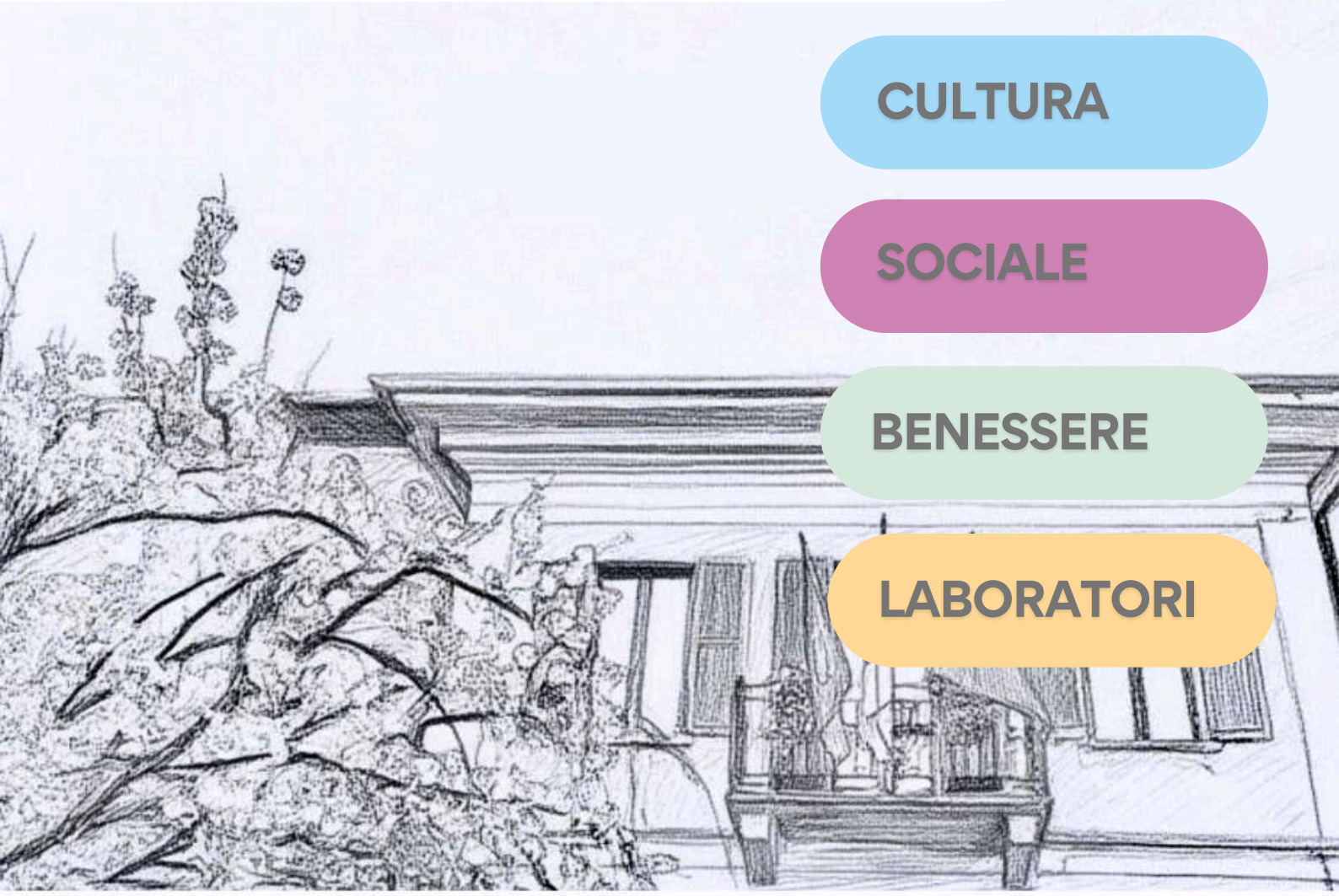
Comune di Vignate

UNIVERSITÀ DEL TEMPO LIBERO

VIGNATE

PROGRAMMA A.A. 2026/2027



CULTURA

SOCIALE

BENESSERE

LABORATORI

CONOSCERE, CRESCERE, CONDIVIDERE

Dove il tempo libero diventa tempo prezioso...

UTL VIGNATE

DOVE IL TEMPO LIBERO DIVENTA TEMPO PREZIOSO...

Benvenuti all'Università del Tempo Libero di Vignate, un luogo dove la curiosità cresce insieme alle persone e dove ogni incontro diventa un'occasione per scoprire, creare e condividere. L'UTL è una comunità viva, fatta di docenti volontari, associazioni e cittadini che, con passione, costruiscono percorsi sempre nuovi e stimolanti.

Qui il tempo libero si trasforma in tempo prezioso: un tempo dedicato alla crescita personale, alle relazioni autentiche e alla gioia di imparare insieme. Ogni laboratorio è un piccolo viaggio tra arte, scienza, benessere e tecnologia... un esperienze che nutrono mente e spirito e rafforzano il senso di appartenenza alla nostra comunità.

L'UTL di Vignate è più di un'università: è una famiglia aperta, dove ogni talento trova spazio e ogni proposta diventa possibilità. Se hai un'idea o una passione da condividere, sarò felice di ascoltarti e di dare voce alle tue idee.

Vi auguro un percorso ricco di soddisfazioni, scoperte e sorrisi.
Che questo nuovo viaggio sia per tutti fonte di ispirazione e meraviglia...

Con affetto,

Debora Garrapa

Assessora alla Cultura, Politiche Giovanili e Tempo Libero
d.garrapa@comune.vignate.mi.it

Comune di Vignate

IL CUORE DELL'UTL

All'Università del Tempo Libero ogni attività nasce dall'entusiasmo e dalla collaborazione di chi ci mette cuore e tempo. Volontari e staff formano una squadra affiatata, sempre pronta ad accogliere nuove idee e persone che vogliono partecipare.

Dietro ogni corso e laboratorio c'è il lavoro prezioso di chi coordina, organizza, comunica e ascolta, perché l'UTL è prima di tutto una rete di persone che credono nel valore della cultura condivisa.

Grazie a **Maria Sannini, Mauro Capelli, Laura Rosti** e a tutto lo staff per la passione e la cura con cui rendono l'UTL un luogo vivo, aperto e pieno di opportunità.

Se anche tu vuoi farne parte, portare la tua energia o proporre un'attività, scrivici:
📩 volontariutl@googlegroups.com

Insieme continuiamo a far crescere cultura, amicizia e partecipazione nella nostra comunità.

Nelle prossime pagine vi farò conoscere il meraviglioso gruppo di volontari e i corsi di quest'anno: persone e percorsi che rendono l'UTL un luogo accogliente, dinamico e ricco di possibilità...

DOCENTI

A.A. 2026/2027

CULTURA

Flavio Leone
Carla Raspagni
Diego Talucci
Santi Epasto
Giorgio Rugarli
Cristina Patanè
Paolo Vaglieri
Barbaro Antonio Pontoriero

SOCIALE

Miriam Tagliani
Maria Cristina Iovinella

BENESSERE

Barbaro Antonio Pontoriero
Annamaria Pittari
Giancarlo Tresoldi
Doriana Cugno
Wilma Dedé
Ruth Leiva Nunez

LABORATORI

Patrizia Mancuso
Laura Carroccio
Luisa Bertola
Walter Biffi

Prendi il volo con noi...

Docenti

Cultura

Flavio Leone

STORIA - San Francesco
FILOSOFIA 1 - Il senso della vita
FILOSOFIA 2 - L'odissea dell'uomo

Vignatese dal 1982, laureato in Scienze Politiche e consulente del lavoro, ha costruito una brillante carriera internazionale come Direttore delle Risorse Umane nel settore dei beni di lusso. Ha ricoperto incarichi di rilievo, tra cui la presidenza di un ente assicurativo e previdenziale, e il ruolo di responsabile sindacale per Manageritalia, l'associazione nazionale dei dirigenti del terziario. Oggi, in pensione, si dedica con entusiasmo agli studi che lo appassionano da sempre: filosofia, storia, psicologia, letteratura e astrofisica, coltivando una curiosità instancabile e uno sguardo sempre aperto sul mondo.

Carla Raspagni

DANTE - La riscoperta di sé e del destino

Vignatese da sempre, laureata in Lettere Moderne, oggi lavora come giornalista ed editor freelance, occupandosi di contenuti culturali e progetti editoriali. La letteratura ha sempre rappresentato per lei molto più di una passione: è stata una compagna silenziosa nei momenti di svolta, una guida nei percorsi interiori e una chiave per interpretare il mondo. Tra gli autori che più hanno segnato il suo cammino, Dante Alighieri occupa un posto centrale, come orizzonte di pensiero, fonte inesauribile di bellezza e strumento di riflessione profonda sull'umano.

Diego Talucci

MAGIA DEI NUMERI - Viaggio tra curiosità, schemi e paradossi della matematica

Romano DOC ma Vignatese d'adozione, ormai da diversi anni. La sua vita è un mix di passioni e impegno: ama la subacquea, la tecnologia e - da buon informatico - gli algoritmi, che lo affascinano per la loro eleganza e potenza. Dopo la laurea in Informatica, ha intrapreso una carriera come consulente nel settore energetico, dove lavora da oltre vent'anni, contribuendo a progetti complessi e innovativi. E' anche un marito felice e un papà orgoglioso di tre splendidi figli che ogni giorno gli insegnano qualcosa di nuovo. Nel tempo libero, si dedica con entusiasmo al volontariato, perché crede nel valore del dono e nella forza delle piccole azioni condivise.

Santi Epasto

ASTRONOMIA - I misteri dell'Universo
LETTURA DI POESIE - dedicate alle Donne
LE SAGRE DI SAN GIUSEPPE

Ingegnere siciliano e libero professionista oggi in pensione, è un appassionato di astronomia e divulgazione scientifica. Autore di numerosi libri e racconti, ha saputo intrecciare con eleganza ironia, cultura popolare e riflessioni cosmiche. Le sue opere, alcune premiate in concorsi letterari, spaziano tra scienza, vita quotidiana e tradizione, offrendo al lettore uno sguardo originale sull'universo e sull'animo umano.

