

**UNIVERSITA' DELLA TERZA ETA'
"PAOLO NALIATO"
SEZIONE DI CERVIGNANO
via Zorutti, 6
aderente alla
FEDERUNI**
(Federazione Italiana fra le Università della Terza Età)

24° anno di attività

LOGO

**CORSI E PROGRAMMI
DELL'ANNO ACCADEMICO
2011/2012**

Dedicato a Mariucci Palu' e Pino Breganti

**UNIVERSITA' DELLA TERZA ETA'
"PAOLO NALIATO"
SEZIONE DI CERVIGNANO
via Zorutti, 6**

ASSOCIAZIONE DI PROMOZIONE
SOCIALE E CULTURALE
Iscritta al n. 265 del Registro Regionale
delle A. P. S.

Sede di Cervignano del Fr.(UD) : Via Zorutti, 6
Tel. 043134477 – Fax 0431886589
sito internet : www.cervignano.net/ute
E-mail: utecervignano@alice.it

Sede Centrale Udine : Viale Ungheria, 22
Tel. 0432508042 – Fax 0432289449
sito internet: www.utepaolonalciato.org
E-mail: ute@paolonalciato.org

Codice Fiscale 94008700307

**CORSI E PROGRAMMI
DELL'ANNO ACCADEMICO
2011/2012**

UNIVERSITA' DELLA TERZA ETA' "Paolo Naliato"
SEZIONE DI CERVIGNANO

Anno di avviamento: 1988

Direttivo: Carla Aita Ferrari
Renata Cormones Crisafulli
Irina Coretti Lorenzutti
Mario Di Rubbio
Mariano Forcieri
Franca Santorio D'Urso
Nella Zanella Perazzoni

Coordinatrice: Franca Santorio D'Urso

Ufficio di Segreteria: Maria Teresa Ballarin Gasparutti
Maria Pia Dani Gratton
Carla Olivo

Segretario amministrativo: Mariano Forcieri

Segretario contabile: Mario Di Rubbio

INFORMAZIONI GENERALI

Segreteria

Sede: Cervignano del Friuli (UD) via Zorutti, 6

Orario: martedì e giovedì dalle ore 10.00 alle ore 12.00

Tel.: 0431 34477 - Fax: 0431 886589

Sito internet: www.cervignano.net/ute

E-mail: utecervignano@alice.it

Iscrizioni

Si svolgeranno presso la Sala Parrocchiale (a lato del Duomo) piazzale Monsignor Luigi Cocco.

Dal 12 al 16 settembre 2011 col seguente orario:

lunedì 12 dalle 08.30 – 12.00 e dalle 14.30 - 17.30

martedì 13 dalle 08.30 – 12.00

mercoledì 14 dalle 08.30 – 12.00

giovedì 15 dalle 08.30 – 12.00

venerdì 16 dalle 08.30 – 12.00

N.B. I biglietti elimina code saranno distribuiti a tutti i presenti in modo progressivo a partire dalle ore 07.30 di lunedì 12 settembre 2011. Tale distribuzione continuerà anche nei 3 giorni d'iscrizione successivi dalle 08.30. Ogni corsista potrà individuare la data e l'orario del proprio turno sul biglietto stesso. Ulteriori iscrizioni si terranno ancora in sede nei giorni di martedì 20 e giovedì 22 settembre con l'orario di segreteria. Poi le iscrizioni saranno sospese fino all'inizio dei corsi previsto per il 10 ottobre 2011.

Calendario delle lezioni

Inizio delle lezioni: 10 ottobre 2011 **Conclusione delle lezioni:** 27 aprile 2012

Sospensione delle lezioni: 02 novembre (Commemorazione Defunti)
14 novembre (Fiera di S. Martino)
fine novembre (Inaugurazione Anno Accademico) data definire
dal 23 dicembre 2011 all' 08 gennaio 2012 (Vacanze di Natale)
i giorni 21 e 22 febbraio 2012 (Carnevale e Ceneri)
dal 05 al 09 aprile 2012 compresi (Vacanze di Pasqua).

Le lezioni che si svolgono **presso il Centro Civico** avranno inizio il giorno lunedì 24 ottobre 2011. Saranno poi sospese dal 09 dicembre 2011 e riprenderanno lunedì 09 gennaio 2012.

Per i corsi con durata pari alla durata dell'Anno Accademico non viene data indicazione di inizio e di fine; per i corsi di durata differente viene indicato il relativo calendario sotto ogni corso

N.B. I corsisti sono tenuti ad informarsi spesso presso la Segreteria al fine di essere aggiornati su eventuali modifiche del calendario delle lezioni, sull'andamento dei loro corsi e sulle varie iniziative che l'UTE intraprenderà.

Sede dei Corsi e dei Laboratori

Sede UTE	via Zorutti, 6
Scuola Media G. Randaccio	via Udine, 25
CrediFriuli	piazza Indipendenza, 7
Ricreatorio San Michele	via Mercato, 1
Centro Civico	via Trieste, 35
Palestra " New Dinamic Center" c/o Centro Commerciale Coop	via della Ferrovia Vecchia, 5
AVENAL	via Dogana Vecchia

INTRODUZIONE

E' ormai una nostra consolidata tradizione, in prossimità dell'apertura di un nuovo Anno Accademico, presentare ai corsisti il libretto dei corsi e dei programmi in cui possano trovare raccolte tutte le informazioni utili per conoscere, in forma sufficientemente dettagliata, l'operosa e coinvolgente attività didattica dell' UTE.

Riteniamo, in questo modo, di aiutare gli "allievi" a fare delle scelte più convinte e meditate che agevolino la loro partecipazione ai corsi: un impegno verso se stessi e verso i docenti che, con tanta e gratuita generosità, mettono a disposizione il loro sapere e la loro professionalità.

L' UTE opera sul territorio da 24anni e sempre con successo crescente, avvalorato dal continuo aumento di iscritti, di corsi e di iniziative socio-culturali.

