



## Anno accademico 2022-23

con il patrocinio del Comune di Volvera



-----

N. Tessera	
Cognome e nome	
Data d'iscrizione	
Versamento (euro)	
Aggiornamenti:	<hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/>

**N.B. portare sempre il proprio libretto per ogni variazione**

## TABELLA CORSI

<b>Cod.def</b>	<b>titolo</b>	<b>1^ data</b>	<b>pag.</b>
a01	Cosa ne facciamo dei nostri risparmi?	14/11/22	5
a02	Il mago e i suoi trucchi	15/11/22	5
a03	Cosa si nasconde dietro una mano... (violenza domestica)	28/11/22	5
a04	Pillole di enogastronomia	16/01/23	6
a05	Pillole di meditazione	16/01/23	6
a06	<i>Virus e batteri, così piccoli, così micidiali. Le grandi epidemie della storia</i>	24/01/23	6
a07	10 strategie per mantenere il cervello efficiente e attivo (parte 1)	25/01/23	7
a08	Come allevare un gatto in casa	08/02/23	7
a09	Preparazione e coltivazione dell'orto	15/02/23	7
a10	"Mac nisola" il ciclo della nocciola	28/02/23	8
a11	Storia della chiesa cattolica da Pio IX a Papa Francesco	01/03/23	8
a12	Caravaggio - Vita, opere, banchetti e arredamento	06/03/23	8
a13	Musica (Eric Clapton)	28/03/23	9
a14	"C'era una volta il fascismo - Rilettura della storia d'Italia dopo 100 anni della marcia su Roma" (**)	29/03/23	9
a15	Naturopatia - tecniche di auto trattamento	15/05/23	9
a16	Piemontese	20/01/23	10
a17	Smartphone base	13/10/22	10
a18	Fantasia e manualità	14/10/22	10
a19	Dialoghiamo in francese (con pocheregole)	17/10/22	11
a20	Dien'Cham utilizzata per: Alleviare i dolori, Prevenire le malattie, Ritrovare la salute	18/10/22	11
a21	Riflessologia plantare	19/10/22	11
a22	Impariamo a disegnare	20/10/22	12
a23	Burraco/pinnacola	21/10/22	12
a24	Pittura a olio	21/10/22	12
a25	Acquerello	12/01/23	13
a26	Uncinetto irlandese	17/01/23	13
a27	Impariamo a usare la grammatica francese	19/01/23	13
a28	Il PC multimediale	02/02/23	14
a29	Bigiotteria ago/filo	03/02/23	14
a30	Creare borsette	14/02/23	14
a31	Lana fantasia	18/10/22	15
a32	Inglese 3	28/02/23	15
a33	Bijoux mania	08/03/23	15
a34	Disegno anatomico	24/03/23	16
a35	Confezionare biglietti di auguri	14/04/23	16
a36	Passeggiate d'autunno	11/10/22	16
a37	Ginnastica 3 mercoledì	19/10/22	17
a38	Balli di gruppo avanzato (autunno)	19/10/22	17
a39	Balli di gruppo intermedio (autunno)	19/10/22	17
a40	Zumba	13/10/22	18

a41	Ginnastica 4 venerdì	21/10/22	18
a42	Difesa personale	31/10/22	18
a43	TAI CHI CHUAN	16/01/23	19
a44	Ballo country principianti	17/01/23	19
a45	Ballo country intermedio	17/01/23	19
a46	Passeggiate di primavera	24/01/23	20
a47	Balli di gruppo avanzato (primavera)	15/02/23	20
a48	Balli di gruppo intermedio (primavera)	15/02/23	20

## CORSI

\*\*\*\*\*

Per esigenze organizzative, la Segreteria si riserva di:

- modificare in ogni momento dell'Anno Accademico i corsi programmati, gli orari e i giorni delle lezioni;
- accogliere iscrizioni a qualsiasi corso fino ad esaurimento dei posti disponibili.

### IMPORTANTE

- Tutti i corsi saranno attivati solo se si raggiungerà il numero minimo degli iscritti .
- Numero massimo di iscritti: per ogni corso saranno accettate iscrizioni sino al raggiungimento del numero massimo previsto, dopodiché sarà stilata una lista di attesa. Perciò le persone iscritte che per qualsiasi motivo decidono di non partecipare, sono tenute ad avvisare prima dell'inizio del corso stesso, per permettere nuovi inserimenti.

### ASSISTENTI o Responsabile dei corsi

Qualunque persona associata alla Sede può fare l'Assistente a un corso. La sua opera consiste nel registrare la presenza di ogni singolo studente-partecipante, nello svolgere compiti di coordinamento tra studenti, Docenti e Direzione dei Corsi e nell'utilizzo di materiale tecnico eventualmente necessario.