Giorgio Rugarli

Il CALENDARIO
TEORIA E FONDAMENTI DEL TANGO
PASSWORD - Come ricordarsele
UN'EMERGENZA - Come renderla tranquilla
GUIDARE - con le dovute accortezze
NICE ET LA CÔTE D'AZUR

Una volta, presentandosi come insegnante di un corso di biliardo, una sua amica disse di lui: "Non credete a nulla di quel che dice, ma statelo a sentire, perché, ogni tanto, ne tira fuori una giusta." Sa navigare con le stelle, coltiva un pezzetto di terra e si ostina a pensare e studiacchiare: gli piace "il fare". Maturità classica, laurea in giurisprudenza e servizio militare nei Granatieri di Sardegna: come trittico lascia a voi il giudizio. Milano, Torino, Genova e, poi, un poco in giro, fino a Cassina de Pecchi. Una vita da impiegato, anche a buon livello, con le conoscenze legali, i numeri, la lingua francese e la negoziazione. Ha una figlia che ha preso un poco da lui e questo lo spaventa non poco. Il mondo è davvero cambiato completamente e non ci possiamo fermare.

Cristina Patanè

DONNE DEL RISORGIMENTO

Cristina Patanè, nata a Sondrio, oggi vive a Peschiera Borromeo. Dopo gli studi universitari in lingue e letterature straniere, ha attraversato una lunga stagione professionale nel mondo imprenditoriale, esperienza che le ha dato solide competenze organizzative e relazionali. Appassionata di storia e di dinamiche culturali, è oggi presidente di un'associazione culturale lombarda che raccoglie numerosi soci anche in Sicilia. La sua missione è chiara e vibrante: creare un ponte culturale tra nord e sud attraverso eventi di pittura, scultura e letteratura, favorendo incontri, scambi e nuove narrazioni condivise.

Docenti

Cultura

Paolo Vaglieri

VERDI É IL SUO TEMPO

Paolo Vaglieri ha compiuto gli studi di pianoforte, composizione e direzione d'orchestra al Conservatorio di Milano, perfezionandosi poi in clavicembalo e direzione a Siena e in Olanda. Ha iniziato giovanissimo una brillante carriera concertistica come pianista e clavicembalista in importanti stagioni italiane ed estere. Debutta come direttore nel 1977 a Milano con Ararat di L. Bazil e da allora è invitato regolarmente a dirigere repertori lirici e sinfonici in Italia e all'estero. Ha insegnato nei conservatori e accademie di Piacenza, Lodi e Cagli, e tiene corsi di perfezionamento di canto lirico in Italia, Svizzera, Gran Bretagna e Russia.

Barbaro Antonio Pontoriero

LEOPARDI

Laureato in Filosofia, poeta e docente di lettere, intreccia cultura e vita interiore in corsi che lasciano il segno. Ogni lezione è un varco: tra i versi, le meditazioni e i pensieri antichi si aprono spazi di ascolto, bellezza e rinascita. Perché imparare non basta - serve sentire, trasformarsi, ritrovarsi. Ha al suo attivo diverse pubblicazioni.

Docenti

Sociale

Miriam Tagliani

SCUOLA DI ITALIANO

Vignatese da sempre, ha 39 anni. E' sposata con Simone e ha due bambine, Vittoria e Ludovica. Laureata in Scienze dell'Educazione e della Formazione, sta per completare la laurea magistrale in Scienze Pedagogiche. Da quindici anni cura un gruppo di adolescenti e aiuta suo marito con un gruppo giovani. E' di fede cristiana evangelica e desidera aiutare il prossimo con i mezzi a sua disposizione. Ama la lettura, soprattutto libri illustrati per bambini, e scrivere articoli su tematiche attuali. Lavora come educatrice presso il Centro Diurno Integrato di Vignate. Collabora con un gruppo di docenti, come volontaria, presso la scuola secondaria del nostro paese per supportare i ragazzi in difficoltà con lo studio.

Maria Cristina Iovinella

EMANCIPAZIONE DEL RUOLO FEMMINILE

Laureata in Giurisprudenza, Corso di Perfezionamento Universitario in "Mediazione sociale e familiare" e in "Educazione alla Salute nelle scuole", già docente di Materie Giuridiche ed Economiche, nel corso della sua carriera è stata responsabile Area Politiche giovanili ed Educazione alla Legalità presso il Ministero Istruzione Università e Ricerca-USR Lombardia e responsabile dei Servizi Educativi adolescenti in difficoltà e dell'Unità Contrasto alla Dispersione Scolastica del Comune di Milano. Ha al suo attivo numerose pubblicazioni.

Docenti

Benessere

Barbaro Antonio Pontoriero

AROMACOSMESI ANGELI

Laureato in Filosofia, poeta e docente di lettere, intreccia cultura e vita interiore in corsi che lasciano il segno. Ogni lezione è un varco: tra i versi, le meditazioni e i pensieri antichi si aprono spazi di ascolto, bellezza e rinascita. Perché imparare non basta - serve sentire, trasformarsi, ritrovarsi. Ha al suo attivo diverse pubblicazioni.

Annamaria Pittari

DANZA MOVIMENTO TERAPIA

Artista milanese, arteterapeuta, danzamovimentoterapeuta APID®, residente a Vignate. Nel 2017 ha fondato il Parcolorato delle mani e delle idee® a Milano, dove insegna disegno, pittura e conduce laboratori di arte terapeutica e danzaterapia di gruppo e individualmente. Specializzata con utenze nell'età scolare, percorsi familiari, adulti, anziani con declino cognitivo, dal 2024 collabora con Acim, associazione della Rete Alzheimer del Comune di Milano.

Giancarlo Tresoldi

BURRACO

Nato a Carugate il 5 gennaio 1948, lavora ancora part-time presso il gruppo Unipol ed è segretario dell'associazione Amici del Burraco al Molinetto di Cernusco sul Naviglio. Ha tre figlie e cinque nipoti, e il Burraco è la sua grande passione. Gli piace stare in compagnia e condividere momenti di gioco e amicizia. Crede che il gioco sia un modo prezioso per tenere viva la mente e il cuore, oltre a costruire legami autentici con le persone.

Doriana Cugno

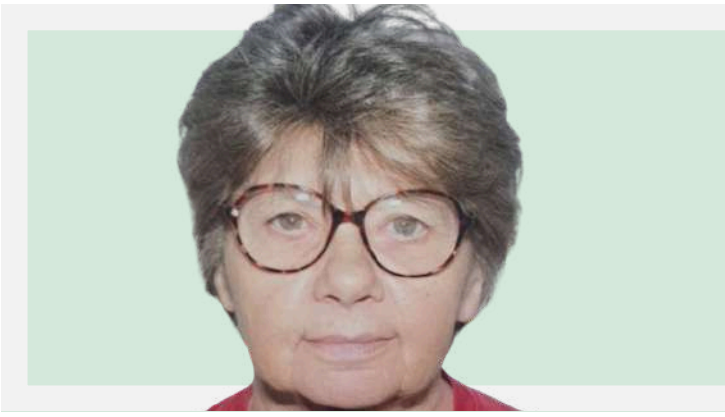
MINDFULNESS

Psicologa e psicoterapeuta dal 2013, terapista E.M.D.R. per il trattamento dei traumi, naturopata e specializzata in disturbi dell'apprendimento (DSA) e nel trattamento dello spettro autistico. Come libera professionista si occupa principalmente di disturbi d'ansia, attacchi di panico, stati depressivi e gestione dello stress. Conosce bene i contesti scolastici, avendo in passato sia insegnato a diversi livelli sia coordinato centri per l'infanzia, e utilizza queste conoscenze nel suo lavoro per aiutare genitori e ragazzi a trovare modi creativi e vitali per affrontare al meglio la complessità del crescere come individui e come famiglie. Insegna Mindfulnes gratuitamente dal 2018 per il Comune di Vignate, perché ritiene che questa pratica sia uno strumento prezioso per riconnettersi con sé stessi e con gli altri, portando benessere nei propri contesti.

Ruth Leiva Núñez

FIGHT DO – Fitness di gruppo

Nata a Lima, in Perù, Ruth è un'istruttrice di fitness con esperienza internazionale e una profonda passione per il movimento come forma di benessere e disciplina. Ha insegnato per anni i programmi FIGHT DO, X55, UBOUND e KIMAX, unendo tecnica, musica ed energia per creare lezioni coinvolgenti e accessibili a tutte le età. La sua formazione in ambito fitness e la lunga esperienza nel contatto con le persone le permettono di trasmettere entusiasmo, fiducia e spirito di squadra. Crede che l'allenamento sia un modo per ritrovare equilibrio, forza e sorriso. Un incontro tra corpo e mente che fa bene all'anima.



Wilma Dedé

RESPIRA, ALLUNGA E CAMMINA

E' pensionata dopo aver lavorato per molti anni presso l'Ospedale San Raffaele di Milano, in sala operatoria. Da oltre 40 anni pratica atletica leggera, una passione che l'accompagna da sempre. Gareggia a livello agonistico nella corsa su strada e pista, e continua a coltivare con entusiasmo questo stile di vita attivo. Sette anni fa ha fondato il gruppo "Camminare con Wilma" a Vignate, che è tuttora attivo. L'obiettivo è sempre stato quello di trasmettere la sua passione per il movimento, promuovendo l'idea che camminare e fare attività fisica non siano solo esercizio, ma anche cura per il corpo e la mente.

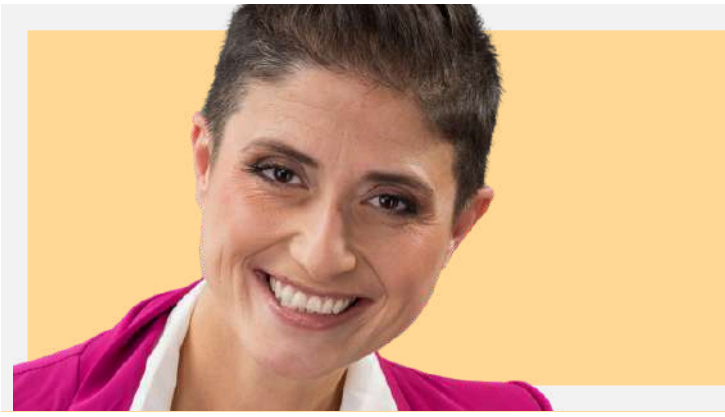
Docenti

Laboratorio

Patrizia Mancuso

CAKE DESIGN - l'arte della decorazione

Si occupa di decorazioni artistiche, edibili e non edibili, con una passione speciale per il cake design. Nel 2024 ha rappresentato l'Italia vincendo il Campionato Mondiale FIPGC come Miglior Panettone Decorato, un riconoscimento che premia estetica, tecnica e creatività. Per celebrare il gemellaggio tra Vignate e Gières, ha realizzato un panettone decorato che unisce tradizione italiana e amicizia tra comunità. Nel programma UTL 2026 propone un laboratorio di cake design aperto a chi desidera esplorare l'arte della decorazione con passione e fantasia, imparando a trasformare dolci e torte in piccole opere d'arte.