L'apparato organizzativo, di conseguenza, di anno in anno si fa più oneroso ed impegnativo, ma ci sforzeremo di mantenere in questa nostra istituzione lo spirito semplice, amichevole di una grande famiglia; un luogo di ritrovo di cultura e di svago aperto a tutti, nel nome della solidarietà e dell'amicizia reciproca.

A tutti gli iscritti, vecchi e nuovi, auguriamo un sereno, proficuo e gratificabile Anno Accademico 2011/2012.

Il Direttivo Locale

CHE COS'È L'UNIVERSITÀ DELLA TERZA ETÀ

L' UTE è un' associazione di promozione sociale e culturale costituita il 23 novembre 1982 ad iniziativa del dr. Paolo Naliato, primo presidente, ed è iscritta al n. 265 del Registro Regionale delle A. P. S.

Favorisce la più ampia partecipazione delle persone adulte alla vita sociale attraverso la realizzazione di attività culturali e sociali, promuovendo in particolare corsi di diversa natura e problematica sulla linea dell'educazione ricorrente, grazie all'impegno dei Docenti e degli Operatori che prestano la loro collaborazione del tutto gratuitamente.

Il programma dell' UTE mira non solo a migliorare le conoscenze e le competenze dei suoi soci, in prospettiva personale, civica e sociale, ma anche a stimolare comunque la curiosità intellettuale al fine di potersi rimettere sempre in gioco, ricercando il benessere psico-fisico non disgiunto, ove possibile, dal divertimento.

L' UTE è dunque una comunità culturale che favorisce l'aggregazione e l'incontro, dove vengono scambiate esperienze e conoscenze teorico-pratiche a gratificazione di chi insegna e di chi impara.

LA COMMISSIONE EUROPEA HA PROCLAMATO IL 2012 ANNO EUROPEO PER L'INVECCHIAMENTO ATTIVO

ISCRIZIONI

**Dal 12 al 16 settembre 2011 col seguente orario:
lunedì dalle 08.30 alle 12.00 e dalle 14.30 alle 17.30;
da martedì a venerdì dalle 08.30 alle 12.00.**

Modalità

- **I corsi sono suddivisi per aree omogenee.**
- **L'iscrizione a tutti i corsi ed alle altre attività è aperta ai soci di ambo i sessi.**
I soci possono iscriversi a quanti corsi ritengono di poter frequentare.
I corsi saranno attivati con un minimo di 10 iscritti, fatta eccezione per i laboratori, parimenti per ogni corso può essere indicato il numero massimo di frequentanti ammessi, tenuto conto delle norme di sicurezza.
Una volta iscritti ad un corso, il trasferimento ad un altro è possibile solo previa intese con la Segreteria e dietro il versamento di un contributo spese di € 2,00.
- **I corsisti che intendono proseguire la frequenza dei corsi di lingue e di informatica 2, avranno diritto di precedenza d'iscrizione al corso successivo solo nel giorno 12 settembre.**
- **E' possibile scegliere un solo corso di informatica.**
- **Ci si può iscrivere, nell'ambito della stessa lingua straniera, ad un solo corso. Sarà l'insegnante a valutare il livello del corsista, suggerendo eventualmente un cambio di corso.**
- **È opportuno che gli iscritti, a corsi iniziati, si tengano in contatto per informazioni riguardanti le eventuali sospensioni temporanee che possono avvenire per assenze improvvise del docente o per altro contrattempo. La segreteria avvertirà gli iscritti **soltanto** nel caso in cui il corso subisca variazioni di orario o venga soppresso e solo gli iscritti residenti fuori dal Comune di Cervignano.**
- **Si può frequentare un solo corso di attività fisica (escluso il ballo).**
- **Quanto prodotto nei laboratori resta di proprietà dell'allievo, salvo disposizioni organizzative diverse da parte del Consiglio Direttivo. E' comunque tassativamente vietato fare qualunque forma di commercio con oggetti creati o prodotti durante le lezioni e con attrezzature dell'UTE.**

Assistenti ai corsi

All'interno di ciascun corso dovrà essere nominato tra gli iscritti un corsista con funzione di **assistente collaboratore del Docente** e di collegamento con la Segreteria, alla quale si rivolgerà per ogni esigenza. Si pregano i signori Docenti di comunicare alla Segreteria i nominativi degli assistenti con relativo recapito telefonico.

Lezioni

Le lezioni si svolgeranno secondo il calendario-orario indicato sotto ciascun corso; detto orario, tuttavia, potrebbe subire delle variazioni per sopravvenute esigenze diverse. Tutte le lezioni avranno luogo dal lunedì al venerdì principalmente al pomeriggio dalle ore 15.00 alle ore 18.00; solo alcune verranno svolte anche al mattino.

Ogni singola lezione si tiene generalmente una volta alla settimana e dura normalmente un'ora. La durata delle lezioni può variare a seconda delle caratteristiche dei corsi.

N.B. Da quest'anno i corsi pomeridiani inizieranno per esigenze logistiche a partire dalle ore 15.00. Eventuali eccezioni saranno comunicate.

Foto N. 1 Cerimonia di inaugurazione dell'Anno Accademico 2009-2010

Quota Sociale e Contributo spese di funzionamento

- Come deliberato a Udine dall'Assemblea dei Soci del 14 maggio 2010, il corsista si iscrive all'UTE con una quota associativa di euro 10,00 e un contributo spese di funzionamento di euro 50.00, per un totale di euro 60,00.
- Il totale versato non verrà restituito in alcun caso.
- I corsi autogestiti di **Ballo** e di **Andiamo all'Opera** prevedono il versamento di una quota aggiuntiva.
- Le spese per l'acquisto di materiali necessari per la frequenza dei vari corsi sono a carico dei corsisti.

Certificato medico

Si precisa che il certificato medico di idoneità fisica è **obbligatorio** per i seguenti corsi:

- Attività motoria
- Movimento espressivo del corpo
- Tai Ji Quan
- Ginnastica posturale
- Ballo
- Pilates
- Ginnastica dolce.