**Per qualsiasi problema inerente i corsi, durante le lezioni, bisognerà rivolgersi all'assistente o in sua assenza al direttore corsi di UNITRE 3381389895.**

-\*-

**Tutti gli iscritti ai corsi (se necessario) devono attenersi scrupolosamente alle disposizioni di distanziamento e di corretto uso dei dispositivi sanitari (mascherine, igienizzanti, ecc.).**

<i>codice</i>	a01	Cosa ne facciamo dei nostri risparmi?			
<i>docente</i>	<b>Chiabrera Mario</b>				
<i>sede</i>	via Roma				
<i>n. incontri</i>	2	<i>giorno</i>	lunedì	<i>orario</i>	17,00-18,30
<i>n. min</i>	8	<i>n. max</i>	35		
<i>costo €</i>	0,00		<b>tipo corso</b>	ascolto	
<i>date</i>					
	14/11/22	21/11/22			

**programma**

Verranno illustrate le formule più semplici per gestire/investire i nostri risparmi.

-\*-

<i>codice</i>	a02	Il mago e i suoi trucchi			
<i>docente</i>	<b>Omodei Paolo</b>				
<i>sede</i>	via Roma				
<i>n. incontri</i>	3	<i>giorno</i>	martedì	<i>orario</i>	20,30-22,00
<i>n. min</i>	8	<i>n. max</i>	35		
<i>costo €</i>	0,00		<b>tipo corso</b>	ascolto	
<i>date</i>					
	15/11/22	22/11/22	29/11/22		

**programma**

In questo corso il mago Paolo ci parlerà: dei maghi, delle relative scuole, farà qualche suo trucco e se vorrà ce ne svelerà qualcuno.

-\*-

<i>codice</i>	a03	Cosa si nasconde dietro una mano... (violenza domestica)			
<i>docente</i>	<b>Di Benedetto Graziano</b>				
<i>sede</i>	via Roma				
<i>n. incontri</i>	3	<i>giorno</i>	lunedì	<i>orario</i>	18,00-19,30
<i>n. min</i>	8	<i>n. max</i>	35		
<i>costo €</i>	0,00		<b>tipo corso</b>	ascolto	
<i>date</i>					
	28/11/22	12/12/22	19/12/22		

**programma**

Cosa si nasconde dietro una mano nell'ambito della violenza domestica

<i>codice</i>	a04	Pillole di enogastronomia			
<i>docente</i>	<b>Chiabrera &amp; C</b>				
<i>sede</i>	via Roma				
<i>n. incontri</i>	5	<i>giorno</i>	lunedì	<i>orario</i>	15,00-16,30
<i>n. min</i>	8	<i>n. max</i>	35		
<i>costo €</i>	5,00		<b>tipo corso</b>	ascolto	
<i>date</i>					
	16/01/23	23/01/23	30/01/23	06/02/23	13/02/23

**programma**

Si alterneranno i relatori per presentare: 1- risotto, 2 - trucchi del cuoco, 3 - 2 piatti piemontesi, 4 - un buon arrosto, 5 - pancake e waffle

-\*-

<i>codice</i>	a05	Pillole di meditazione			
<i>docente</i>	<b>Gastaldi Elena</b>				
<i>sede</i>	via Roma				
<i>n. incontri</i>	6	<i>giorno</i>	lunedì	<i>orario</i>	17,00-18,00
<i>n. min</i>	8	<i>n. max</i>	16		
<i>costo €</i>	0,00		<b>tipo corso</b>	ascolto	
<i>date</i>					
	16/01/23	23/01/23	30/01/23	13/02/23	20/02/23

**programma**

L'insegnante di shiatsu insegnerà alcune tecniche di meditazione

-\*-

<i>codice</i>	a06	Virus e batteri, così piccoli, così micidiali. Le grandi epidemie della storia			
<i>docente</i>	<b>Battaglia Guglielmina</b>				
<i>sede</i>	via Roma				
<i>n. incontri</i>	3	<i>giorno</i>	martedì	<i>orario</i>	15,00-17,00
<i>n. min</i>	8	<i>n. max</i>	35		
<i>costo €</i>	0,00		<b>tipo corso</b>	ascolto	
<i>date</i>					
	24/01/23	31/01/23	07/02/23		

