MINA AULA A**

Giorno ora **Settimana A - Lunedi - 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.

Lunedi

REF. ERLI GIULIANA

16 CURIOSITÀ SULLA LINGUA ITALIANA PARTE II

Titolare **PELLEGRINO MICHELE**

Assistente

Sede **VILLA MINA AULA LUCE**

Giorno ora **Settimana A - Venerdi - 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.

Venerdi

REF. ERLI GIULIANA

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

Titolare SCARRONE GIUSEPPE

Assistente CALCAGNO PAOLA

Sede CENTRO SBRAGI AULA ALDO

Giorno ora Settimanale - Giovedi - 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.

Giovedi

REF. CHECCHETTO VANNA

18

DANCE & GYM

Titolare **BIAGI SONIA**

Assistente

Sede **NEW CALIFORNIA CLUB ARENZANO**

Giorno ora **Settimanale - Martedi - 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 Unitre 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.**

Martedi

REF. MONTOYA M. GRACIELA

19 DISEGNO E PITTURA (CORSO COMPLETO)

Titolare **FATTORI IDA**

Assistente

Sede **VILLA MADDALENA**

Giorno ora **Settimanale - Giovedi - 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.**

Giovedi

REF. MONTOYA M. GRACIELA

20 ESPERIENZE DI PITTURA (CORSO COMPLETO)

Titolare **GAMBERALE ROSANNA**

Assistente

Sede **CENTRO SBRAGI AULA MARE**

Giorno ora **Settimanale - Venerdi - 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.

Venerdi

REF. CHECCHETTO VANNA

21

FILOSOFIA... PER NON ADDETTI

Titolare RIVANERA GIANNA

Assistente

Sede ON LINE (PIATTAFORMA ZOOM)

Giorno ora DateFisse - Martedi - 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.

Martedi

REF. ANTONIOTTI FRANCESCA

22 FLORITERAPIA ED EMOZIONI DA SCOPRIRE

AD OGNI INCONTRO NASCE UN FIORE

Titolare **ROSOLA ANTONELLA**

Assistente

Sede **VILLA MINA AULA A**

Giorno ora **DateFisse - Giovedi - 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).**

Giovedi

REF. ERLI GIULIANA

23

FRANCESE CONVERSAZIONE

Titolare **ANTONIOTTI BEATRICE**

Assistente **SCAPPATICCI GIUSEPPINA RITA**

Sede **VILLA MINA AULA A**

Giorno ora **Settimanale - Mercoledi - 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.

Mercoledi

REF. ERLI GIULIANA

24 FRANCESE CONVERSAZIONE ON LINE

Titolare **MUSSO FLORIANA**

Assistente **BREZZI MASSIMILIANO**

Sede **ON LINE (PIATTAFORMA ZOOM)**

Giorno ora **Settimanale - Lunedi - 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.

Lunedi

REF. ERLI GIULIANA

25

FRANCESE ELEMENTARE

Titolare **ANTONIOTTI BEATRICE**

Assistente

Sede **VILLA MINA AULA A**

Giorno ora **Settimanale - Mercoledi - 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.**

Mercoledi

REF. ERLI GIULIANA

26

GIAPPONESE ON LINE

Titolare **WAKABAYASHI MIWA**

Assistente **DANTE TIZIANA**

Sede **ON LINE (PIATTAFORMA ZOOM)**

Giorno ora **Settimanale - Giovedi - 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.**

Giovedi

REF. ERLI GIULIANA

27

GINNASTICA DOLCE

Titolare **BIAGI SONIA**

Assistente

Sede **NEW CALIFORNIA CLUB ARENZANO**

Giorno ora **Settimanale - Mercoledi - 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 Unitre 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.