Tale certificato dovrà essere rilasciato dal medico di fiducia non prima di venti giorni dalla data di inizio dei corsi e assolutamente consegnato al docente all'inizio del corso, **pena l'esclusione dallo stesso**. La conservazione di tutti i dati personali è assoggettata alla normativa sulla relativa tutela; i certificati saranno restituiti solo se richiesti alla fine dell'anno accademico, altrimenti verranno distrutti.

Attività complementari ed integrative

Per integrare ed approfondire gli argomenti di studio sono previste: gite culturali in Italia e/o all'estero, visite guidate a mostre, musei, aziende, ecc., organizzate nell'ambito dei singoli corsi ed autorizzate dal Direttivo, in conformità a quanto previsto in merito dall'apposito regolamento che verrà comunicato ai Docenti.

La Segreteria offrirà l'assistenza tecnica per l'organizzazione.

Assicurazione

Tutta l'attività dell' UTE per docenti e corsisti è coperta da assicurazione per la responsabilità civile (senza limiti di età); l'attività motoria e dei laboratori è altresì coperta da assicurazione contro i rischi di infortuni.

Corsi aperti

Alcuni corsi, chiaramente indicati, sono aperti a tutta la Comunità senza obbligo di iscrizione UTE. Coloro che non essendo iscritti all'UTE e volessero partecipare alle lezioni di tali corsi, sappiano che non potranno fruire della copertura assicurativa prevista per gli iscritti.

Corsi e frequenza

Si informa che i corsi sono tenuti da Insegnanti che offrono il loro tempo e la loro competenza **gratuitamente**, pertanto si raccomanda al corsista di:

- ponderare bene le proprie scelte nell'ambito della rosa dei corsi per ciò che riguarda impegni ed orari;
- frequentare con assiduità i corsi e i laboratori scelti;
- comunicare le proprie assenze alla Segreteria o agli assistenti del corso.

Si ribadisce che tre assenze consecutive, senza giustificato motivo, comporteranno la sostituzione d'ufficio degli assenti con altri iscritti in lista di attesa. Di ciò verrà data comunicazione agli interessati.

Per i corsi di informatica, invece, due assenze consecutive comporteranno la decadenza del corso.

Biblioteca

La sede è provvista di una biblioteca dotata di enciclopedie, dizionari, libri di narrativa, arte, scienza, riviste ed è aperta agli iscritti in orario di segreteria.

Contributi a Sostegno dell' UTE

Si rende noto che è possibile:

- destinare il 5‰ a favore dell' UTE riportando sul modello della dichiarazione dei redditi il numero di codice fiscale dell'Associazione: C.F. 94008700307;
- effettuare una erogazione liberale tramite versamento sul c/c bancario. (rivolgersi alla Segreteria).

Agevolazioni con la tessera dell'Università della Terza Età

In base ad accordi direttamente assunti dal Presidente dell'UTE "Paolo Naliato" si informa che ai soci e ai corsisti 2011-2012 sarà praticato uno sconto, previa esibizione della tessera 2011-2012, presso:

Terme e Spazio salute

Grado piscina termale. Convenzioni riservate alle Associazioni: sconto del 20% su abbonamento piscina invernale e sauna.

Teatri ecc. (biglietti ed abbonamenti stagionali)

Udine

Teatro Nuovo "Giovanni da Udine"

Cervignano

Teatro "Pasolini"

Teatro "Sala Aurora" Ricreatorio San Michele

Grado

Auditorium "Biagio Marin".

Acquisti

Udine

Libreria Friuli, Largo dei Pecile

negozio "Elisa Cesselli" piazza Venerio

negozio "Mega Inter Sport" Città Fiera Torreato di Martignacco (10% di sconto)

Cervignano

Nuova Ottica di Barberi Paolo, via Garibaldi, 17 (sconto del 15%)

Libreria Mariuz, via Roma, 48 (sconto del 10 %)

De Marchi-Belle Arti, via Garibaldi, 48 (sconto del 10%)

New Dynamic Center c/o Centro Commerciale Coop Cervignano: iscrizioni ai corsi di attività motoria con una quota mensile di 45,00 euro anziché 60,00 euro. E' obbligatoria l' iscrizione annuale.

Iscriversi ai corsi è una libera scelta di ciascun socio, ma è anche un impegno verso se stessi e verso i docenti.

Iscriversi è un diritto che comporta il dovere morale di partecipazione.

Evitiamo che, a causa di iscrizioni poco convinte e meditate, siano esclusi dai corsi coloro che intendono seguirli nel modo più assiduo e proficuo.

CORSI PREVISTI PER L'ANNO ACCADEMICO 2011/2012

SOMMARIO

AREA MEDICA – biologica E dell'educazione alla salute ed espressivita' corporea	14
1. Star bene ad ogni età: corretti stili di vita (corso breve)	14
2. Aprirsi all'ascolto	14
3. Riflessologia Plantare Orientale (corso breve max 14 persone)	14
4. Movimento Espressivo del Corpo-metodo Rio Abierto (max 25 persone).....	14
5. Attività Motoria (max 60 persone).....	14
6. Corso di Tai Ji Quan (max 15 persone)	15
7. Ginnastica posturale contro le algie vertebrali (max 20 persone)	15
8. Ginnastica Dolce "A" (max 20 persone).....	15
9. Ginnastica Dolce "B" (max 20 persone)	15
10. Pilates "A" (max 20 persone)	15
11. Pilates "B" (max 20 persone)	15
AREA UMANISTICA	15
12. Lectura Dantis: Il Purgatorio	15
13. I classici della filosofia antica e moderna	15
14. Storia della Chiesa.....	16
15. Gesù nella cultura contemporanea	16
16. Il secolo breve raccontato dal cinema (1914-1989)	16
17. Il cinema espressione dei tempi.....	16
18. L'Italia e le sue donne dal 1980 al 2000 (corso breve)	16
19. Incontro con 4 grandi poeti del novecento.....	16
20. Itinerari teatrali (max 20 persone)	16
21. Laboratorio della memoria	16
22. Incontri con l'arte (corso breve)	17
AREA DELLE LINGUE.....	17
23. Lingua Italiana, parliamone insieme	17
24. Francese 3	17
25. Francese – Conversazione e Letteratura Francese	17
26. Inglese Elementare.....	17
27. Inglese di Base	17
28. Inglese 3° anno	17
29. Inglese 4° anno	18
30. Inglese 3° anno	18
31. Inglese conversazione e lettura	18
32. Tedesco 2° anno	18
33. Spagnolo 3° anno.....	18
34. Spagnolo conversazione	18
35. Lingua Russa	18
AREA DELLA CONOSCENZA DEL FRIULI V. G. E DI ALTRI PAESI	19
36. Ancora sul Friuli Venezia Giulia (e dintorni)	19
37. Viaggiare per conoscere	19
AREA TECNICO-SCIENTIFICA , GIURIDICA E DELL'EDUCAZIONE CIVICA	19
38. Capire il diritto.....	19
39. Quattro " A" : Alimentazione –Agricoltura – Ambiente e "Altro"	19
40. L'Astronomia (corso breve)	19
41. Il puzzle natura	19
AREA DELLA CULTURA MUSICALE.....	20
42. Il piacere di cantare in coro.....	20
43. Tecnica strumentale d'insieme.....	20
44. Nel mondo della musica (corso breve)	20
AREA INFORMATICA (MAX 10 PERSONE E 10 LEZIONI PER CORSO)	20
45. Laboratorio di informatica di base 1 (corso breve)	20