Laura Carroccio

LETTURA ESPRESSIVA

Attrice, doppiatrice, regista teatrale e conduttrice radiofonica. Insegna recitazione e potenziamento vocale a Milano. È Vicepresidente dell'associazione Nuove Prospettive APS, che produce spettacoli teatrali ed eventi artistici e offre formazione teatrale in vari contesti sociali. Ha condotto un laboratorio di teatro pedagogico culminato in uno spettacolo di beneficenza nel giugno 2024. Collabora come doppiatrice con Fonderia Mercury e GoodMood editore. Partecipa a trasmissioni televisive e spot pubblicitari. Ha diretto vari spettacoli teatrali a Milano e attualmente recita nello spettacolo "Bentornata Francesca". Sta preparando "Trame" con la compagnia di Ketty Capra, in scena ad aprile 2025. Laura Carroccio è un esempio di dedizione e versatilità nel panorama artistico italiano.

Docenti

Laboratorio

Luisa Bertola

PITTURA AD OLIO

Si dedica alla pittura ad olio come forma di espressione personale e autentica. Non possiede un titolo accademico, ma ha imparato l'arte del dipingere nella bottega di un Maestro Pittore, dove per anni ha respirato l'artigianalità e la pazienza del gesto pittorico. Nel suo laboratorio propone un ambiente accogliente e libero, in cui ogni partecipante, dal principiante a chi ha già esperienza, può sperimentare, lasciarsi ispirare e scoprire il piacere del colore senza paura di sbagliare

Walter Biffi

Falegnameria: la passione del creare con le mani

i Rundanee de Vignà

Pensionato dal 2020 e residente a Melzo, porta con sé una lunga esperienza di manualità e creatività maturata in anni di lavori condivisi con amici. Nel tempo libero ha realizzato piccoli oggetti in legno legati alle festività: alberelli natalizi, statuine, decorazioni per San Valentino e manufatti richiesti dalla comunità. Il laboratorio era un luogo di incontro, dove si imparava divertendosi e si coltivava la cura per i dettagli. Oggi mette questa passione al servizio del nostro comune, trasmettendo precisione, pazienza e il piacere autentico del creare con le proprie mani e di donare...

GMG

GruppoMachiGraf srl

Diamo forma alle tue idee

STAMPA DIGITALE

Piccolo, medio e grande formato

Soluzioni per aziende e privati

QUALITÀ • COLORE • VERSATILITÀ

PROMO
FOTO QUADRO
40X40 cm
PANNELLO 2 cm
bordato
€ 19,00

Via del Lavoro 43 - Vignate (MI)
grafica@gruppomachigraf.com
02 95360833

CORSI

A.A. 2026/2027

CULTURA

SAN FRANCESCO
FILOSOFIA 1
FILOSOFIA 2
DANTE E LA DIVINA COMMEDIA
MAGIA DEI NUMERI
ASTRONOMIA
LETTURA DI POESIE
LE SAGRE DI SAN GIUSEPPE
IL CALENDARIO
TEORIA E FONDAMENTI DEL TANGO
LE PASSWORD
EMERGENZA: COME GESTIRLA
GUIDARE CON ACCORTEZZA
NICE ET LA CÔTE D'AZUR
DONNE DEL RISORGIMENTO
VERDI E IL SUO TEMPO
GIACOMO LEOPARDI

BENESSERE

AROMACOSMESI
ANGELI
DANZA MOVIMENTOTERAPIA
BURRACO
MINDFULNESS
RESPIRA, ALLUNGA E CAMMINA
FIGHT DO

LABORATORI

CAKE DESIGN
LETTURA ESPRESSIVA
PITTURA AD OLIO
FALEGNAMERIA

SOCIALE

SCUOLA DI ITALIANO
EMANCIPAZIONE DEL RUOLO FEMMINILE

Prendi il volo con noi...

FRANCESCO D'ASSISI

L'UOMO OLTRE IL MITO

PER ADULTI E RAGAZZI

3 OTT. 2026

IN OCCASIONE DEGLI OTTOCENTO ANNI DALLA MORTE DI SAN FRANCESCO, LA LEZIONE PROPONE UN RITRATTO STORICO E DOCUMENTATO DEL PROTAGONISTA PIÙ SORPRENDENTE DEL MEDIOEVO. LONTANO DALLE LETTURE CELEBRATIVE, ESPLOREREMO L'UOMO FRANCESCO: IL RIFIUTO DEI BENI TERRENI, IL RICHIAMO RADICALE AL VANGELO, L'AMORE PER IL CREATO E LA VICINANZA AGLI ULTIMI.
EMERGERÀ ANCHE LA SUA ABILITÀ DIPLOMATICA, CAPACE DI CONCILIARE UNA SCELTA DI VITA DIROMPENTE CON IL RICONOSCIMENTO DELLA CHIESA. IL RACCONTO SARÀ ACCOMPAGNATO DA SPEZZONI DI FILM E DOCUMENTARI.

FLAVIO LEONE

FILOSOFIA 1

IL SENSO DELLA VITA

DALLE ORIGINI DELL'HOMO SAPIENS ALL'ESISTENZIALISMO

PER ADULTI E RAGAZZI

8, 22 OTT. 2026
5, 19 NOV. 2026
3, 17 DIC. 2026

FIN DALLE SUE ORIGINI L'UOMO HA GUARDATO IL CIELO CHIEDENDOSI IL SENSO DELLA PROPRIA ESISTENZA E IL SIGNIFICATO DEL COSMO. IL CORSO PROPONE UN VIAGGIO FILOSOFICO, MA ANCHE STORICO E SCIENTIFICO, ATTRAVERSO LE TAPPE TRAMITE CUI L'UMANITÀ HA CERCATO DI DARE RISPOSTE AI SUOI INTERROGATIVI. DAI MITI PRIMORDIALI ALLE RELIGIONI, DAL RISVEGLIO DELLA RAGIONE ALLE RIVOLUZIONI SCIENTIFICHE DEL RINASCIMENTO SINO AD ARRIVARE ALL'EVOLUZIONISMO DARWINIANO. UN LUNGO PERCORSO CHE CONDUCE ALLA CRISI DELLE CERTEZZE DEL PASSATO FINO ALL'ESISTENZIALISMO NOVECENTESCO, DOVE L'UOMO DEVE COSTRUIRE DA SÉ IL SIGNIFICATO DEL PROPRIO CAMMINO.

FLAVIO LEONE

FILOSOFIA 2

L'ODISSEA DELL'UOMO

DAL MITO DI ULISSE ALLA DIFESA DEL NOSTRO PIANETA

PER ADULTI E RAGAZZI

7 E 28 GENN. 2027
18 FEBB. 2027
11 MARZO 2027
1 E 22 APRILE2027
13 MAGGIO 2027
3 GIUGNO 2027

ODISSEA È IL POEMA PIÙ IMPORTANTE DELLA NOSTRA CIVILTÀ. ULISSE, DOPO DIECI ANNI DI PERIPEZIE RIUSCÌ A TORNARE A CASA. MA TUTTI, NELLA NOSTRA VITA, VIVIAMO UNA "ODISSEA" TRA EVENTI GIOIOSI E ALTRI MOLTO DOLOROSI. OGGI LA NOSTRA ITACA È ANCHE LA TERRA CHE È SERIAMENTE MINACCIATA PER PIÙ RAGIONI, TRA LE QUALI SPICCA LA STUPIDITÀ UMANA. LEGGENDO E VISIONANDO ALCUNI EPISODI DEL POEMA OMERICO, SCOPRIREMO I MESSAGGI PSICO-FILOSOFICI CHE CI TRASMETTE. POI FAREMO UN SALTO NELL'UNIVERSO PER PARLARE, ANCHE CON IMMAGINI SUGGESTIVE, DEL NOSTRO PIANETA, DELLA SUA FORMAZIONE E DELLE INCREDIBILI CIRCOSTANZE CHE LO TENGONO IN VITA. UOMO PERMETTENDO.

FLAVIO LEONE

DANTE

LA RISCOPERTA DI SÉ E DEL DESTINO

VIAGGIO DAL PURGATORIO AL PARADISO

PER ADULTI E RAGAZZI

6, 20 OTT. - 3, 17 NOV.
1, 15 DIC. 2026
12, 26 GEN. 2027
16 FEB. - 2, 16, 30 MAR.
13, 27 APR.2027
11 MAGGIO 2027

IN CAMMINO CON DANTE

DOPO L'INFERNO IL NOSTRO VIAGGIO CON IL SOMMO POETA CONTINUA: SCOPRIREMO IL PURGATORIO, LUOGO DELLA LIBERTÀ, CHE SI CONIUGA NELLA RESPONSABILITÀ DI ACCETTARE IL CAMMINO DELLA VITA, ALLA SCOPERTA DEL BENE, DEL GIUSTO, DEL VERO, DEL BELLO. IL PELLEGRINAGGIO DI DANTE È FATICOSO, PERCHÉ C'È UNA MONTAGNA DA SCALARE, COME NELLA NOSTRA VITA. MA È FATTO ANCHE DEI VOLTI DEGLI AMICI, DEI CANTI E DELLA BELLEZZA DELLA NATURA. POI, INSIEME A DANTE, CHE SEGUE BEATRICE, SALIREMO I CIELI DEL PARADISO, ALLA RICERCA DEL DESTINO CHE COMPIE OGNI DESIDERIO DEL CUORE, DESIDERIO DEL BENE PROPRIO E DELL'UMANITÀ INTERA.