**programma**

La dott.ssa Battaglia ci illustrerà minuziosamente quanto indicato nel

<i>codice</i>	a07	10 strategie per mantenere il cervello efficiente e attivo (parte 1)			
<i>docente</i>	<b>Bellini Erika Gwenda</b>				
<i>sede</i>	via Roma				
<i>n. incontri</i>	5	<i>giorno</i>	mercoledì	<i>orario</i>	10,00-11,30
<i>n. min</i>	8	<i>n. max</i>	35		
<i>costo €</i>	0,00		<b>tipo corso</b>	ascolto	
<i>date</i>					
	25/01/23	01/02/23	08/02/23	15/02/23	22/02/23

**programma**

Verranno illustrate le strategie quotidiane per rallentare e contenere gli effetti dell'invecchiamento mentale e per migliorare le proprie capacità cognitive, rendendo quindi il cambiamento un processo attivo e potenzialmente costruttivo. Scopriremo quali sono i fattori che influiscono su tale meccanismo, come ad es. l'allenamento mentale, il sonno, l'alimentazione e l'attività fisica, e quali possono invece sabotarlo, come lo stress, l'ansia e la depressione.

-\*-

<i>codice</i>	a08	Come allevare un gatto in casa			
<i>docente</i>	<b>Savio Giulia</b>				
<i>sede</i>	via Roma				
<i>n. incontri</i>	2	<i>giorno</i>	mercoledì	<i>orario</i>	16,30-18,00
<i>n. min</i>	8	<i>n. max</i>	35		
<i>costo €</i>	0,00		<b>tipo corso</b>	ascolto	
<i>date</i>					
	08/02/23	15/02/23			

**programma**

Verranno fornite le informazioni basi per facilitare l'allevamento di un gatto in casa (tipo di razze, alimentazione, vaccini, educazione, ecc.)

-\*-

<i>codice</i>	a09	Preparazione e coltivazione dell'orto			
<i>docente</i>	<b>Anastasia Federico</b>				
<i>sede</i>	via Roma				
<i>n. incontri</i>	4	<i>giorno</i>	mercoledì	<i>orario</i>	20,30-22,00
<i>n. min</i>	8	<i>n. max</i>	35		
<i>costo €</i>	5,00		<b>tipo corso</b>	ascolto	
<i>date</i>					
	15/02/23	22/02/23	01/03/23	08/03/23	

**programma**

L'agronomo ci illustrerà come preparare e coltivare un orto

<i>codice</i>	a10	"Mac nisola" il ciclo della nocciola			
<i>docente</i>	<b>Scorzelli Jerry</b>				
<i>sede</i>	via Roma				
<i>n. incontri</i>	3 (*)	<i>giorno</i>	martedì	<i>orario</i>	20,30-22,30
<i>n. min</i>	8	<i>n. max</i>	35		
<i>costo €</i>	0,00		<b>tipo corso</b>	ascolto	

**date**

28/02/23	21/03/23	X			

**programma**

Primo incontro: il ciclo della nocciola  
 Secondo incontro: i prodotti con la nocciola  
 Terzo incontro: (\*) gita (da concordare) nelle Langhe presso una azienda con nocciolieti.

-\*-

<i>codice</i>	a11	Storia della chiesa cattolica da Pio IX a Papa Francesco			
<i>docente</i>	<b>Tamietto Mario</b>				
<i>sede</i>	via Roma				
<i>n. incontri</i>	6	<i>giorno</i>	mercoledì	<i>orario</i>	15,30-17,00
<i>n. min</i>	8	<i>n. max</i>	35		
<i>costo €</i>	0,00		<b>tipo corso</b>	ascolto	

**date**

01/03/23	08/03/23	15/03/23	22/03/23	29/03/23	05/04/23

**programma**

Il ns. docente M. Tamietto ci illustrerà la Storia della chiesa cattolica da Pio IX a Papa Francesco

-\*-

<i>codice</i>	a12	Caravaggio - Vita, opere, banchetti e arredamento			
<i>docente</i>	<b>Operti &amp; Marandella</b>				
<i>sede</i>	via Roma				
<i>n. incontri</i>	8	<i>giorno</i>	lunedì	<i>orario</i>	15,30-17,00
<i>n. min</i>	8	<i>n. max</i>	35		
<i>costo €</i>	0,00		<b>tipo corso</b>	ascolto	

**date**

06/03/23	13/03/23	20/03/23	27/03/23	03/04/23	17/04/23
24/04/23	08/05/23				

**programma**

I due docenti (Silvano e Carla) si alterneranno e ci illustreranno di Caravaggio: la vita, le opere, i banchetti e gli arredamenti dell'epoca.