46. Laboratorio di informatica di approfondimento 2 (corso breve)	20
47. Laboratorio di informatica 2 (corso breve)	20
48. Laboratorio di informatica: power point (corso breve)	21
49. Laboratorio di informatica: internet e le reti (corso breve)	21
AREA DEI LABORATORI E DEL TEMPO LIBERO	21
50. Io disegno 1-come una semplice linea può prendere vita(max 20 pers)	21
51. Io disegno 2-come una semplice linea può prendere vita(max 20 pers)	21
52. Pittura - tutte le tecniche (max 20 persone)	21
53. Pittura tirolese 1° anno (max 12 persone).....	21
54. Artigianato artistico 2° anno (max 15 persone).....	22
55. Laboratorio del cuoio (max 15 persone)	22
56. Panno, lana e fantasia (max 15 persone)	22
57. Nozioni di cucito 6 (max 15 persone)	22
58. Ricamo di base (max 20 persone)	22
59. La maglia dall'A alla Z (max 15 persone)	22
60. Scacchi – avviamento agli scacchi.....	22
61. Fotografia: corso di base (inizio corso: gennaio 2012)	22
AREA DEI CORSI AUTOGESTITI	23
62. Ballo di gruppo (max 40 persone per gruppo).....	23
63. Andiamo all'Opera	23

DOCENTI E PROGRAMMI

AREA MEDICA – BIOLOGICA E DELL'EDUCAZIONE ALLA SALUTE ED ESPRESSIVITA' CORPOREA
--

1. Star bene ad ogni età: corretti stili di vita (corso breve)

- **Docenti:** dott. Luciano Pletti e collaboratori
- **Programma:** Il corso si attua con la collaborazione del Distretto Sanitario di Cervignano su tematiche varie trattate da medici specialisti coordinati dal dottor Luciano Pletti.
Le patologie dell'occhio
Il cervello e la mente: come funziona la centrale operativa del nostro corpo
Le nuove "tossico" dipendenze: il gioco d'azzardo
Respirare bene ad ogni età: prevenire e curare le broncopatie croniche
La prevenzione delle malattie croniche attraverso la corretta alimentazione
Il piede, la postura e la deambulazione
La casa: un posto pericoloso? La prevenzione degli incidenti domestici
Problematiche legate al sovrappeso a cura dell'ANDI (Ass.ne Nazionale Dimagrire Insieme...e non solo)
- **Annotazione:** *Il corso è aperto a tutti.*
- **Sede e orario:** *Centro Civico, lunedì 17.00-18.30; dal 24 ottobre 2011 al 16 gennaio 2012.*

2. Aprirsi all'ascolto

- **Docente:** ins. Daniela Borghesi
- **Programma:** L'opportunità di trovare uno "spazio sicuro" dove poter ascoltare ed essere ascoltati in assenza di giudizio. Un modo per far fronte a diverse problematiche, difficoltà ed esperienze di vita la cui condivisione in gruppo sviluppa solidarietà e sostegno reciproco.
- **Sede e orario:** *Sede UTE, mercoledì 10.00-11.30.*

3. Riflessologia Plantare Orientale (corso breve max 14 persone)

- **Docente:** ins. Marisa Briga
- **Programma:** Corso tecnico-pratico per saper riconoscere le zone riflesse del piede e saperle massaggiare secondo la tecnica cinese; i cinque elementi e lo yin e lo yang.
- **Sede e orario:** *Centro Civico, mercoledì 16.00-18.00; dall'11 gennaio 2012 al 14 marzo 2012 (10 lezioni).*

4. Movimento Espressivo del Corpo-metodo Rio Abierto (max 25 persone)

- **Docente:** ins. Maria Luisa Grech
- **Programma:** Lezioni di movimento del corpo per scaricare le tensioni e le rigidità con l'ausilio della musica. Il movimento è legato alla musica che viene usata durante le lezioni, quindi diverso di volta in volta.
- **Sede e orario:** *Palestra AVENAL, martedì 09.30-10.30.*

5. Attività Motoria (max 60 persone)

- **Docente:** ins. Serena Colausig
- **Programma:** Sviluppo della coordinazione dinamica generale, sviluppo della forza, miglioramento della flessibilità articolare per ottenere un miglioramento estetico/funzionale complessivo.
- **Sede e orario:** *Palestra Scuola Media, lunedì 15.00-16.00;*

6. Corso di Tai Ji Quan (max 15 persone)

- **Docente:** maestro Pierfrancesco D'Urso
- **Programma:** Forma di Tai Ji Quan 24 movimenti, varie forme di Qi Kung (lavoro su energia interna)
- **Annotazione:** L'iscrizione è aperta ai nuovi iscritti. L'abbigliamento consta di scarpette da ginnastica, tuta chiara e leggera, maglietta bianca
- **Sede e orario:** Palestra "New Dynamic Center" c/o Centro Comm.le Coop, mercoledì 10.00-12.00.