Mercoledi

REF. MONTOYA M. GRACIELA

28 GINNASTICA DOLCE GE- VOLTRI

Titolare ROSSI BARBARA

Assistente

Sede OPEN LAB LA CASA DEGLI ARTISTI

Giorno ora Settimanale - Mercoledi - 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

Mercoledi

REF. ROBALDO BARBARA

29

GINNASTICA POSTURALE

Titolare **CARISTIA GIOVANNI**

Assistente **VITALI ANNA MARIA**

Sede **VILLA FIGOLI**

Giorno ora **Settimanale - Giovedi - 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).

Giovedi

REF. VITALI ANNA MARIA

30 GIOCHIAMO CON PERLE E PERLINE (CORSO COMPLETO)

Titolare **ROSSI ANGELA**

Assistente

Sede **CENTRO SBRAGI AULA MARE**

Giorno ora **Settimanale - Martedi - 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.

Martedi

REF. CHECCHETTO VANNA

31

HATHA YOGA GE- VOLTRI

Titolare **MIRENDA PATRIZIA**

Assistente

Sede **OPEN LAB LA CASA DEGLI ARTISTI GE- VOLTRI**

Giorno ora **Settimanale - Martedi - 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

Martedi

REF. ROBALDO BARBARA

32

I GRANDI DEL JAZZ

Titolare **LONGONI ENRICO**

Assistente

Sede **VILLA MINA AULA A**

Giorno ora **Settimana A - Venerdi - 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.**

Venerdi

REF. ERLI GIULIANA

33 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 - Martedi - 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.

Martedi

REF. ERLI GIULIANA

34 IL NOSTRO CELLULARE (CORSOCOMPLETO)

Titolare **DE ALESSANDRI MARCO**

Assistente

Sede **CENTRO SBRAGI AULA ALDO**

Giorno ora **Settimanale - Lunedi - 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.

Lunedi

REF. CHECCHETTO VANNA

35 INGLESE CONVERSAZIONE ELEMENTARE

Titolare **FAGGIO LUCIA**

Assistente **GAROFALO CARLA**

Sede **VILLA MINA AULA LUCE**

Giorno ora **Settimanale - Giovedi - 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.**

Giovedi

REF. ERLI GIULIANA

36 INGLESE CONVERSAZIONE ON LINE

Titolare **BREZZI MASSIMILIANO**

Assistente

Sede **ON LINE (PIATTAFORMA ZOOM)**

Giorno ora **Settimanale - Mercoledi - 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**	**12**			

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.

Mercoledi

REF. ERLI GIULIANA

37 INGLESE ELEMENTARE (CORSO COMPLETO)

Titolare **FAGGIO LUCIA**

Assistente

Sede **CENTRO SBRAGI AULA MARE**

Giorno ora **Settimanale - Martedi - 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.**

Martedi

REF. CHECCHETTO VANNA

38 INGLESE- LIVELLO INTERMEDIO (CORSO SOSPESO)

Titolare **BALBI MARIA GRAZIA**

Assistente

Sede **VILLA MINA AULA LUCE**

Giorno ora **Settimanale - Giovedi - dalle 14:30 alle 16:00**

Date

Ottobre	**8**	**15**	**29**	
Novembre	**5**	**12**	**19**	**26**
Dicembre	**3**	**10**	**17**	

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

Giovedi

REF. ERLI GIULIANA

39

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

Titolare **FIRPO TEA**

Assistente

Sede **CENTRO SBRAGI AULA ALDO**

Giorno ora **Settimanale - Mercoledi - 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.

Mercoledi

REF. CHECCHETTO VANNA

40

INSIEME CON I LIBRI

Titolare **DELFINO CARMEN**

Assistente

Sede **CENTRO SBRAGI AULA ALDO**

Giorno ora **DateFisse - Martedi - 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.**

Martedi

REF. CHECCHETTO VANNA

41

IO SCRIVO, IO ASCOLTO

Titolare **REVELLI CINZIA**

Assistente **SACCO ALBERTO**

Sede **VILLA MINA AULA A**

Giorno ora **DateFisse - Mercoledi - 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.**

Mercoledi

REF. ERLI GIULIANA

42 ITALIANO PER STRANIERI LIVELLO ELEMENTARE DEL MARTEDÌ

Titolare GUARAGLIA P. PAOLUCCI A. TOSO I.