CARLA RASPAGNI

MAGIA DEI NUMERI

VIAGGIO TRA CURIOSITÀ, SCHEMI E PARADOSSI DELLA MATEMATICA

PER ADULTI E RAGAZZI

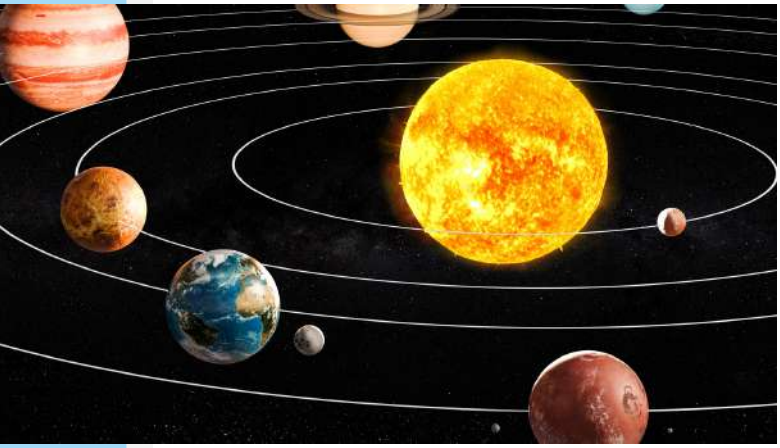
11, 25 GEN. 2027
12, 26 FEB. 2027
12 MARZO 2027

LA MATEMATICA NON È SOLO FORMULE E CALCOLI: DIETRO I NUMERI VIVONO SCHEMI SORPRENDENTI, PROPORZIONI MISTERIOSE, PARADOSSI E IDEE CAPACI DI STUPIRE. IL CORSO PROPONE UN VIAGGIO DIVULGATIVO E ACCESSIBILE, PENSATO ANCHE PER CHI NON HA UNA PREPARAZIONE AVANZATA, PER SCOPRIRE LA BELLEZZA NASCOSTA DELLA MATEMATICA. DALLA SEZIONE AUREA ALLA SUCCESSIONE DI FIBONACCI, DAI PARADOSSI DELL'INFINITO AL LINGUAGGIO UNIVERSALE DI ZERO E UNO, VEDREMO COME LA MATEMATICA ABBIA PERMESSO AI COMPUTER E ALLE MODERNE INTELLIGENZE ARTIFICIALI DI TRASFORMARE IL MONDO. NON PER IMPARARE A FARE CALCOLI, MA PER GUARDARE I NUMERI CON OCCHI NUOVI. PERCHÉ, A VOLTE, LA MATEMATICA SA ESSERE MAGICA.

DIEGO TALUCCI

ASTRONOMIA

I MISTERI DELL'UNIVERSO



PER ADULTI E RAGAZZI

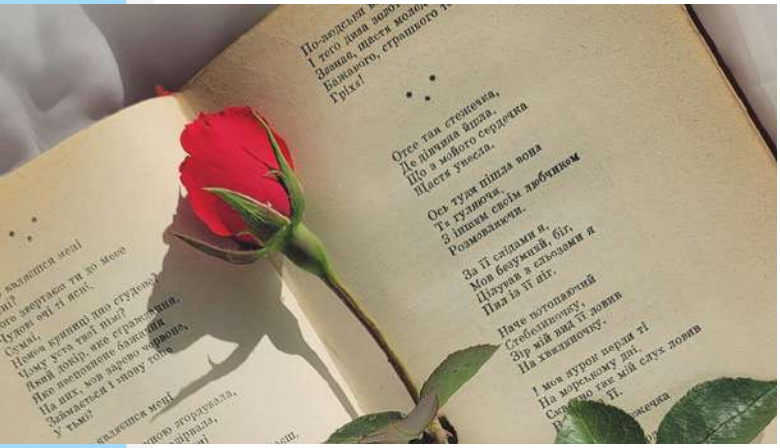
24 OTT. 2026

UN PERCORSO DEDICATO A ESPLORARE LE MERAVIGLIE DEL CIELO E LE DOMANDE ANCORA APERTE SULL'UNIVERSO. DALLA LUNA AI PIANETI, DALLE STELLE ALLE GALASSIE, IL CORSO INTRODUCE FENOMENI CELESTI, CURIOSITÀ ASTRONOMICHE E STRUMENTI DI OSSERVAZIONE. UNA SERATA SPECIALE SARÀ DEDICATA ALLA CONGIUNZIONE LUNA-SATURNO, OSSERVATA AL TELESCOPIO, PER VIVERE L'EMOZIONE DEL CIELO IN DIRETTA. È PREVISTA ANCHE UNA PROIEZIONE PLANETARIO, PER VIAGGIARE TRA COSTELLAZIONI, PIANETI E PROFONDITÀ COSMICHE CON IMMAGINI IMMERSIVE E SPIEGAZIONI GUIDATE.

SANTI EPASTO

LETTURA DI POESIE

DEDICATE ALLE DONNE



PER ADULTI E RAGAZZI

6 MARZO 2027

UN INCONTRO DI VOCI E SENSIBILITÀ, DEDICATO ALLE POESIE CHE RACCONTANO LA FORZA, LA BELLEZZA E LA COMPLESSITÀ DELL'ESSERE DONNA. UNA SELEZIONE DI TESTI LETTI AD ALTA VOCE, PER CELEBRARE STORIE, EMOZIONI E SGUARDI FEMMINILI ATTRAVERSO PAROLE CHE DIVENTANO MEMORIA, OMAGGIO E CONDIVISIONE. UN MOMENTO SEMPLICE E INTENSO, APERTO A TUTTI, PER ASCOLTARE E RITROVARE IL VALORE DELLA POESIA COME GESTO DI CURA E RICONOSCIMENTO.

I PARTECIPANTI POTRANNO PORTARE UNA LORO POESIA DA LEGGERE E CONDIVIDERE, COSÌ CHE IL CERCHIO SI ARRICCHISCA DI VOCI DIVERSE, INTIME E AUTENTICHE, IN UN DIALOGO CHE DIVENTA COMUNITÀ.

SANTI EPASTO

LE SAGRE DI SAN GIUSEPPE

PER ADULTI E RAGAZZI

20 MARZO 2027

UN PERCORSO ALLA SCOPERTA DELLE TRADIZIONI POPOLARI LEGATE A SAN GIUSEPPE, TRA RITI ANTICHI, USANZE CULINARIE E FESTE COMUNITARIE CHE ANCORA OGGI ANIMANO PAESI E BORGHI. IL CORSO RACCONTA ORIGINI, SIGNIFICATI E TRASFORMAZIONI DELLE SAGRE DEDICATE AL SANTO, METTENDO IN LUCE IL LORO VALORE CULTURALE E SOCIALE. UN VIAGGIO NELLA MEMORIA COLLETTIVA, TRA DEVOZIONE, CONVIVIALITÀ E IDENTITÀ TERRITORIALE, PER COMPRENDERE COME QUESTE CELEBRAZIONI CONTINUINO A UNIRE GENERAZIONI E COMUNITÀ.

SANTI EPASTO

IL CALENDARIO

DALLE CALENDAE A INTERNET

PER ADULTI E RAGAZZI

13, 27 OTT. 2026

UN PERCORSO DEDICATO A COMPRENDERE CHE COSA SIA DAVVERO UN CALENDARIO, DALLA SUA DEFINIZIONE ALLE SUE ORIGINI PIÙ ANTICHE. SI ESPLORANO I DIVERSI SISTEMI UTILIZZATI NEL MONDO, GLI ELEMENTI CHE COMPONGONO UN CALENDARIO E IL SUO RAPPORTO CON L'AGENDA PERSONALE. IL CORSO RIPERCORRE L'EVOLUZIONE DI QUESTO STRUMENTO FONDAMENTALE FINO ALL'ERA DIGITALE E PROPONE UN LABORATORIO CREATIVO PER PROGETTARE INSIEME UN "CALENDARIO ALLARGATO", RICCO DI RIFERIMENTI, MEMORIE E UTILITÀ QUOTIDIANE.

GIORGIO RUGARLI

TEORIA E FONDAMENTI DEL TANGO

PER ADULTI E RAGAZZI

10, 24 NOV. 2026

UN CORSO TEORICO, PENSATO PER CHI DESIDERA CONOSCERE IL TANGO SENZA NECESSARIAMENTE BALLARLO. SI AFFRONTANO DEFINIZIONE, STORIA, CURIOSITÀ E CARATTERISTICHE DI QUESTA DANZA UNICA, ANALIZZANDONE STILI, EVOLUZIONE E CODICI. IL PERCORSO OFFRE UNA PANORAMICA SU COME SI BALLA E COME SI IMPARA, CON SUGGERIMENTI, TRUCCHI E RIFERIMENTI CULTURALI CHE PERMETTONO DI COMPRENDERE IL TANGO COME LINGUAGGIO, TRADIZIONE E FORMA D'ARTE.

GIORGIO RUGARLI

PASSWORD

COME RICORDARSELE

PER ADULTI E RAGAZZI

2 DIC. 2026
BASE

16 DIC. 2026
AVANZATO

UN INCONTRO PRATICO PER CAPIRE CHE COSA SIA UNA PASSWORD E PERCHÉ RAPPRESENTI UN VERO SISTEMA DI CONTROLLO DEGLI ACCESSI, PROPRIO COME UNA CHIAVE. SI RIPERCORRE L'EVOLUZIONE DALLA PAROLA D'ORDINE ALLE CREDENZIALI DIGITALI, EVIDENZIANDO DIFFICOLTÀ COMUNI: TROPPE PASSWORD, POCA MEMORIA, RISCHI DI SMARRIMENTO. VIENE PRESENTATO UN METODO SEMPLICE E SICURO PER RICORDARE TUTTE LE PASSWORD IN OGNI OCCASIONE, MIGLIORANDO AUTONOMIA E PROTEZIONE DEI PROPRI DATI.