7. Ginnastica posturale contro le algie vertebrali (max 20 persone)

- **Docente:** ins. Cristiana Gonnelli
- **Programma:** esercizi di allungamento muscolare, mobilità della colonna vertebrale in toto e segmentaria, potenziamento e tonificazione dei muscoli scheletrici posturali
- **Sede e orario:** Palestra AVENAL, lunedì 11.00-12.00.

8. Ginnastica Dolce "A" (max 20 persone)

- **Docente:** ins. Chiara Lacovig
- **Programma:** esercizi di ginnastica dolce
- **Sede e orario:** "New Dynamic Center" c/o Centro Comm.le Coop, lunedì 15.00-16.00.

9. Ginnastica Dolce "B" (max 20 persone)

- **Docente:** ins. Chiara Lacovig
- **Programma:** esercizi di ginnastica dolce
- **Sede e orario:** "New Dynamic Center" c/o Centro Comm.le Coop, martedì 15.00-16.00.

10. Pilates "A" (max 20 persone)

- **Docente:** ins. Chiara Lacovig
- **Programma:** esercizi motori secondo la teoria di Pilates
- **Sede e orario:** "New Dynamic Center" c/o Centro Comm.le Coop, lunedì 16.00-17.00.

11. Pilates "B" (max 20 persone)

- **Docente:** ins. Chiara Lacovig
- **Programma:** esercizi motori secondo la teoria di Pilates
- **Sede e orario:** "New Dynamic Center" c/o Centro Comm.le Coop, martedì 16.00-17.00.

AREA UMANISTICA

12. Lectura Dantis: Il Purgatorio

- **Docente:** ins. Lorenzo Prearo
- **Programma:** Il Purgatorio
- **Sede e orario:** Centro Civico, lunedì 15.00-16.00.

13. I classici della filosofia antica e moderna

- **Docente:** ins. Lorenzo Prearo
- **Programma:** Cartesio – Kant - Hegel e Schopenhauer
- **Sede e orario:** Centro Civico, lunedì 16.00-17.00.

14. Storia della Chiesa

- **Docente:** ins. Giorgio Mirtella
- **Programma:** - Le radici ebraiche - Il cristianesimo – La Chiesa e l'Impero Romano – Il potere temporale – Espansione e prime eresie – La struttura organizzativa della Chiesa – Le Crociate.
- **Sede e orario:** Scuola Media, mercoledì 16.30-17.30.

15. Gesù nella cultura contemporanea

- **Docente:** ins. Andrea Bellavite
- **Programma:** Incursioni nel mondo della letteratura, delle arti figurative e del cinema: sarà l'occasione per ascoltare, vedere, riflettere e discutere su come viene interpretata oggi una figura che ancora oggi determina la vita dei credenti e affascina anche chi credente non è.
- **Sede e orario:** Centro Civico, giovedì 17.00 – 18.00 dal 03 novembre 2011 a fine marzo 2012.

16. Il secolo breve raccontato dal cinema (1914-1989)

- **Docente:** inss. Oscarre Lepre e Umberto Marafon
- **Programma:** Illustrazione del contesto storico, presentazione e proiezione film
- **Sede e orario:** Scuola Media, lunedì 15.00-17.00.

17. Il cinema espressione dei tempi

- **Docente:** ins. Umberto Marafon
- **Programma:** Appunti di storia del cinema: generi, scuole, registi, attori. Presentazione critico-storica di circa 15 film, suddivisi nelle varie tematiche, proiezione degli stessi e commento critico
- **Sede e orario:** Centro Civico, venerdì 15.00-17.00.

18. L'Italia e le sue donne dal 1980 al 2000 (corso breve)

- **Docente:** ins. Maria Luisa Zoratti
- **Programma:** Storia delle vicende politiche, sociali ed economiche dell'Italia negli ultimi venti anni e le conseguenze sulla vita delle donne.
- **Sede e orario:** Centro Civico, venerdì 15.00-16.00. dal 28 ottobre 2011 al 03 febbraio 2012.

19. Incontro con 4 grandi poeti del novecento

- **Docente:** ins. Gabriella Tonello
- **Programma:** Ungaretti, Montale, Saba, Quasimodo. Sarà tracciato il contesto storico, alcune note biografiche e aspetti caratterizzanti delle loro opere. Per ogni poeta saranno lette e commentate poesie per meglio chiarire contenuti ed aspetti linguistici.
- **Sede e orario:** Centro Civico, martedì 15.00-16.00; dal 25 ottobre 2011.

20. Itinerari teatrali (max 20 persone)

- **Docente:** ins. Tullio Sveltini
- **Programma:** Conversazioni sul teatro – Recensioni teatrali – Teatro al leggio - Allestimento di uno spettacolo.
- **Sede e orario:** Centro Civico, martedì 16.00 – 18.00 dal 25 ottobre 2011.

21. Laboratorio della memoria

- **Docente:** ins. Irina Coretti
- **Programma:** Periodo di guerra: le grandi e le piccole difficoltà quotidiane viste con gli occhi dei bambini e ragazzi di allora.
- **Sede e orario:** Centro Civico, martedì 15.00-16.30 dal 25 ottobre 2011.