Assistente

Sede VILLA MINA AULA LUCE

Giorno ora Settimanale - Martedi - 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.

Martedi

REF. ERLI GIULIANA

43

ITALIANO PER STRANIERI LIVELLO ELEMENTARE DEL VENERDÌ

Titolare **GUARAGLIA P. PAOLUCCI A. TOSO I.**

Assistente

Sede **VILLA MINA AULA LUCE**

Giorno ora **Settimanale - Venerdi - 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.

Venerdi

REF. ERLI GIULIANA

44 LA LEGGE È UGUALE PER TUTTI?

Titolare **LAZZARI BARBARA**

Assistente

Sede **VILLA MINA AULA A**

Giorno ora **Settimanale - Martedi - 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.

Martedi **REF. ERLI GIULIANA**

45 LA MEDITAZIONE ATTIVA DI OSHO

Titolare **DAMONTE ROSARIA**

Assistente

Sede **VILLA MINA AULA LUCE**

Giorno ora **DateFisse - Mercoledi - 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.

Mercoledi

REF. ERLI GIULIANA

46

LABORATORIO DI SCRITTURA AUTOBIOGRAFICA COGOLETO

"LE PAROLE DELLA GOIA E DELLA FELICITÀ"

Titolare GUIDA RAFFAELLA

Assistente

Sede CENTRO SBRAGI AULA MARE

Giorno ora Settimanale - Mercoledi - 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.

Mercoledi

REF. CHECCHETTO VANNA

47

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 - Lunedi - 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.

Lunedi

REF. ERLI GIULIANA

48

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 - Lunedi - 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.

Lunedi

REF. ERLI GIULIANA

49

LAVORI A MAGLIA

Titolare	**BOF ALBA**
Assistente	**BEFANI ROSANNA**
Sede	**CENTRO SBRAGI AULA MARE**
Giorno ora	**Settimanale - Giovedi - 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.**

Giovedi

REF. CHECCHETTO VANNA

50 LE 5 REPUBBLICHE GENOVESI E UNA MONARCHIA (CORSO COMPLETO)

Titolare MACRI' FRANCESCO

Assistente CHECCHETTO VANNA

Sede CENTRO SBRAGI AULA ALDO

Giorno ora Settimanale - Mercoledi - 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.

Mercoledi

REF. CHECCHETTO VANNA

51

LINGUA ITALIANA

Titolare **ANTONIOTTI FRANCESCA**

Assistente

Sede **ON LINE (PIATTAFORMA ZOOM)**

Giorno ora **Settimanale - Giovedi - 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.**

Giovedi

REF. ERLI GIULIANA

52 L'IRRIPETIBILE VITA DI ALESSANDRO IL MACEDONE (CORSO COMPLETO)

Titolare **PITTALUGA SANDRO**

Assistente **FIRPO TEA**

Sede **CENTRO SBRAGI AULA ALDO**

Giorno ora **Settimanale - Mercoledi - dalle 15:00 alle 16:00**

Date

Ottobre **7 14 21 28**

Novembre **11 18**

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.**

Mercoledi

REF. CHECCHETTO VANNA

53

MANUALE DI AUTODIFESA DIGITALE

INFORMAZIONE CONSAPEVOLE, FAKE NEWS E IA

Titolare **BOCCHINO VALENTINA**

Assistente

Sede **VILLA MINA AULA A**

Giorno ora **DateFisse - Giovedi - 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.

Giovedi

REF. ERLI GIULIANA

54 MEDICINA E RIMEDI NATURALI: CAPIRE LE MALATTIE, SCOPRIRE LE PIANTE (CORSOCOMPLETO)

Titolare CROTTI C. E SOLIMANO F.