<i>codice</i>	a13	Musica (Eric Clapton)			
<i>docente</i>	<b>Operti Silvano</b>				
<i>sede</i>	via Roma				
<i>n. incontri</i>	3	<i>giorno</i>	martedì	<i>orario</i>	20,30-22,00
<i>n. min</i>	8	<i>n. max</i>	35		
<i>costo €</i>	0,00		<b>tipo corso</b>	ascolto	

**date**

28/03/23	04/04/23	18/04/23			

**programma**

Il ns. esperto ci delizierà sulla musica di E. Clapton

-\*-

<i>codice</i>	a14	"C'era una volta il fascismo - Rilettura della storia d'Italia dopo 100 anni della marcia su Roma" (**)			
<i>docente</i>	<b>Beltramino Attilio</b>				
<i>sede</i>	via Roma				
<i>n. incontri</i>	4	<i>giorno</i>	mercoledì	<i>orario</i>	20,30-22
<i>n. min</i>	8	<i>n. max</i>	35		
<i>costo €</i>	0,00		<b>tipo corso</b>	ascolto	

**date**

29/03/23	05/04/23	12/04/23	19/04/23		

**programma**

"C'era una volta il fascismo - Rilettura della storia d'Italia dopo 100 anni della marcia su Roma", anche sulla base di fatti e documenti di storia locale, in collaborazione con Sezione ANPI "Piero e Renata Novarese" di Volvera.

-\*-

<i>codice</i>	a15	Naturopatia - tecniche di autotrattamento			
<i>docente</i>	<b>Zedda Cinzia</b>				
<i>sede</i>	via Roma				
<i>n. incontri</i>	3	<i>giorno</i>	lunedì	<i>orario</i>	15,30-17,00
<i>n. min</i>	8	<i>n. max</i>	35		
<i>costo €</i>	0,00		<b>tipo corso</b>	ascolto	

**date**

15/05/23	22/05/23	29/05/23			

**programma**

Tecniche quali: riflessologia, massaggi, ecc.

<i>codice</i>	a16	Piemontese			
<i>docente</i>	<b>Magli Luisa</b>				
<i>sede</i>	via Roma				
<i>n. incontri</i>	8	<i>giorno</i>	venerdì	<i>orario</i>	15,00-17,00
<i>n. min</i>	8	<i>n. max</i>	16		
<i>costo €</i>	0,00		<b>tipo corso</b>	laboratorio	

**date**

20/01/23	27/01/23	03/02/23	10/02/23	17/02/23	24/02/23
03/03/23	10/03/23				

**programma**

Impariamo a leggere e scrivere in piemontese dalle pagine della letteratura piemontese.

-\*-

<i>codice</i>	a17	Smartphone base			
<i>docente</i>	<b>Chiabrera Mario</b>				
<i>sede</i>	via Roma				
<i>n. incontri</i>	9	<i>giorno</i>	giovedì	<i>orario</i>	15,00-16,30
<i>n. min</i>	8	<i>n. max</i>	16		
<i>costo €</i>	5,00		<b>tipo corso</b>	laboratorio	

**date**

13/10/22	20/10/22	27/10/22	03/11/22	10/11/22	17/11/22
24/11/22	01/12/22	15/12/22			

**programma**

Introduzione all'uso e al funzionamento dello smartphone. Verrà fornito un piccolo manuale. **NB I partecipanti devono avere un cellulare con il sistema operativo Android 5 o superiore. No IOS o Microsoft.**

-\*-

<i>codice</i>	a18	Fantasia e manualità			
<i>docente</i>	<b>Bulletti Giovanna</b>				
<i>sede</i>	via Roma				
<i>n. incontri</i>	10	<i>giorno</i>	venerdì	<i>orario</i>	09,00-11,00
<i>n. min</i>	8	<i>n. max</i>	16		
<i>costo €</i>	0,00		<b>tipo corso</b>	laboratorio	

**date**

14/10/22	21/10/22	28/10/22	04/11/22	11/11/22	18/11/22
25/11/22	02/12/22	09/12/22	16/12/22		

**programma**

Approfondimenti tecniche decoupage con paste materiche, decorazione su vetro con carte, acrilici e colori vetro effetto tiffany. Decorazioni primaverili per la casa e per gli amici di ogni tipo. Libero sfogo alla fantasia.

<b>codice</b>	a19	Dialoghiamo in francese (con poche regole)			
<b>docente</b>	<b>Taramazzo Michelle</b>				
<b>sede</b>	via Roma				
<b>n. incontri</b>	8	<b>giorno</b>	lunedì	<b>orario</b>	15,00-16,30
<b>n. min</b>	8	<b>n. max</b>	12		
<b>costo €</b>	0,00		<b>tipo corso</b>	laboratorio	

**date**

17/10/22	24/10/22	31/10/22	07/11/22	14/11/22	21/11/22
28/11/22	05/12/22				

**programma**

Taramazzo Michele (di madre lingua) ci proporrà dialoghi semplici per avvicinarci alla lingua francese.