22. Incontri con l'arte (corso breve)

- **Docente:** ins. vari
- **Programma:** Incontri monotematici a più voci su aspetti del patrimonio artistico del nostro territorio e non solo. Programma da definire.
- **Annotazione:** *Il corso è aperto a tutti.*
- **Sede e orario:** *Centro Civico, lunedì dalle 17.00 alle 18.30; da gennaio 2012.*

AREA DELLE LINGUE

23. Lingua Italiana, parliamone insieme

- **Docente:** ins. Clara Santorio Cubi
- **Programma:** Ripasso generale di grammatica con particolare insistenza sull'uso corretto del verbo. Ortografia e ortoèpia. Lettura di poesie e brani. Svolgimenti a piacere in poesia e in prosa. Elementi fondamentali di analisi logica.
- **Sede e orario:** *Centro Civico martedì ore 15.00-16.00; dal 25 ottobre 2011 al 10 marzo 2012.*

24. Francese 3

- **Docente:** ins. Mara Clementin
- **Programma:** Approfondimento grammaticale e lessicale. Esercizi di fonetica e di lettura. Brevi conversazioni.
- **Sede e orario:** *Sede UTE mercoledì, 15.00-16.00.*

25. Francese – Conversazione e Letteratura Francese

- **Docente:** ins. Delfina Zavagno
- **Programma:** Lettura, traduzione e commento di un' opera della letteratura francese. Lettura e traduzione di articoli tratti da quotidiani e riviste francesi. Poesie e brevi dettati.
- **Sede e orario:** *Centro Civico, giovedì 15.00-16.30; dal 27 ottobre 2011.*

26. Inglese Elementare

- **Docente:** ins. Maria Vincenza De Cola de Gaetano
- **Programma:** Elementi grammaticali necessari per brevi conversazioni.
- **Sede e orario:** *Centro Civico, martedì 16.00–17.00; dal 25 ottobre 2011.*

27. Inglese di Base

- **Docente:** ins. Fernanda Pecile
- **Programma:** Nozioni di base con spelling, definizione di frase (soggetto, oggetto, complementi) elementi grammaticali. Brevi conversazioni.
- **Sede e orario:** *Sede UTE, mercoledì 16.30–17.30.*

28. Inglese 3° anno

- **Docente:** ins. Alessandra Tortul Brüchner
- **Programma:** Approfondimento grammaticale e ampliamento lessicale funzionali ad un uso pratico e quotidiano della lingua inglese: l'inglese per viaggiare, per utilizzare la rete, per leggere brevi articoli.
- **Sede e orario:** *Centro Civico, venerdì 14.30-16.00 dal 28 ottobre 2011.*

29. Inglese 4° anno

- **Docente:** ins. Alessandra Tortul Brüchner
- **Programma:** Conversazione. I temi saranno offerti dalla lettura di articoli o di testi letterari. Consolidamento di strutture grammaticali. Ampliamento del lessico.
- **Sede e orario:** Centro Civico, lunedì 14.30-16.00 dal 24 ottobre 2011.

30. Inglese 3° anno

- **Docente:** ins. Enrica Auersperg Malorgio
- **Programma:** Ampliamento delle nozioni grammaticali. Verbi regolari ed irregolari, modi e tempi. Esercizi orali e scritti. Brevi letture con relative traduzioni.
- **Sede e orario:** Sede UTE, mercoledì 15.00-16.00; dal 09 novembre 2011.

31. Inglese conversazione e lettura

- **Docente:** ins. Enrica Auersperg Malorgio
- **Programma:** Fonetica, esercizi di comprensione orali e scritti. Letture, traduzioni, commenti delle stesse e riassunti.
- **Sede e orario:** Sede UTE, venerdì 16.00-17.00; dal 04 novembre 2011.

32. Tedesco 2° anno

- **Docente:** ins. Enrica Auersperg Malorgio
- **Programma:** Ampliamento delle strutture grammaticali e lessicali. Esercizi scritti e orali. brevi letture con relative traduzioni.
- **Sede e orario:** Sede UTE, venerdì 15.00-16.00; dal 04 novembre 2011.

33. Spagnolo 3° anno

- **Docente:** ins. Albertina Robertazzi
- **Programma:** Consolidamento di quanto studiato. Nuove strutture grammaticali e lessicali di effettivo impiego in situazioni della quotidianità. Esercizi orali e scritti.
- **Sede e orario:** Sede UTE, martedì 14.15-15.30; dal 15 novembre 2011.

34. Spagnolo conversazione

- **Docente:** ins. Albertina Robertazzi
- **Programma:** Rafforzamento delle conoscenze grammaticali e lessicali. Conversazioni su argomenti della vita quotidiana con supporto di elementi audiovisivi e testi vari
- **Sede e orario:** Sede UTE, martedì 15.30-17.00; dal 15 novembre 2011.

35. Lingua Russa

- **Docente:** ins. Fernanda Pecile
- **Programma:** Nozioni elementari, alfabeto, numeri, giorni, grammatica di base, presentazione, primi dialoghi
- **Sede e orario:** Sede UTE, martedì 17.00-18.00.

36. Ancora sul Friuli Venezia Giulia (e dintorni)

- **Docente:** ins. Clara Santorio Cubi
- **Programma:** Continuano gli approfondimenti sugli aspetti più interessanti del passato e del presente della nostra Regione. Commenti e divagazioni, interventi di esperti, uscite di studio.
- **Sede e orario:** *Aula Magna Sc. Media, mercoledì 17.30-18.30; dall' inizio A.A al 03 marzo 2012.*

37. Viaggiare per conoscere

- **Docente:** ins. Maria Vincenza De Cola de Gaetano
- **Programma:** Considerazioni su Paesi e Nazioni visitate e conosciute dal docente. Relazioni corredate da supporti audiovisivi: fotografie, diapositive, filmati.
- **Sede e orario:** *Centro Civico, martedì 17.00-18.00; dal 25 ottobre 2011.*

AREA TECNICO-SCIENTIFICA , GIURIDICA E DELL'EDUCAZIONE CIVICA

38. Capire il diritto

- **Docente:** avv. Diego Modesti
- **Programma:** Lineamenti di diritto civile e penale; lineamenti sul processo civile e penale; esame della giurisprudenza più recente, approfondimenti tematici su singoli istituti (ad esempio successioni)
- **Sede e orario:** *Banca Credifriuli, sala conferenze, martedì 15.30-16.30; dal 22 novembre 2011 al 10 aprile 2012.*