GIORGIO RUGARLI

UN'EMERGENZA

COME RENDERLA TRANQUILLA

PER ADULTI E RAGAZZI

19 GEN. 2027
2 FEBB. 2027

UN CORSO DEDICATO A GESTIRE CON SERENITÀ LE PICCOLE EMERGENZE QUOTIDIANE. SI IMPARA COSA FARE QUANDO SI DEVE USCIRE DI CASA IN FRETTA, COSA PORTARE CON SÉ E COME ORGANIZZARE UN KIT ESSENZIALE. IL PERCORSO PROPONE LISTE, SPUNTI E STRATEGIE PRATICHE PER AFFRONTARE SITUAZIONI IMPROVVISE CON MAGGIORE CALMA, CONSAPEVOLEZZA E CAPACITÀ DECISIONALE.

GIORGIO RUGARLI

GUIDARE
CON LE DOVUTE ACCORTEZZE

PER ADULTI E RAGAZZI

23 FEBB. 2027

GUIDARE È UN GESTO ABITUALE, MA RICCO DI INSIDIE. IL CORSO INVITA A RIFLETTERE SU QUANTO RICORDIAMO DAVVERO DELLA TEORIA DELLA GUIDA E SU QUALI CONTROLLI E ATTENZIONI SIANO NECESSARI PER EVITARE PERICOLI. SI AFFRONTANO COMPORTAMENTI, VERIFICHE, ABITUDINI E PICCOLI ACCORGIMENTI CHE RENDONO LA GUIDA PIÙ SICURA PER SÉ E PER GLI ALTRI, MIGLIORANDO CONSAPEVOLEZZA E PREVENZIONE.

GIORGIO RUGARLI

NICE ET LA CÔTE D'AZUR

J'❤ NICE / NISSA LA BELLA

PER ADULTI E RAGAZZI

20 APRILE 2027

CORSO IN FRANCESE, CON REPLICA IN ITALIANO

UN VIAGGIO CULTURALE E PERSONALE ATTRAVERSO NIZZA E LA COSTA AZZURRA, FRUTTO DI OLTRE TRENT'ANNI DI SOGGIORNI. IL CORSO RACCONTA IL BELLO E IL MENO BELLO DELLA CITTÀ E DEI SUOI DINTORNI, OFFRE CONSIGLI PRATICI PER VIVERE AL MEGLIO UN SOGGIORNO E SVELA TRUCCHI UTILI PER MUOVERSI CON FACILITÀ. UNA PARTE È DEDICATA AL PRINCIPATO DI MONACO, TRA CURIOSITÀ, STORIA E VITA QUOTIDIANA.

GIORGIO RUGARLI

DONNE DEL RISORGIMENTO

COME LA PRESENZA FEMMINILE HA INTERPRETATO IL PROCESSO STORICO

PER ADULTI E RAGAZZI

9, 23 NOV. 2026

DOPO UNA BREVE INTRODUZIONE SUL RUOLO FEMMINILE NEL RISORGIMENTO, IL PERCORSO SI CONCENTRA SU DUE FIGURE CHE HANNO INCISO PROFONDAMENTE SUL PROCESSO STORICO. ROSE MONTMASSON, UNICA DONNA GARIBALDINA DELLA SPEDIZIONE DEI MILLE, PATRIOTA TENACE E INDIPENDENTE. ACCANTO A LEI GIUSEPPA BOLOGNARA CALCAGNO, SICILIANA, POCO NOTA MA DECISIVA: CON UN GESTO AUDACE CONTRIBUÌ ALLA LIBERAZIONE DI CATANIA NEL 1860. SI VUOLE SOTTOLINEARE CHE, OLTRE AD EVIDENZIARE LA FIGURA STORICA, SARÀ MESSA IN LUCE ANCHE IL LORO CARATTERE E LA PASSIONE SPINTA SINO ALLE ESTREME CONSEGUENZE, LADDOVE LA SCELTA PERSONALE DIVENTA DESTINO.

ASSO VIZZINI

CRISTINA PATANÈ

VERDI E IL SUO TEMPO

UN UOMO TUTTO TONDO

PER ADULTI E RAGAZZI

27 GENN. 2027
24 FEBB. 2027
31 MARZO 2027

RACCONTARE GIUSEPPE VERDI IN POCHE RIGHE È DIFFICILE: LA SUA FIGURA ATTRAVERSA IL ROMANTICISMO CON FORZA E SENSIBILITÀ, UNENDO ALLA GRANDEZZA MUSICALE UNA PROFONDA VOCAZIONE TEATRALE CHE LO RESE UN PROTAGONISTA ASSOLUTO DEL SUO TEMPO. LA SUA VOCE ARTISTICA CONTINUA A RISUONARE ANCORA OGGI, LASCIANDO UN'EREDITÀ CHE APPARTIENE A TUTTI NOI. IL PROFESSORE RACCONTERÀ LA VITA E L'EVOLUZIONE ARTISTICA DI VERDI, DELINEANDO IL CONTESTO STORICO, CULTURALE E TEATRALE IN CUI NACQUERO LE SUE OPERE, OFFRENDO AI PARTECIPANTI UN PERCORSO CHIARO E APPASSIONANTE ALLA SCOPERTA DELLA GRANDEZZA VERDIANA.

PAOLO VAGLIERI

GIACOMO LEOPARDI

LE NOTTI DI LEOPARDI

PER ADULTI E RAGAZZI

15, 22 FEBB. 2027

LE NOTTI DI LEOPARDI SONO LO SPAZIO IN CUI L'UOMO INCONTRA IL SILENZIO, LA LUNA E LE DOMANDE PIÙ PROFONDE DELL'ESISTENZA. IN DUE LEZIONI ATTRAVERSEREMO LA SERA DEL DÌ DI FESTA E IL CANTO NOTTURNO DI UN PASTORE ERRANTE DELL'ASIA, ENTRANDO NEL CUORE DELLA POESIA LEOPARDIANA: LA FESTA CHE SVANISCE, IL TEMPO CHE CANCELLA OGNI COSA, IL PASTORE CHE INTERROGA LA LUNA E CERCA UN SENSO AL VIVERE. DUE NOTTI, DUE VOCI, DUE MODI DI GUARDARE L'UNIVERSO E LA FRAGILITÀ UMANA. UN PERCORSO CHE MOSTRA COME LE DOMANDE NATE SOTTO QUELLA LUNA CONTINUINO A ESSERE, ANCORA OGGI, LE NOSTRE.

BARBARO ANTONIO PONTORIERO

SCUOLA DI ITALIANO

LIVELLO BASE E LIVELLO 1

CORSO GRATUITO
PER ADULTI E RAGAZZI

OGNI MERCOLEDÌ
INIZIO 7 OTT. 2026

BASE: ORE 14:00 - 15:00

LIVELLO 1: ORE 15:00 - 16:00

LE LEZIONI OFFRONO UN PERCORSO PRATICO E COMUNICATIVO PER IMPARARE L'ITALIANO, CON EQUILIBRIO TRA GRAMMATICA, CONVERSAZIONE, COMPRENSIONE E SCRITTURA. L'OBIETTIVO È RENDERE SUBITO UTILIZZABILI LE REGOLE DELLA LINGUA NELLA VITA QUOTIDIANA.

IMPARARE L'ITALIANO NON È SOLO UNA CRESCITA PERSONALE: È UN BENEFICIO PER TUTTA LA FAMIGLIA E LA COMUNITÀ.

DUE LIVELLI DISPONIBILI: BASE E INTERMEDIO

ESCOL CCC CC C ASSOCIAZIONE

MIRIAM TAGLIANI

EMANCIPAZIONE DELLA DONNA

NELLA SOCIETÀ ITALIANA DAL SECONDO DOPOGUERRA A OGGI

PER ADULTI E RAGAZZI

2 E 16 NOV. 2026

EMANCIPAZIONE DEL RUOLO FEMMINILE IN ITALIA: UN PERCORSO DI OTTANT'ANNI DI CAMBIAMENTI, TRA CONQUISTE CIVILI, TRASFORMAZIONI SOCIALI E NUOVE SFIDE. IL CORSO RIPERCORRE LA STORIA DELLE DONNE DAL SECONDO DOPOGUERRA A OGGI: DAL RITORNO ALLA VITA CIVILE NEL 1945 AL DIRITTO DI VOTO, DAI MODELLI FAMILIARI TRADIZIONALI ALLA RIVOLUZIONE CULTURALE DEGLI ANNI SESSANTA E SETTANTA, FINO ALL'EMANCIPAZIONE CONTEMPORANEA. DUE LEZIONI PER COMPRENDERE COME ISTRUZIONE, LAVORO, MATERNITÀ, RAPPRESENTAZIONE MEDIATICA E SENSIBILITÀ SOCIALE ABBIANO RIDEFINITO IDENTITÀ, DIRITTI E LIBERTÀ. UN VIAGGIO CHE MOSTRA COME IL CAMBIAMENTO DELLE DONNE ABBIA TRASFORMATO L'INTERA SOCIETÀ ITALIANA.

MARIA CRISTINA IOVINELLA

AROMACOSMESI

CREA I TUOI COSMETICI NATURALI

PER ADULTI E RAGAZZI

12 OTT. 2026

AROMACOSMESI È UN INCONTRO INTRODUTTIVO DEDICATO A CHI DESIDERA CREARE COSMETICI NATURALI PARTENDO DA INGREDIENTI SEMPLICI E CONSAPEVOLI. IN UN'ORA SCOPRIREMO CHE COSA SERVE DAVVERO PER INIZIARE, COME SCEGLIERE OLI VEGETALI, BURRI E OLI ESSENZIALI, E COME NASCE UNA CREMA ATTRAVERSO L'EMULSIONE TRA FASE ACQUOSA E OLEOSA. UN PERCORSO PRATICO E ACCESSIBILE PER AVVICINARSI ALLA CURA PERSONALE NATURALE, COMPRENDERE GLI STRUMENTI INDISPENSABILI E PREPARARE I PROPRI PRODOTTI. UNA LEZIONE CHE APRE ALLE ATTIVITÀ LABORATORIALI, DOVE TEORIA E PRATICA SI INTRECCIANO PER DARE VITA A COSMETICI FATTI CON LE PROPRIE MANI.