-\*-

<b>codice</b>	a20	Dien'Cham utilizzata per: Alleviare i dolori, Prevenire le malattie, Ritrovare la salute			
<b>docente</b>	<b>Colognese Sergio</b>				
<b>sede</b>	via Roma				
<b>n. incontri</b>	6	<b>giorno</b>	martedì	<b>orario</b>	15,00-17,00
<b>n. min</b>	8	<b>n. max</b>	16		
<b>costo €</b>	0,00		<b>tipo corso</b>	laboratorio	

**date**

18/10/22	25/10/22	08/11/22	15/11/22	22/11/22	29/11/22

**programma**

Metodo vietnamita di riflessologia facciale, prevede di curare una patologia comune senza ricorrere alle medicine. L'allievo utilizzando una matita (con gomma incorporata) toccherà il viso seguendo le indicazioni del docente.

-\*-

<b>codice</b>	a21	Riflessologia plantare			
<b>docente</b>	<b>Colognese Sergio</b>				
<b>sede</b>	via Roma				
<b>n. incontri</b>	10	<b>giorno</b>	mercoledì	<b>orario</b>	15,00-16,30
<b>n. min</b>	8	<b>n. max</b>	16		
<b>costo €</b>	0,00		<b>tipo corso</b>	laboratorio	

**date**

19/10/22	26/10/22	02/11/22	09/11/22	16/11/22	23/11/22
30/11/22	07/12/22	14/12/22	21/12/22		

**programma**

Il docente ci introdurrà nel mondo della riflessologia plantare. Portare matite colorate, asciugamanini, salviette umidificate, cuscinetto.

<i>codice</i>	a22	Impariamo a disegnare			
<i>docente</i>	<b>Chiabrera Mario</b>				
<i>sede</i>	via Roma				
<i>n. incontri</i>	8	<i>giorno</i>	giovedì	<i>orario</i>	15,30-17,00
<i>n. min</i>	8	<i>n. max</i>	16		
<i>costo €</i>	5,00		<b>tipo corso</b>	laboratorio	
<i>date</i>					
	20/10/22	27/10/22	03/11/22	10/11/22	17/11/22
	01/12/22	15/12/22			

**programma**

Verranno presentati diversi metodi che faciliteranno il disegno.

~\*~

<i>codice</i>	a23	Burraco/pinnacola			
<i>docente</i>	<b>Centola Panaiotti</b>				
<i>sede</i>	via Roma				
<i>n. incontri</i>	9	<i>giorno</i>	venerdì	<i>orario</i>	20,30-22,30
<i>n. min</i>	8	<i>n. max</i>	24		
<i>costo €</i>	0,00		<b>tipo corso</b>	laboratorio	
<i>date</i>					
	21/10/22	28/10/22	04/11/22	11/11/22	18/11/22
	02/12/22	09/12/22	16/12/22		

**programma**

Si ripasseranno le regole basi di questi giochi , per poter giocare e passare una serata in compagnia.

~\*~

<i>codice</i>	a24	Pittura a olio			
<i>docente</i>	<b>Paturzo Francesco</b>				
<i>sede</i>	via Roma				
<i>n. incontri</i>	20	<i>giorno</i>	venerdì	<i>orario</i>	17,30-19,30
<i>n. min</i>	8	<i>n. max</i>	16		
<i>costo €</i>	10,00		<b>tipo corso</b>	laboratorio	
<i>date</i>					
	21/10/22	28/10/22	04/11/22	11/11/22	18/11/22
	02/12/22	09/12/22	16/12/22	20/01/23	27/01/23
	10/02/23	17/02/23	24/02/23	03/03/23	10/03/23
	24/03/23	31/03/23			

**programma**

Si continua a dipingere a olio

<i>codice</i>	a25	Acquerello			
<i>docente</i>	<b>Chiabrera Mario</b>				
<i>sede</i>	via Roma				
<i>n. incontri</i>	16	<i>giorno</i>	giovedì	<i>orario</i>	17,30-19,00
<i>n. min</i>	8	<i>n. max</i>	16		
<i>costo €</i>	10,00		<b>tipo corso</b>	laboratorio	
<i>date</i>					
12/01/23	19/01/23	26/01/23	02/02/23	09/02/23	16/02/23
23/02/23	02/03/23	09/03/23	16/03/23	23/03/23	30/03/23
06/04/23	13/04/23	20/04/23	27/04/23		

**programma**

Dopo un piccolo ripasso sulle tecniche continueremo ad acquerellare.