39. Quattro " A " : Alimentazione –Agricoltura – Ambiente e "Altro"

- **Docente:** ins. Sergio Boschian
- **Programma:** Nozioni principali di: alimentazione-agricoltura-ambiente e di economia agraria; visite guidate ad aziende agro alimentari regionali. Nozioni sulla bio-diversità e difesa del territorio regionale.
- **Sede e orario:** *Centro Civico, martedì 17.00-18.00; dal 25 ottobre 2011.*

40. L'Astronomia (corso breve)

- **Docente:** ins. Claudio Cecotti
- **Programma:** Illustrazione delle costellazioni, natura dei corpi celesti, storia e mitologia
- **Sede e orario:** *Centro Civico, giovedì 17.00 – 18.00; dal 02 febbraio 2012 al 22 marzo 2012 (otto lezioni).*

41. Il puzzle natura

- **Docente:** ins. Gianni Rivoli
- **Programma:** Ecologia e ambiente; evoluzione e selezione; uomo e ambiente; biodiversità, cicli, flussi, estinzioni, culture e coscienza ambientale.
- **Sede e orario:** *Sede UTE, lunedì dalle 15.00 - 16.00.*

AREA DELLA CULTURA MUSICALE

42. Il piacere di cantare in coro

- **Docente:** maestro Franco Gori
- **Programma:** 1) Approfondimento ed ampliamento del programma svolto. 2) Studio di alcuni significativi esempi di musica polifonica contemporanea e di alcuni aspetti particolari del folklore regionale (folklore bisiacco e triestino).
La partecipazione dei corsisti alle esibizioni è subordinata ad un' assidua frequenza alle lezioni. Per i corsisti dell'A.A. 2010-11 l'inizio delle lezioni è fissato a lunedì 12.09.11.
- **Sede e orario:** Sala Molaro (Ricreatorio), lunedì e venerdì 15.00-17.00.

43. Tecnica strumentale d'insieme

- **Docente:** maestro Albionte Tessarin
- **Programma:** Consolidamento del programma svolto – Ampliamento del repertorio – Approfondimento ulteriore della tecnica strumentale.
- **Sede e orario:** Sala Molaro (Ricreatorio), mercoledì 15.00-17.00.

44. Nel mondo della musica (corso breve)

- **Docente:** ins. vari
- **Programma:** Ascoltare la musica anche con esecuzioni dal vivo. Pomeriggi musicali a tema
- **Sede e orario:** Casa della Musica, programmi e orari da definire.
- **Annotazione:** Il corso è aperto a tutti.

AREA INFORMATICA (MAX 10 PERSONE E 10 LEZIONI PER CORSO)

45. Laboratorio di informatica di base 1 (corso breve)

- **Docente.** ins. Lorenzo Prearo
- **Programma:** Informatica di base. Approccio al computer. Cenni sull' hardware del computer. Sistema operativo. Programma Word di video-scrittura. Utilizzo di Internet e Outlook.
- **Sede e orario:** Sede UTE, lunedì 9.00-10.30; dal 10.10.2011 al 09.01.2012.

46. Laboratorio di informatica di approfondimento 2 (corso breve)

- **Docente.** ins. Lorenzo Prearo
- **Programma:** Approfondimento e proseguimento del programma di base. Utilizzo di internet e posta elettronica
- **Annotazione:** Il corso è riservato ai corsisti dell'anno 2010/2011 oppure a coloro che abbiano sufficienti conoscenze di base.
- **Sede e orario:** Sede UTE, lunedì 10.30-12.00; dal 10.10.2011 al 09.01.2012.

47. Laboratorio di informatica 2 (corso breve)

- **Docente.** ins. Luciano Caprioli
- **Programma:** Word Avanzato – cenni di base Excel – collegamenti OLE – stampa unione
- **Annotazione:** Il corso è rivolto con precedenza ai corsisti che hanno frequentato il primo corso nell'anno 2010/11, oppure a coloro che abbiano sufficienti conoscenze di base.
- **Sede e orario:** Sede UTE, mercoledì 9.00-10.30; dal 26 ottobre 2011 al 18 gennaio 2012.

48. Laboratorio di informatica: power point (corso breve)

- **Docente:** ins. Luciano Caprioli
- **Programma:** Primi passi sulle presentazioni video, conoscenza del programma P.P., lavoro con il testo, lavoro con gli strumenti grafici, presentazione di tabelle e grafici, creazioni di animazione e suoni. Inserire immagini, visualizzazione del lavoro.
- **Annotazione:** Il corso è rivolto ai corsisti che abbiano frequentato il secondo corso di word base, sistema operativo e che sappiano muoversi nei programmi, gestire cartelle e documenti.
- **Sede e orario:** Sede UTE, mercoledì 09.00-10.30; dal 25 gennaio 2012 al 28 marzo 2012.

49. Laboratorio di informatica: internet e le reti (corso breve)

- **Docente:** ins. Mafalda Orsetti
- **Programma:** Navigazione Web e comunicazione: utilizzo del browser – utilizzo del Web – estrazione di materiali dal web e preparazione di un documento - Uso della posta elettronica e gestione dei messaggi.
- **Annotazione:** Il corso è riservato ai corsisti che abbiano conoscenza dei concetti di hardware e software – conoscenza degli elementi di interfaccia Windows – dimestichezza con le funzioni base del computer.
- **Sede e orario:** Sede UTE, mercoledì 18.00-19.30; dal 09 novembre 2011 al 25 gennaio 2012.

AREA DEI LABORATORI E DEL TEMPO LIBERO

50. Io disegno 1-come una semplice linea può prendere vita(max 20 pers)

- **Docente:** ins. Anna D'Agostinis
- **Programma:** Il corso è destinato a quanti desiderano imparare a disegnare e non solo. La conoscenza e l'uso delle tecniche di base: foglio, matite, pastelli. Uscite all'aria aperta per copiare dal vero i vari ambienti naturali ed interiorizzare l'esperienza. Approccio con la pittura dei Grandi.
- **Sede e orario:** Sede UTE, lunedì 16.00-18.00.