Assistente SOLIMANO FRANCESCO

Sede CENTRO SBRAGI AULA ALDO

Giorno ora Settimanale - Lunedi - 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.

Lunedi

REF. CHECCHETTO VANNA

55

MUSICA E CANTO CORALE

Titolare **VALLARINO CATERINA**

Assistente **PUCCI ANGELA**

Sede **CHIESA SAN SEBASTIANO**

Giorno ora **Settimanale - Lunedi - 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.**

Lunedi

REF. ERLI GIULIANA

56 NUTRIZIONE NON È UN'OPINIONE (REPETITA JUVANT) (CORSO COMPLETO)

Titolare **DAMONTE F. RAVERA E.**

Assistente **METASTASIO IOLANDA ROSA**

Sede **CENTRO SBRAGI AULA ALDO**

Giorno ora **Settimanale - Venerdi - 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.

Venerdi

REF. CHECCHETTO VANNA

57 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 - Venerdi - 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.**

Venerdi

REF. ERLI GIULIANA

58

PC AVANZATO

Titolare **PAVANELLI LINO**

Assistente

Sede **VILLA MINA AULA ALTA**

Giorno ora **Settimanale - Mercoledi - 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.**

Mercoledi

REF. PAVANELLI LINO

59

PORTOGHESE

Titolare **ALONGI MATTEO**

Assistente

Sede **VILLA MINA AULA A**

Giorno ora **Settimanale - Giovedi - 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.**

Giovedi

REF. ERLI GIULIANA

60 RELATIVITÀ: ISTRUZIONI PER L'USO DELLO SPAZIO-TEMPO

Titolare **ZERBINI FILIPPO**

Assistente **VALLE ANNUNZIATA**

Sede **VILLA MINA AULA A**

Giorno ora **DateFisse - Giovedi - 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.

Giovedi

REF. ERLI GIULIANA

61

RICAMO

Titolare **PICCARDO CECILIA**

Assistente **BEFANI ROSANNA**

Sede **CAI PARCO DI VILLA MINA**

Giorno ora **Settimanale - Venerdi - 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.**

Venerdi

REF. MONTOYA M. GRACIELA

62

RUSSO ON LINE

Titolare **LIUBIMOVA MARIIA**

Assistente

Sede **ON LINE (PIATTAFORMA ZOOM)**

Giorno ora **Settimanale - Mercoledi - 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.**

Mercoledi **REF. ERLI GIULIANA**

63

SCACCHI

Titolare **LO NIGRO FILIPPO**

Assistente

Sede **VILLA MADDALENA**

Giorno ora **Settimana B - Lunedi - 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.

Lunedi

REF. ERLI GIULIANA

64

SCRIVERE LA PROPRIA STORIA

Titolare **MASCOLO MARIA ROSARIA**

Assistente

Sede **VILLA MINA AULA A**

Giorno ora **Settimana B - Martedi - 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.

Martedi

REF. ERLI GIULIANA

65

SCULTURA SU LEGNO

Titolare **CACCIAGUERRA CORRADO**

Assistente

Sede **VILLA MADDALENA**

Giorno ora **Settimana B - Mercoledi - 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.

Mercoledi

REF. MONTOYA M. GRACIELA

66

SPAGNOLO I° LIVELLO

Titolare **MONTOYA M. GRACIELA**

Assistente

Sede **VILLA MINA AULA LUCE**

Giorno ora **Settimanale - Lunedi - 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.**

Lunedi

REF. ERLI GIULIANA

67

SPAGNOLO II° LIVELLO

Titolare **MONTOYA M. GRACIELA**

Assistente

Sede **VILLA MINA AULA LUCE**

Giorno ora **Settimanale - Lunedi - 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.**

Lunedi

REF. ERLI GIULIANA

68 STORIA DELLA LETTERATURA "GIALLA"

Titolare **FARELLO SIMONE**

Assistente

Sede **VILLA MINA AULA A**

Giorno ora **Settimana B - Venerdi - 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.**