\_\*-

<i>codice</i>	a26	Uncinetto irlandese			
<i>docente</i>	<b>Formica Laura</b>				
<i>sede</i>	via Roma				
<i>n. incontri</i>	10	<i>giorno</i>	martedì	<i>orario</i>	9,00-11,00
<i>n. min</i>	8	<i>n. max</i>	16		
<i>costo €</i>	0,00		<b>tipo corso</b>	laboratorio	
<i>date</i>					
17/01/23	24/01/23	31/01/23	07/02/23	14/02/23	21/02/23
28/02/23	07/03/23	14/03/23	21/03/23		

**programma**

È una tecnica particolare e affascinante, con figure dallo stile riconoscibile: fiori, foglie, rami ecc. Possono essere usati singolarmente ad es come spille o assemblati con una rete ad uncinetto o ad ago per creare pizzi, merletti, capi d'abbigliamento e accessori che oggi ispirano anche noti stilisti. Materiale: lana o cotone e uncinetto della misura idonea.

\_\*-

<i>codice</i>	a27	Impariamo a usare la grammatica francese			
<i>docente</i>	<b>Ferrarese Valentina</b>				
<i>sede</i>	via Roma				
<i>n. incontri</i>	10	<i>giorno</i>	giovedì	<i>orario</i>	20,30-22,00
<i>n. min</i>	8	<i>n. max</i>	16		
<i>costo €</i>	15,00		<b>tipo corso</b>	laboratorio	
<i>date</i>					
19/01/23	26/01/23	02/02/23	09/02/23	16/02/23	23/02/23
02/03/23	09/03/23	16/03/23	23/03/23		

**programma**

Corso di avvicinamento alla lingua francese, partiremo da un semplice volume provvisto di testi, esercizi e CD.

<i>codice</i>	a28	Il PC multimediale			
<i>docente</i>	<b>Chiabrera Mario</b>				
<i>sede</i>	via Roma				
<i>n. incontri</i>	5	<i>giorno</i>	giovedì	<i>orario</i>	15,00-16,30
<i>n. min</i>	8	<i>n. max</i>	16		
<i>costo €</i>	0,00		<b>tipo corso</b>	laboratorio	

**date**

02/02/23	09/02/23	16/02/23	23/02/23	02/03/23	

**programma**

Useremo il PC per realizzare operazioni un pò più impegnative: gestire fotografie, fare una video conferenza, un filmato, ecc.

-\*-

<i>codice</i>	a29	Bigiotteria ago/filo			
<i>docente</i>	<b>Formica Laura</b>				
<i>sede</i>	via Roma				
<i>n. incontri</i>	10	<i>giorno</i>	venerdì	<i>orario</i>	9,00-11,00
<i>n. min</i>	8	<i>n. max</i>	16		
<i>costo €</i>	0,00		<b>tipo corso</b>	laboratorio	

**date**

03/02/23	10/02/23	17/02/23	24/02/23	03/03/23	10/03/23
17/03/23	24/03/23	31/03/23	07/04/23		

**programma**

Impareremo alcune tecniche : Bead Embroidery, Brick Stitch, Peyote, Incastonatura, Rifinitura. Ci serviranno per realizzare bijoux unici e personalizzati. Ci serviranno: perline, cristalli, bottoni, aghi e filo per Embroidery e colla per bijoux. Il materiale verrà fornito dalla docente: forbicine, feltro, carta e matite. Le perline calibrate per lavori di precisione saranno acquistate durante il corso.

-\*-

<i>codice</i>	a30	Creare borsette			
<i>docente</i>	<b>Piras Laura</b>				
<i>sede</i>	via Roma				
<i>n. incontri</i>	10	<i>giorno</i>	martedì	<i>orario</i>	15,00-17,00
<i>n. min</i>	8	<i>n. max</i>	12		
<i>costo €</i>	0,00		<b>tipo corso</b>	laboratorio	

**date**

14/02/23	21/02/23	28/02/23	07/03/23	14/03/23	21/03/23
28/03/23	04/04/23	11/04/23	18/04/23		

**programma**

Usando materiale nuovo e/o usato si creeranno simpatiche borsette.

<b>codice</b>	a31	Lana fantasia			
<b>docente</b>	<b>Piras Laura</b>				
<b>sede</b>	via Roma				
<b>n. incontri</b>	8	<b>giorno</b>	martedì	<b>orario</b>	9,30-11,30
<b>n. min</b>	8	<b>n. max</b>	12		
<b>costo €</b>	0,00		<b>tipo corso</b>	laboratorio	

**date**

18/10/22	25/10/22	08/11/22	15/11/22	22/11/22	29/11/22
06/12/22	13/12/22				

**programma**

Laboratorio di maglia per principianti: corso per introdurre i punti base per la creazione di maglie e altri semplici capi, secondo la fantasia delle allieve.  
Il materiale è a carico delle iscritte.