BARBARO ANTONIO PONTORIERO

ANGELI

INCONTRARE GLI ANGELI

PER ADULTI E RAGAZZI

19 OTT. 2026

GLI ANGELI ACCOMPAGNANO DA MILLENNI LA RICERCA SPIRITUALE DELL'UMANITÀ. QUESTO INCONTRO OFFRE UN'INTRODUZIONE SEMPLICE E PROFONDA AL MONDO ANGELICO, UNENDO CONOSCENZA, SIMBOLO E ASCOLTO INTERIORE. PARLEREMO DI ANGELI E ARCANGELI, DELL'ANGELO CUSTODE E DEL RAPPORTO PERSONALE CON LA DIMENSIONE SPIRITUALE, AVVICINANDOCI ALLE PRATICHE CHE FAVORISCONO SILENZIO, INTENZIONE E RICONOSCIMENTO DEI SEGNI. UN'ORA PER IMPARARE A RIVOLGERSI AL PROPRIO ANGELO, COMPRENDERE IL LINGUAGGIO SIMBOLICO E SPERIMENTARE ESERCIZI DI CONTATTO. UN PRIMO PASSO VERSO UN PERCORSO PERSONALE DI CONOSCENZA E PRATICA, DOVE INTERIORITÀ E ESPERIENZA SI INCONTRANO.

BARBARO ANTONIO PONTORIERO

DANZA MOVIMENTOTERAPIA

PER ADULTI E RAGAZZI

6 OTT. 2026
3 NOV. 2026

LA DANZA MOVIMENTOTERAPIA (DMT) È UNA DISCIPLINA DELLE ARTI TERAPIE CHE SI BASA SULLA PROFONDA CONNESSIONE TRA SCHEMI CORPOREI-POSTURALI, E SCHEMI MENTALI- STATI D'ANIMO.
STIMOLANDO LA CREATIVITÀ DEL MOVIMENTO, PUNTA A FAVORIRE L'INTEGRAZIONE FISICA, EMOTIVA E COGNITIVA DELLA PERSONA. L'INCONTRO INTRODUCE UN PERCORSO DI CRESCITA UMANA INCLUSIVO E SOCIALIZZANTE APERTO A TUTTI, UOMINI E DONNE DAI 20 ANNI IN SU. NON SERVE "SAPER BALLARE", MA ASCOLTARSI E LASCIARSI GUIDARE CON FIDUCIA DALL'INNATA CAPACITÀ ESPRESSIVA DEL CORPO.

ANNAMARIA PITTARI

BURRACO

PER ADULTI E RAGAZZI

TUTTI I VENERDÌ
INIZIO 2 OTT. 2026

UNISCITI A QUESTO CORSO PENSATO PER CHI VUOLE AVVICINARSI AL BURRACO, IL GIOCO DI CARTE CHE UNISCE STRATEGIA, MEMORIA E DIVERTIMENTO. PER I PRINCIPIANTI LE PRIME LEZIONI SARANNO DEDICATE ALLA SPIEGAZIONE CHIARA E COMPLETA DELLE REGOLE: DALLA DISTRIBUZIONE DELLE CARTE ALLE COMBINAZIONI VINCENTI, FINO ALLA GESTIONE DEL POZZETTO E DEL PUNTEGGIO. POI SI PASSA ALLA PRATICA, CON PARTITE GUIDATE E CONSIGLI UTILI PER AFFINARE TECNICA E SPIRITO DI GIOCO.

PERFETTO PER PRINCIPIANTI E CURIOSI: IL BURRACO NON È SOLO UN PASSATEMPO, È UN MODO PER STARE INSIEME E ALLENARE LA MENTE CON IL SORRISO.

GIANCARLO TRESOLDI

MINDFULNESS

3 INCONTRI

PER ADULTI E RAGAZZI

14, 21, 28 OTT. 2026

COME NEGLI ANNI PRECEDENTI ESPLOREREMO CON DIVERSE MODALITÀ CREATIVE LA MERAVIGLIOSA PRATICA DELLA MINDFULNESS IN 3 INCONTRI DELLA DURATA DI UN'ORA E MEZZA CIASCUNO. ATTRAVERSO PRATICHE GUIDATE DI GRUPPO, ESERCIZI E SPIEGAZIONI TEORICHE CI CONCENTREREMO SULLA CONSAPEVOLEZZA DEL RESPIRO NEL MOMENTO PRESENTE PER ARRIVARE A POTER INTEGRARE QUESTA PRATICA NELLA PROPRIA VITA QUOTIDIANA. SI CONSIGLIA UN ABBIGLIAMENTO COMODO.

DORIANA CUGNO

RESPIRA, ALLUNGA E CAMMINA

PISTA DI ATLETICA

PER ADULTI E RAGAZZI

TUTTI I LUNEDÌ E MERCOLEDÌ
INIZIO NOV. 2026

UN PERCORSO DI BENESSERE E CONSAPEVOLEZZA L'ATTIVITÀ È RIVOLTA A CHI DESIDERA AVVICINARSI AL MOVIMENTO IN MODO ATTENTO E GRADUALE, CON L'OBIETTIVO DI MIGLIORARE POSTURA, RESISTENZA E SALUTE GENERALE. IL TUTTO SI SVOLGE IN UN AMBIENTE ACCOGLIENTE, STIMOLANTE E PENSATO PER FAVORIRE LA MOTIVAZIONE PERSONALE.
IL CORSO PRENDE AVVIO CON UN BREVE RISCALDAMENTO **PRESSO LA PISTA D'ATLETICA**, DOVE SI PROSEGUIRÀ CON ESERCIZI MIRATI E ATTIVITÀ DINAMICHE.

WILMA DEDÉ

FIGHT DO

ALLENAMENTO FITNESS DI COMBATTIMENTO

PER ADULTI E RAGAZZI

TUTTI I MARTEDÌ

LIVELLO 1: ORE 21:00 - 22:30

TUTTI I GIOVEDÌ

BASE: ORE 14:00 - 15:30

INIZIO 6 OTT. 2026

UN PROGRAMMA DI FITNESS DINAMICO E ACCESSIBILE A TUTTE LE ETÀ, CHE COMBINA BOXE, KICKBOXING, MUAY THAI, PARATE E MOVIMENTI DELLE ARTI MARZIALI, IL TUTTO ACCOMPAGNATO DALLA MUSICA PER RENDERE L'ALLENAMENTO COINVOLGENTE E DIVERTENTE.
LA LEZIONE STANDARD È STRUTTURATA IN 9 BLOCCHI: RISCALDAMENTO, BOXE, MUAY THAI, CALCI, COMBATTIMENTO, SUPER BOXE, MUAY THAI, ESERCIZI ADDOMINALI E STRETCHING.
I PARTECIPANTI SONO INVITATI A **PORTARE ACQUA, ASCIUGAMANO, SCARPE DA ALLENAMENTO E, SE POSSIBILE, UN TAPPETINO.**
PER FAVORIRE UN AVVICINAMENTO GRADUALE, IL CORSO É CALMIERATO IN BASE AI PARTECIPANTI.

RUTH LEIVA NÚÑEZ

LABORATORIO *MARTEDÌ: ORE 9:00 - 13:00*

CAKE DESIGN
L'ARTE DELLA DECORAZIONE

PER ADULTI E RAGAZZI

SECONDO E QUARTO MARTEDÌ DEL MESE
INIZIO 13 OTT. 2026

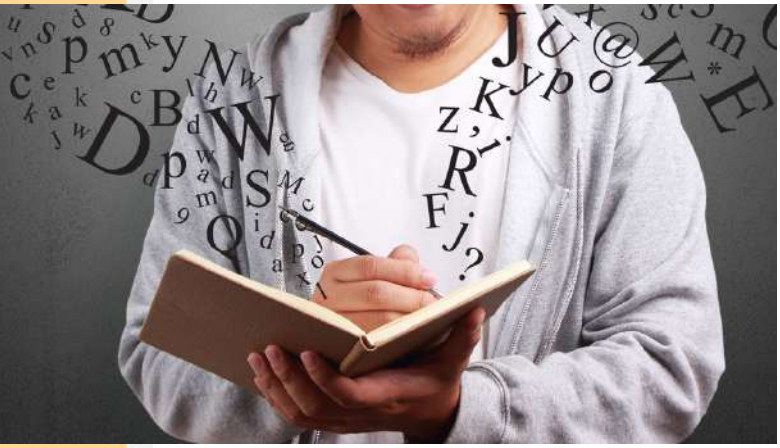
IL CORSO DI CAKE DESIGN INTRODUCE I PARTECIPANTI AL MONDO DELLA PASTA DI ZUCCHERO E DELLE DECORAZIONI ARTISTICHE. ATTRAVERSO ESERCITAZIONI PRATICHE E DIMOSTRAZIONI GUIDATE SI APPRENDONO LE TECNICHE FONDAMENTALI PER CREARE COMPOSIZIONI ELEGANTI E ORIGINALI, SVILUPPANDO MANUALITÀ, PRECISIONE E FANTASIA. IL LABORATORIO È PENSATO PER CHI DESIDERA AVVICINARSI CON CREATIVITÀ ALL'ARTE DELLA DECORAZIONE, TRASFORMANDO DOLCI E TORTE IN PICCOLE OPERE D'ARTE. IL CORSO PREVEDE LA DOTAZIONE DI MATERIALI CONSUMABILI DI BASE; ALTRI STRUMENTI O MATERIALI SPECIFICI, SE DESIDERATI, SARANNO A CARICO DEI PARTECIPANTI.

PATRIZIA MANCUSO

LABORATORIO *ORARIO ANCORA DA DEFINIRE*

LETTURA ESPRESSIVA

PAROLE VIVE



PER ADULTI E RAGAZZI

IN 5 INCONTRI A CADENZA SETTIMANALE DA 2 ORE - ANNO 2027

DATE ANCORA DA DEFINIRE

IL LABORATORIO “PAROLE VIVE” GUIDA I PARTECIPANTI ALLA SCOPERTA DELLA PROPRIA VOCE, SVILUPPANDO CONSAPEVOLEZZA ESPRESSIVA E SICUREZZA NELLA LETTURA AD ALTA VOCE. IN CINQUE INCONTRI SETTIMANALI, ATTRAVERSO ESERCIZI DI RESPIRAZIONE, ARTICOLAZIONE E RITMO, SI ESPLORANO INTENZIONI, COLORI VOCALI ED EMOZIONI, FINO ALLA CREAZIONE DI PERSONAGGI E PUNTI DI VISTA DIFFERENTI. IL PERCORSO ALTERNA PRATICHE CORPOREE, LETTURE INDIVIDUALI E DI GRUPPO, MOMENTI CREATIVI E FEEDBACK COSTRUTTIVI. L’ULTIMO INCONTRO PREVEDE UNA BREVE PERFORMANCE FINALE. IL LABORATORIO FAVORISCE UNA VOCE PIÙ MODULATA, UNA PRESENZA SCENICA STABILE E IL PIACERE DELLA LETTURA CONDIVISA.