Venerdi

REF. ERLI GIULIANA

69 STORIA DELLA MUSICA CLASSICA

Titolare **COSTO CARLA**

Assistente

Sede **VILLA MINA AULA A**

Giorno ora **Settimana A - Mercoledi - 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.**

Mercoledi

REF. ERLI GIULIANA

70 STORIA DELL'ARTE (CORSO COMPLETO)

Titolare **CARBONI FRANCA**

Assistente **RAGNI ROSA**

Sede **CENTRO SBRAGI AULA ALDO**

Giorno ora **Settimana B - Giovedi - 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.**

Giovedi

REF. CHECCHETTO VANNA

71

TECNICHE PITTORICHE

Titolare **LOI GIANFRANCO**

Assistente

Sede **VILLA MADDALENA**

Giorno ora **Settimanale - Martedi - 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.**

Martedi

REF. MONTOYA M. GRACIELA

72

TEDESCO CONVERSAZIONE

Titolare

Assistente

Sede **VILLA MINA AULA A**

Giorno ora **Settimanale - Lunedi - 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.

Lunedi

REF. ERLI GIULIANA

73 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 - Giovedi - 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.

Giovedi

REF. ERLI GIULIANA

74 UNCINETTO (CORSO COMPLETO)

Titolare **BAGLIETTO DINA**

Assistente

Sede **VILLA MADDALENA**

Giorno ora **Settimana B - Martedi - 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.**

Martedi

REF. MONTOYA M. GRACIELA

75 VIAGGIO TRA I LATINISMI CHE USIAMO OGNI GIORNO (CORSO COMPLETO)

Titolare **PITTALUGA SANDRO**

Assistente **FIRPO TEA**

Sede **CENTRO SBRAGI AULA ALDO**

Giorno ora **Settimanale - Mercoledi - 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.

Mercoledi

REF. CHECCHETTO VANNA

76

YOGA

Titolare **RIBOLZI GIULIANA**

Assistente

Sede **NEW CALIFORNIA CLUB ARENZANO**

Giorno ora **Settimanale - Giovedi - 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 Unitre aggiornata che il certificato medico in originale con la menzione dell'ultimo tracciato ECG effettuato.

Giovedi **REF. MONTOYA M. GRACIELA**

Anno Accademico 2026/2027

Lunedi

		dalle	alle	n.
CENTRO SBRAGI AULA ALDO	**MEDICINA E RIMEDI NATURALI: CAPIRE LE MALATTIE, SCOPRIRE LE PIANTE (CORSOCOMPLETO)**	**15:30**	**16:30**	**50**
CENTRO SBRAGI AULA ALDO	**IL NOSTRO CELLULARE (CORSOCOMPLETO)**	**16:45**	**17:45**	**30**
CENTRO SBRAGI AULA MARE	**BIGIOTTERIA ALL'UNCINETTO (CORSO COMPLETO)**	**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	**RMONIA 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

Martedi

		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 COMPLETO)**	**09:30**	**11:30**	**27**
CENTRO SBRAGI AULA MARE	**INGLESE ELEMENTARE (CORSO COMPLETO)**	**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 (CORSO COMPLETO)**	**15:30**	**17:30**	**69**
VILLA MINA AULA A	**LA LEGGE È UGUALE PER TUTTI?**	**10:00**	**11:30**	**40**
VILLA MINA AULA A	**SCRIVERE LA PROPRIA STORIA**	**15:30**	**17:00**	**59**
VILLA MINA AULA A	**IL CIRCOLO DEI VIAGGIATORI, IL PIACERE DI VEDERE, IL PIACERE DI RACCONTARE**	**15:30**	**17:00**	**29**
VILLA MINA AULA ALTA	**COMPUTER BASE - PRINCIPIANTI (CORSO COMPLETO)**	**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