-\*-

<b>codice</b>	a32	Inglese 3			
<b>docente</b>	<b>Operti Silvano</b>				
<b>sede</b>	via Roma				
<b>n. incontri</b>	12	<b>giorno</b>	martedì	<b>orario</b>	17,30-19,30
<b>n. min</b>	8	<b>n. max</b>	16		
<b>costo €</b>	10,00		<b>tipo corso</b>	laboratorio	

**date**

28/02/23	07/03/23	14/03/23	21/03/23	28/03/23	04/04/23
11/04/23	18/04/23	02/05/23	09/05/23	16/05/23	23/05/23

**programma**

Continua il corso di "Avvicinamento alla lingua inglese". Quest'anno si passa al volume 3. Il volume è provvisto di testi, esercizi e relativo CD. Prerequisito, aver frequentato i corsi del volume 2 o avere già una discreta conoscenza della lingua.

-\*-

<b>codice</b>	a33	Bijoux mania			
<b>docente</b>	<b>Bulletti Giovanna</b>				
<b>sede</b>	via Roma				
<b>n. incontri</b>	6	<b>giorno</b>	mercoledì	<b>orario</b>	9,00-11,00
<b>n. min</b>	8	<b>n. max</b>	16		
<b>costo €</b>	0,00		<b>tipo corso</b>	laboratorio	

**date**

08/03/23	15/03/23	22/03/23	29/03/23	05/04/23	12/04/23

**programma**

Realizzazione ex novo di collane e orecchini. Bracciali uomo/donna in cuoio, pietre dure e acciaio e chi più ne ha, più ne metta...  
Il materiale utilizzato sarà pagato direttamente al docente.

<i>codice</i>	a34	Disegno anatomico			
<i>docente</i>	<b>Rovera Antonio</b>				
<i>sede</i>	via Roma				
<i>n. incontri</i>	10	<i>giorno</i>	venerdì	<i>orario</i>	15,00-17,00
<i>n. min</i>	8	<i>n. max</i>	12		
<i>costo €</i>	5,00		<b>tipo corso</b>	laboratorio	
<i>date</i>					
24/03/23	31/03/23	07/04/23	14/04/23	21/04/23	28/04/23
05/05/23	12/05/23	19/05/23	26/05/23		

**programma**

Il corso è rivolto agli artisti figurative, per quanto breve ed essenziale, mira all'analisi e alla valutazione delle forme umane, cioè le forme esterne maggiori che comportano un impatto visivo significativo.

-\*-

<i>codice</i>	a35	Confezionare biglietti di auguri			
<i>docente</i>	<b>Chiabrera Franca</b>				
<i>sede</i>	via Roma				
<i>n. incontri</i>	6	<i>giorno</i>	venerdì	<i>orario</i>	10,00-12,00
<i>n. min</i>	8	<i>n. max</i>	16		
<i>costo €</i>	20,00		<b>tipo corso</b>	laboratorio	
<i>date</i>					
14/04/23	21/04/23	28/04/23	05/05/23	12/05/23	19/05/23

**programma**

Utilizzando carta, cartoncini e oggetti decorativi si creeranno, con la fantasia di Franca, splendidi biglietti per ogni occasione.

-\*-

<i>codice</i>	a36	Passeggiate d'autunno			
<i>docente</i>	<b>Lasagno Piero</b>				
<i>sede</i>	campagna volv.				
<i>n. incontri</i>	9	<i>giorno</i>	martedì	<i>orario</i>	9,00 (1/2 ore)
<i>n. min</i>	10	<i>n. max</i>	60		
<i>costo €</i>	2,00		<b>tipo corso</b>	att. Motorie	
<i>date</i>					
11/10/22	18/10/22	25/10/22	08/11/22	15/11/22	22/11/22
29/11/22	06/12/22	13/12/22			

**programma**

Sotto la guida esperta di Piero passeremo nella campagna Volverese, senza scartare la possibilità di qualche uscita fuori territorio.

<b>codice</b>	a37	Ginnastica 3 mercoledì			
<b>docente</b>	<b>Serra Cristina</b>				
<b>sede</b>	salone Gerbole				
<b>n. incontri</b>	24	<b>giorno</b>	mercoledì	<b>orario</b>	10,00-11,00
<b>n. min</b>	10	<b>n. max</b>	30		
<b>costo €</b>	35,00		<b>tipo corso</b>	att. Motorie	

**date**

19/10/22	26/10/22	02/11/22	09/11/22	16/11/22	23/11/22
30/11/22	07/12/22	14/12/22	18/01/23	25/01/23	01/02/23
08/02/23	15/02/23	22/02/23	01/03/23	08/03/23	15/03/23
22/03/23	29/03/23	05/04/23	12/04/23	19/04/23	26/04/23

**programma**

Ginnastica dolce e rilassamento finale. Materiale e attrezzature occorrenti: tuta, materassino, scarpe da ginnastica pulite.