LAURA CARROCCIO

LABORATORIO *MERCOLEDÌ: ORE 15:00 - 18:00*

PITTURA AD OLIO

ESPRIMERE EMOZIONI ATTRAVERSO IL COLORE

PER ADULTI E RAGAZZI

TUTTI I MERCOLEDÌ
INIZIO 7 OTT. 2026

*INAUGURAZIONE MOSTRA **4 OTT.***
CON PRESENTAZIONE DELL'ARTISTA

UN PERCORSO PRATICO E STIMOLANTE CHE INTRODUCE ALLA PITTURA AD OLIO COME LINGUAGGIO PERSONALE.
I PARTECIPANTI IMPARANO AD OSSERVARE E INTERPRETARE LA REALTÀ ATTRAVERSO IL COLORE, TRASFORMANDO EMOZIONI E INTUIZIONI IN IMMAGINI.
NON È UN CORSO TEORICO, MA UN LABORATORIO APERTO ALLA LIBERTÀ CREATIVA, DOVE LA TECNICA DIVENTA STRUMENTO PER ESPRIMERE SÉ STESSI CON NATURALEZZA E PASSIONE.
IL MATERIALE NECESSARIO È A CARICO DEL PARTECIPANTE, CHE POTRÀ COSÌ UTILIZZARE CIÒ CHE PREFERISCE PER LAVORARE IN PIENA LIBERTÀ.

LUISA BERTOLA

FALEGNAMERIA

LA PASSIONE DEL CREARE CON LE MANI

GRATUITO

PER ADULTI E RAGAZZI

SALA 3

SCUOLE MEDIE

ISCRIZIONE ALBO VOLONTARI OBBLIGATORIO

UN LABORATORIO PRATICO E GRATUITO CHE INTRODUCE ALLA FALEGNAMERIA COME DONO ALLA COMUNITÀ. IL LEGNO DIVENTA MATERIA VIVA DA ASCOLTARE, TRASFORMANDO IDEE E MANUALITÀ IN PICCOLI LAVORI UTILI PER IL DECORO URBANO: PANNELLI, STRUTTURE LEGGERE, ELEMENTI PER LE FESTE DEL PAESE E PER LE NECESSITÀ DELLE ASSOCIAZIONI... GUIDATI DA UN DOCENTE ESPERTO, I PARTECIPANTI IMPARANO A USARE GLI STRUMENTI IN SICUREZZA E COSTRUIRE OGGETTI CHE PARLANO DI CURA E APPARTENENZA. NON È UN CORSO TEORICO, MA UNO SPAZIO DOVE LA TECNICA SOSTIENE LA CREATIVITÀ E IL PIACERE DEL FARE INSIEME.

i Rundanee de Vignà

WALTER BIFFI

TOPDECK nasce dalla passione di quattro ragazzi di 27 anni per i videogiochi, i giochi di carte collezionabili e il gioco in tutte le sue forme. Quello che è iniziato come una passione comune è diventato un progetto con un obiettivo preciso: creare uno spazio di aggregazione dove giocare, divertirsi e incontrare nuove persone, offrendo a tutti la possibilità di sentirsi parte di una comunità.

Ogni settimana i ragazzi di TOPDECK organizzano tornei, attività e momenti di gioco libero per ragazzi e appassionati di tutte le età. Giochi di carte collezionabili, videogiochi e giochi da tavolo diventano così un'occasione per **stare insieme, conoscere nuove persone e condividere una passione, in un ambiente inclusivo, informale e alla portata di tutti.**

Per i fondatori, infatti, il gioco è molto più di un semplice passatempo: è un modo per fare gruppo, creare relazioni e mettere in contatto persone accomunate dagli stessi interessi. TOPDECK nasce proprio dalla volontà di **promuovere un modo di giocare sano e stimolante**, in cui anche la competizione possa essere vissuta come un'opportunità per divertirsi, confrontarsi e socializzare.

INGRESSO LIBERO

Alessandro, Andrea, Francesco e Gianvito

I fondatori di TOPDECK

Alessandro

Grande appassionato di videogiochi e giochi di carte collezionabili, è guidato dal piacere per la sfida e dalla voglia di creare nuove connessioni attraverso il gioco. Insieme agli altri fondatori ha dato vita a TOPDECK con l'obiettivo di promuovere un modo di giocare sano, stimolante e capace soprattutto di unire le persone attorno a una passione condivisa.

Andrea

Ha sempre vissuto il mondo dei giochi di carte e dei videogiochi come un modo naturale per fare gruppo e condividere esperienze. Da questa convinzione nasce TOPDECK, pensato come un punto di riferimento per chi cerca eventi a tema, tornei e serate in cui incontrarsi dal vivo e giocare insieme. Un ambiente senza formalità, dove contano la compagnia, la passione e il piacere di stare al tavolo con gli altri.

Francesco

La passione di Francesco per il gioco nasce fin dall'infanzia e comprende diverse forme di intrattenimento, con una particolare predilezione per i videogiochi e i giochi di carte collezionabili. Da poco meno di un anno, insieme agli altri tre fondatori, ha trasformato questa passione in TOPDECK: un luogo dove chiunque possa trovare uno spazio e per giocare liberamente ai propri giochi preferiti e condividere la propria passione con gli altri.

Gianvito

Per lui il gioco è sempre stato parte della sua vita: dai videogiochi dell'infanzia fino ai giochi di carte collezionabili. La nascita di TOPDECK è stata quindi il naturale passo successivo di questa passione, con la volontà di creare quel luogo di aggregazione che sentiva mancare, diventando un punto di riferimento per i giovani appassionati di Vignate e dei comuni limitrofi.

ASSOCIAZIONI

LIBERA ASSOCIAZIONE GENITORI

Compiti in LAG – Sostegno scolastico a Vignate - Sede Lag
Un paio d'ore del tuo tempo possono fare la differenza! Il progetto LAG offre sostegno nei compiti agli alunni di quarta e quinta primaria, aiutandoli a sviluppare un metodo di studio efficace. Le attività si svolgono presso la sede LAG, in via Roma 13, il **mercoledì e venerdì dalle 16.30 alle 18.30**, da ottobre a maggio. Possono partecipare studenti delle scuole superiori, universitari, adulti, ex insegnanti e pensionati. Per gli studenti che partecipano al progetto è prevista la certificazione delle ore di volontariato, utile per ottenere crediti formativi scolastici.

Contattaci: lagvignate@gmail.com
Seguici: @lagvignateaps

SERATE DI GIOCHI

#FORUMGIOVANI

Serate di incontri – tutti i giovedì ore 21:00 - Polifunzionale
Attraverso le proprie attività, TOPDECK vuole contribuire a creare nuove occasioni di incontro e socializzazione sul territorio, avvicinando persone di età ed esperienze diverse attraverso un linguaggio semplice e universale: il gioco. L'obiettivo è costruire una realtà aperta a tutti, dove un torneo può diventare l'occasione per fare una nuova amicizia, una partita può trasformarsi in una serata insieme e una passione personale può diventare qualcosa da condividere con una comunità.

Contattaci: topdeckmi@gmail.com
Seguici: @topdeck_milano

ASSOCIAZIONI

CINEFORUM

INGRESSO GRATUITO CON PRENOTAZIONE OBBLIGATORIA

Associazione culturale Traguardi

Un'occasione per vivere il cinema in compagnia, tra cultura e condivisione, verranno affrontati tanti temi, attraverso film capaci di aprire sguardi, emozioni e riflessioni.

prossimi appuntamenti: **Auditoriun ore 20:30**
28 settembre, 19 ottobre, 16 novembre, 30 novembre,
21 dicembre, 11 gennaio, 1 febbraio, 22 febbraio,
15 marzo, 5 aprile, 26 aprile, 17 maggio 2027

Contattaci: actraguardi@gmail.com
Seguici: www.actraguardi.it

GRUPPO ANTIVIOLENZA VIGNATE

Serate di incontri – ogni 2° lunedì del mese ore 21:00 - Polifunzionale

Le volontarie del gruppo Antiviolenza Vignate si incontrano per condividere idee, organizzare iniziative e sviluppare progetti concreti a sostegno del territorio. È un momento di confronto aperto, dove ogni voce conta e ogni proposta può fare la differenza. Tutti sono invitati a partecipare: insieme possiamo costruire una comunità più consapevole, solidale e libera dalla violenza.

Se hai bisogno di aiuto chiama il **1522** attivo h24
o **Rete V.I.O.L.A.** al numero: **393 1667083**

Contattaci: gruppoantiviolenzavignate@gmail.com
Seguici: @gruppo_antiviolenza_vignate