51. Io disegno 2-come una semplice linea può prendere vita(max 20 pers)

- **Docente:** ins. Anna D'Agostinis
- **Programma:** Il corso è destinato a quanti desiderano imparare a disegnare e non solo. La conoscenza e l'uso delle tecniche di base: foglio, matite, pastelli. Uscite all'aria aperta per copiare dal vero i vari ambienti naturali ed interiorizzare l'esperienza. Approccio con la pittura dei Grandi.
- **Annotazione:** Il corso è riservato a coloro che abbiano frequentato il 1° corso
- **Sede e orario:** Sede UTE, mercoledì 16.00-18.00.

52. Pittura - tutte le tecniche (max 20 persone)

- **Docente:** ins. Manuela Toselli
- **Programma:** Varie tecniche pittoriche in particolare acquerello e olio. Studio di alcune forme in bianco e nero e a colori con l'utilizzo di supporti diversi per sviluppare una propria e individuale personalità artistica.
- **Sede e orario:** Sede UTE, lunedì 15.00-17.00.

53. Pittura tirolese 1° anno (max 12 persone)

- **Docente:** ins. Sara Rossetti
- **Programma:** Pennellata base a "C". Varie tipologie di fiori a partire dalla rosa canina. Tecnica con pennellata sfumata unica senza disegno e senza ritocco.
- **Sede e orario:** Sede UTE, sabato 10.00-12.00.

54. Artigianato artistico 2° anno (max 15 persone)

- **Docente:** ins. Gaetana Ingraio
- **Programma:** Pittura su seta (tecnica Sirti), piombo su vetro e specchio. Pittura su vetro contornato da piombo adesivo (Tiffany). Pittura su sassi e ceramica – Pasta di mais – Icone a decoupage.
- **Sede e orario:** Sede UTE, venerdì 15.00-17.00; dal 14 ottobre 2011.

55. Laboratorio del cuoio (max 15 persone)

- **Docente:** ins. Gaetana Ingraio
- **Programma:** Proseguimento dei lavori in corso - abbigliamento in pelle (gonne e gilet) per le persone esperte. Per i principianti primi lavori con il cuoio ecc.
- **Sede e orario:** Sede UTE, giovedì 15.00-17.00; dal 13 ottobre 2011.

56. Panno, lana e fantasia (max 15 persone)

- **Docente:** ins. Rosalba Rivetti
- **Programma:** Realizzazione di pupazzi, oggettistica ed accessori con l'utilizzo di panno, lana, tessuti ecc.
- **Sede e orario:** Centro Civico, lunedì 15.00-17.00; dal 24 ottobre 2011.

57. Nozioni di cucito 6 (max 15 persone)

- **Docente:** ins. Adriana Salon
- **Programma:** Spaziando dalla sartoria a tutte le piccole creazioni con ago, filo, stoffa e fantasia
- **Sede e orario:** Centro Civico, giovedì 15.00-17.00; dal 27 ottobre 2011.

58. Ricamo di base (max 20 persone)

- **Docente:** ins. Anna Baldin
- **Programma:** Sfilati siciliani – punto handangher, punto antico, sfilati vari, punto croce, punto d'assia.
- **Annotazione:** All'atto dell'iscrizione va scelta la frequenza mattutina o pomeridiana
- **Sede e orario:** Sede UTE, martedì matt. 09.00-12.00 o pom. 14.00-17.30 (a scelta).

59. La maglia dall'A alla Z (max 15 persone)

- **Docente:** ins. Emilia La Rosa
- **Programma:** Nuove e vecchie tecniche ai ferri e all'uncinetto.
- **Annotazione:** Il corso si svolge al mattino.
- **Sede e orario:** Centro Civico, martedì 10.00-12.00; dal 25 ottobre 2011.

60. Scacchi – avviamento agli scacchi

- **Docente:** ins. Antony Jones
- **Programma:** Regole e strategie del gioco.
- **Sede e orario:** Sede UTE, mercoledì 15.00-16.30.

61. Fotografia: corso di base (inizio corso: gennaio 2012)

- **Docente:** ins. Claudio Job
- **Programma:** La fotocamera (funzionamento e tipi). Obiettivi (tipi e caratteristiche). L' esposizione (scopo e tipi). La pellicola/sensore. Tecniche di ripresa (ritratto, paesaggio, ecc.) Accessori. Il flash: tipi e modo d'uso.
- **Sede e orario:** Sede UTE, venerdì 17.30-18.30; dal 13 gennaio 2012 a fine A.A.

62. Ballo di gruppo (max 40 persone per gruppo)

- **Docente:** ins. Riccardo Caruso
- **Programma:** Tarantella, menahito, hully gully, cha cha cha, mambo, limbo rock, bachata, samba merengue, rumba, country, passeggiata a zig zag, paso doble, bughi, YMCA, la bomba, mazurca, tango, macarena, charleston, cico cico, cumbia.
- **Sede e orario:** Palestra "New Dynamic Center" c/o Centro Comm.le Coop
- **1° gruppo:** lunedì 09.30 - 10.30; venerdì 09.30 – 10.30;
- **2° gruppo:** lunedì 10.45 – 11.45; venerdì 10.45 – 11.45;
- **corso per persone ancora in attività di lavoro:** venerdì dalle 18.00 alle 19.00.
Numero massimo partecipanti per gruppo: 40.

63. Andiamo all'Opera

- **Gruppo di lavoro:**
 - **preparazione all'ascolto:** ins. Antonino Bartole
 - **commento allo spettacolo:** maestro. Albionte Tessarin e maestro. Franco Gori
 - **organizzazione e abbonamenti:** sig.ra Nella Perazzoni Zanella e sig. Antonino Bartole
 - **Programma:** Preparazione all'ascolto delle opere della Stagione Lirica e di Balletto 2011/2012 del Teatro Verdi di Trieste.
 - **Annotazione:** *Il corso è autogestito per l'organizzazione degli abbonamenti e del trasporto.
L'attuale disponibilità dei posti è riservata a chi è già titolare di abbonamento, mentre si costituirà una lista di attesa per eventuali richieste di nuovi abbonamenti.*
- *N. B. I corsi di nuova istituzione sono evidenziati da uno sfondo diverso.*

**Con il patrocinio della Banca
(logo)**