Mercoledi

		dalle	alle	n.
CENTRO SBRAGI AULA ALDO	**INGLESE: LINGUA, CULTURA, CONVERSAZIONE LIVELLO UPPER INTERMEDIATE (B1+) (CORSO COMPLETO)**	**10:00**	**11:30**	**35**
CENTRO SBRAGI AULA ALDO	**VIAGGIO TRA I LATINISMI CHE USIAMO OGNI GIORNO (CORSO COMPLETO)**	**15:00**	**16:00**	**70**
CENTRO SBRAGI AULA ALDO	**L'IRRIPETIBILE VITA DI ALESSANDRO IL MACEDONE (CORSO COMPLETO)**	**15:00**	**16:00**	**48**
CENTRO SBRAGI AULA ALDO	**LE 5 REPUBBLICHE GENOVESI E UNA MONARCHIA (CORSO COMPLETO)**	**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**
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

Giovedi

		dalle	alle	n.
BIBLIOTECA UNITRE	**CLUB DEI LETTORI**	**16:00**	**17:30**	**10**
BOCCIOFILA G. TOSO	**BOCCE**	**10:00**	**11:30**	**7**
CENTRO SBRAGI AULA ALDO	**STORIA DELL'ARTE (CORSO COMPLETO)**	**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 ZOOM)	**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 (CORSO COMPLETO)**	**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 (CORSO SOSPESO)**	**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) (CORSO COMPLETO)**	**15:30**	**16:30**	**52**
CENTRO SBRAGI AULA MARE	**ESPERIENZE DI PITTURA (CORSO COMPLETO)**	**14:30**	**16:30**	**18**
VILLA MADDALENA	**BURRACO PRINCIPIANTI (CORSO COMPLETO)**	**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 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 COMPLETO)	CENTRO SBRAGI AULA MARE	**09:30**	**11:30**	**6**
-BOCCE	BOCCIOFILA G. TOSO	**10:00**	**11:30**	**7**
-BURRACO AVANZATO	VILLA MADDALENA	**16:00**	**17:30**	**8**
-BURRACO PRINCIPIANTI (CORSO COMPLETO)	VILLA MADDALENA	**15:00**	**16:30**	**9**

C

		dalle	alle	n.
-CLUB DEI LETTORI	BIBLIOTECA UNITRE	**16:00**	**17:30**	**10**
-COMPUTER BASE - PRINCIPIANTI (CORSO COMPLETO)	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 (CORSO COMPLETO)	VILLA MADDALENA	**10:00**	**12:00**	**17**

Anno Accademico 2026/2027

E

		dalle	alle	n.
-ESPERIENZE DI PITTURA (CORSO COMPLETO)	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 ZOOM)	**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 COMPLETO)	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 (CORSOCOMPLETO)	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 (CORSO COMPLETO)	CENTRO SBRAGI AULA MARE	**15:30**	**17:00**	**33**
-INGLESE- LIVELLO INTERMEDIO (CORSO SOSPESO)	VILLA MINA AULA LUCE	**14:30**	**16:00**	**34**
-INGLESE: LINGUA, CULTURA, CONVERSAZIONE LIVELLO UPPER INTERMEDIATE (B1+) (CORSO COMPLETO)	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 COMPLETO)	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 COMPLETO)	CENTRO SBRAGI AULA ALDO	**15:00**	**16:00**	**48**

Anno Accademico 2026/2027

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 (CORSOCOMPLETO)	CENTRO SBRAGI AULA ALDO	**15:30**	**16:30**	**50**
-MUSICA E CANTO CORALE	CHIESA SAN SEBASTIANO	**15:00**	**16:00**	**51**

N

		dalle	alle	n.
-NUTRIZIONE NON È UN'OPINIONE (REPETITA JUVANT) (CORSO COMPLETO)	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**

Anno Accademico 2026/2027

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 COMPLETO)	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**

U

		dalle	alle	n.
-UNCINETTO (CORSO COMPLETO)	VILLA MADDALENA	**15:30**	**17:30**	**69**

V

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

Y

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