UNIVERSITÀ DEL TEMPO LIBERO DI VIGNATE

Programma Corsi & Attività — A.A. 2026/2027

Guida completa ai corsi di Cultura, Sociale, Benessere e Laboratori

SEDE DEI CORSI
Centro Polifunzionale
Via Roma, 23

ISCRIZIONI
dal 1° ottobre 2026
al 30 novembre 2026

CONTATTI
Tel: 02 - 95080815
Email: volontariutl@googlegroups.com

AREA CULTURA

CORSO / EVENTO	DESCRIZIONE / ARGOMENTO	GIORNO E ORA	DOCENTE
Francesco d'Assisi	L'uomo oltre il mito in occasione degli 800 anni dalla morte	Sabato 16:00-18:00 (3 Ott. 2026)	Flavio Leone
Filosofia 1	Il senso della vita: dalle origini dell'Homo Sapiens all'esistenzialismo	Giovedì 16:00-18:00 (8, 22 Ott / 5, 19 Nov / 3, 17 Dic)	Flavio Leone
Filosofia 2	L'Odissea dell'uomo: dal mito di Ulisse alla difesa del nostro pianeta	Giovedì 16:00-18:00 (7, 28 Gen / 18 Feb / 11 Mar / 1, 22 Apr / 13 Mag / 3 Giu)	Flavio Leone
Dante	La riscoperta di sé e del destino: viaggio dal Purgatorio al Paradiso	Martedì 17:00-18:30 (Quindicinale Ott 2026 - Mag 2027)	Carla Raspagni
Magia dei Numeri	Viaggio tra curiosità, schemi e paradossi della matematica	Lunedì 18:30-20:00 (11, 25 Gen / 12, 26 Feb / 12 Mar)	Diego Talucci
Astronomia	I misteri dell'Universo e osservazione del cielo	Sabato 17:00-18:30 (24 Ott. 2026)	Santi Epasto
Lettura di Poesie	Poesie dedicate alle Donne	Sabato 16:00-17:30 (6 Mar. 2027)	Santi Epasto
Le Sagre di S. Giuseppe	Tradizioni popolari, riti e usanze culinarie	Sabato 16:00-17:30 (20 Mar. 2027)	Santi Epasto
Il Calendario	Dalle Calendae a Internet	Martedì 17:00-18:30 (13, 27 Ott. 2026)	Giorgio Rugarli
Fondamenti del Tango	Corso teorico su storia, cultura e codici del tango	Martedì 17:00-18:30 (10, 24 Nov. 2026)	Giorgio Rugarli
Password	Come ricordarsele (Base e Avanzato)	Mercoledì 21:00-22:30 (2 Dic. Base, 16 Dic. Avanzato)	Giorgio Rugarli
Un'Emergenza	Come renderla tranquilla	Martedì 17:00-18:30 (19 Gen / 2 Feb 2027)	Giorgio Rugarli
Guidare	Con le dovute accortezze	Martedì 17:00-18:30 (23 Feb. 2027)	Giorgio Rugarli
Nice et la Côte d'Azur	Viaggio culturale in francese (con replica in italiano)	Martedì 17:00-18:30 (20 Apr. 2027)	Giorgio Rugarli
Donne del Risorgimento	La presenza femminile nel processo storico	Lunedì 17:00-18:30 (9, 23 Nov. 2026)	Cristina Patanè
Verdi e il suo tempo	Un uomo tutto tondo	Mercoledì 20:30-21:30 (27 gen. 24 Feb. 31 Marzo 2027)	Paolo Vaglieri
Giacomo Leopardi	Le notti di Leopardi	Mercoledì 17:00-18:00 (15, 22 feb. 2027)	B. A. Pontoriero

AREA SOCIALE

CORSO / EVENTO	DESCRIZIONE / ARGOMENTO	GIORNO E ORA	DOCENTE
Scuola di Italiano	Livello Base e Livello 1 (Corso gratuito)	Ogni mercoledì (dal 5 Ott) Base: 14:00 | Liv 1: 15:00	Miriam Tagliani
Emancipazione della Donna	Nella società italiana dal secondo dopoguerra a oggi	Lunedì 17:00-18:00 (2, 16 Nov. 2026)	M. C. Iovinella

AREA BENESSERE

CORSO / EVENTO	DESCRIZIONE / ARGOMENTO	GIORNO E ORA	DOCENTE
Aromacosmesi	Crea i tuoi cosmetici naturali	Lunedì 17:00-18:00 (12 Ott. 2026)	B. A. Pontoriero
Angeli	Incontrare gli Angeli	Lunedì 17:00-18:00 (19 Ott. 2026)	B. A. Pontoriero
Danza Movimentoterapia	Integrazione fisica, emotiva e cognitiva tramite movimento	Martedì 20:00-21:00 (6 Ott / 3 Nov 2026)	Annamaria Pittari
Burraco	Gioco di carte tra strategia e divertimento	Ogni venerdì 15:00-17:00 (dal 2 Ott. 2026)	G. Tresoldi
Mindfulness	Consapevolezza del respiro e gestione dello stress	Mercoledì 20:15-21:45 (14, 21, 28 Ott. 2026)	Doriana Cugno
Respira, Allunga e Cammina	Attività motoria e postura in pista d'atletica	Lunedì e Mercoledì 20:00-21:00 (dal 5 Ott)	Wilma Dedé
Fight DO	Fitness di combattimento	Mar 21:00 (Liv. 1) Gio 14:00 (Base) (dal 6 Ott)	Ruth Leiva Núñez

AREA LABORATORI

CORSO / EVENTO	DESCRIZIONE / ARGOMENTO	GIORNO E ORA	DOCENTE
Cake Design	L'arte della decorazione con pasta di zucchero	2° e 4° martedì del mese 9:00-13:00 (dal 13 Ott)	Patrizia Mancuso
Lettura Espressiva	Parole Vive (5 lezioni da 2 ore)	Orario e date da definire (Anno 2027)	L. Carroccio
Pittura ad Olio	Esprimere emozioni attraverso il colore	Ogni mercoledì 15:00-18:00 (dal 7 Ott)	Luisa Bertola
Falegnameria	La passione del creare con le mani	Orario da definire	Walter

FORUM GIOVANI & APPUNTAMENTI

INGRESSO LIBERO

CORSO / EVENTO	DESCRIZIONE / ARGOMENTO	GIORNO E ORA	PROMOTORE
Doposcuola	Sostegno scolastico a Vignate	tutti i mercoledì e venerdì dalle 16.30 alle 18.30	Ass. LAG
Cultura e tempo libero	Serate giochi da tavolo, carte collezionabili e videogiochi	Tutti i giovedì 21:00-01:00	Ass. Topdeck
Cineforum	Incontri di cinema e cultura	Programmazione mensile su prenotazione	Ass. Traguardi
Sociale Antiviolenza	Serate di incontro, sensibilizzazione e sviluppo progetti	Ogni 2° lunedì del mese (ore 21:00)	Gruppo Antiviolenza

UTL 2026/27

ISCRIZIONE

UTL: CONOSCERE, CRESCERE, CONDIVIDERE

UTL - Dove la cultura incontra la comunità
La partecipazione è aperta a tutti, ma l'iscrizione è obbligatoria. È possibile iscriversi on-line, presso la segreteria UTL (dal 1 al 9 ottobre) nei orari predefiniti o chiedendo info in comune.

MODALITÀ DI PARTECIPAZIONE L'iscrizione ai corsi è riservata ai soci dell'Università del Tempo Libero. La quota associativa annuale comprende la frequenza a tutti i corsi in programmazione e la copertura assicurativa.

NOTE & INFORMAZIONI I corsi saranno attivati al raggiungimento del numero minimo di iscritti. Il calendario definitivo e le eventuali variazioni verranno comunicati attraverso il canale ufficiali UTL. (QR-Code in basso)
Qualora un corso non venisse attivato o fosse annullato, gli iscritti potranno scegliere un'altra proposta tra quelle disponibili , **non è previsto alcun rimborso della quota versata.**

Partecipare ai corsi dell'UTL è un investimento nella propria crescita personale e nella vita collettiva del territorio. Versando una quota simbolica, ogni partecipante accede a un mondo di conoscenza, incontri e stimoli: l'iscrizione annuale consente di frequentare tutti i corsi.

Crediamo nell'educazione intergenerazionale: per questo i giovani fino ai 26 anni partecipano gratuitamente, perché la cultura non deve avere barriere.

iscriviti al nostro canale whatsapp
Inquadra il QR-code e resta aggiornato su tutte le proposte!

UTL 2026/27

ISCRIZIONE

UTL: CONOSCERE, CRESCERE, CONDIVIDERE

PROCEDURA D'ISCRIZIONE

Effettua l'iscrizione seguendo questi semplici passaggi:

1. Inquadra il **QR-code** in basso oppure accedi al sito del Comune: **comune.vignate.mi.it/servizio/corsi-per-il-tempo-libero**

2. All'interno del portale pagoPA, seleziona l'area tematica "Cultura/Sport" per visualizzare le opzioni disponibili.

3. Seleziona la voce "UTL – Università del Tempo Libero" e scegli la tipologia di pagamento che desideri effettuare tra le opzioni:
- Iscrizione anno accademico (singolo partecipante): € 50,00
- Iscrizione anno accademico (coppia): € 90,00
- Pacchetto di 3 lezioni anche su diversi programmi: € 10,00

4. Effettua il pagamento tramite pagoPA seguendo le istruzioni fornite dal sistema.

5. Una volta effettuato il pagamento, scarica e conserva la ricevuta.

6. Seleziona tutti i corsi che ti piacerebbe frequentare.. potrai aggiungerne altri anche in seguito attraverso la tua registrazione.

Iscrizioni aperte dal 1 ott. 2026:
Inquadra il QR-code e procedi direttamente all'iscrizione

UTL 2026/27

GRAZIE!

ASSOCIAZIONI, SPONSOR E PARTNER DEL PROGETTO

Diventa parte di UTL anche tu

Diventa volontario o sponsor e contribuisci a far crescere un progetto che vive grazie alle persone. Grazie alle associazioni partner che, con professionalità, impegno e continuità, hanno sostenuto il progetto UTL 2026/27: il loro contributo è stato determinante per costruire uno spazio formativo aperto, inclusivo e orientato alla crescita della comunità.

La cittadinanza attiva nasce dal dialogo, dalla collaborazione e dalla condivisione di idee. Invitiamo tutti a partecipare, proporre iniziative e portare competenze e visioni: ogni proposta è un valore aggiunto e può diventare motore di cambiamento. Insieme, continuiamo a promuovere cultura, solidarietà e partecipazione.

Per informazioni e proposte: **Mauro Capelli (coordinatore volontari UTL)**
Contattaci: **volontariutl@googlegroups.com**

TRAGUARDI ASSOCIAZIONE CULTURALE ODV

LIONS INTERNATIONAL

Libera Associazione Genitori "Patrizia Sala"

GRUPPO ANTIVIOLENZA VIGNATE

ESCOL CCC CC C ASSOCIAZIONE

NUOVE PROSPETTIVE APS

ASSO VIZZINI

TOPDECK

i Rundanee de Vignà

stampato da **GruppoMachiGraf,** a cui va il nostro più sincero ringraziamento per il prezioso contributo che ha reso possibile una diffusione dell'UTL ancora più ampia, capillare e accessibile a tutta la comunità.

GMG GruppoMachiGraf srl

STAMPA DIGITALE

Via del Lavoro 43 - Vignate (MI)

grafica@gruppomachigraf.com

02 95360833