-\*

<b>codice</b>	a38	Balli di gruppo avanzato (autunno)			
<b>docente</b>	<b>Centola Panaiotti</b>				
<b>sede</b>	salone Gerbole				
<b>n. incontri</b>	10	<b>giorno</b>	mercoledì	<b>orario</b>	21,30-22,30
<b>n. min</b>	10	<b>n. max</b>	26		
<b>costo €</b>	15,00		<b>tipo corso</b>	att. Motorie	

**date**

19/10/22	26/10/22	02/11/22	09/11/22	16/11/22	23/11/22
30/11/22	07/12/22	14/12/22	21/12/22		

**programma**

Presentazione di nuove coreografie e balli più complessi. I partecipanti devono possedere una discreta conoscenza dei passi base.

-\*

<b>codice</b>	a39	Balli di gruppo intermedio (autunno)			
<b>docente</b>	<b>Centola Panaiotti</b>				
<b>sede</b>	salone Gerbole				
<b>n. incontri</b>	10	<b>giorno</b>	mercoledì	<b>orario</b>	20,15-21,15
<b>n. min</b>	10	<b>n. max</b>	26		
<b>costo €</b>	15,00		<b>tipo corso</b>	att. Motorie	

**date**

19/10/22	26/10/22	02/11/22	09/11/22	16/11/22	23/11/22
30/11/22	07/12/22	14/12/22	21/12/22		

**programma**

Ripasso dei passi base e approfondimento di nuove coreografie.

<i>codice</i>	a40	Zumba			
<i>docente</i>	<b>Ferrarese Valentina</b>				
<i>sede</i>	via Roma				
<i>n. incontri</i>	10	<i>giorno</i>	giovedì	<i>orario</i>	20,30-21,30
<i>n. min</i>	8	<i>n. max</i>	12		
<i>costo €</i>	15,00		<b>tipo corso</b>	att. Motorie	
<i>date</i>					
13/10/22	20/10/22	27/10/22	03/11/22	10/11/22	17/11/22
24/11/22	01/12/22	15/12/22	22/12/22		

**programma**

Ginnastica ballata (saltellando). Materiale e attrezzature occorrenti: tuta e scarpe da ginnastica pulite.

-\*-

<i>codice</i>	a41	Ginnastica 4 venerdì			
<i>docente</i>	<b>Durando Tommaso</b>				
<i>sede</i>	salone Gerbole				
<i>n. incontri</i>	24	<i>giorno</i>	venerdì	<i>orario</i>	18,00-19,00
<i>n. min</i>	10	<i>n. max</i>	30		
<i>costo €</i>	35,00		<b>tipo corso</b>	att. Motorie	
<i>date</i>					
21/10/22	28/10/22	04/11/22	11/11/22	18/11/22	25/11/22
02/12/22	09/12/22	20/01/23	00/01/00	27/01/23	03/02/23
10/02/23	17/02/23	24/02/23	03/03/23	10/03/23	17/03/23
24/03/23	31/03/23	07/04/23	14/04/23	21/04/23	28/04/23

**programma**

Ginnastica dolce. Materiale e attrezzature occorrenti: tuta, materassino, scarpe da ginnastica pulite.

-\*-

<i>codice</i>	a42	Difesa personale			
<i>docente</i>	<b>Colognese Sergio</b>				
<i>sede</i>	via Roma				
<i>n. incontri</i>	6	<i>giorno</i>	lunedì	<i>orario</i>	9,30-11,00
<i>n. min</i>	8	<i>n. max</i>	12		
<i>costo €</i>	0,00		<b>tipo corso</b>	att. Motorie	
<i>date</i>					
31/10/22	07/11/22	14/11/22	21/11/22	28/11/22	05/12/22

**programma**

Principali mosse di autodifesa (solo in piedi). Materiale e attrezzature occorrenti: tuta e scarpe da ginnastica pulite.

<b>codice</b>	a43	TAI CHI CHUAN			
<b>docente</b>	Colognese Sergio				
<b>sede</b>	via Roma				
<b>n. incontri</b>	14	<b>giorno</b>	lunedì	<b>orario</b>	9,30-10,30
<b>n. min</b>	8	<b>n. max</b>	12		
<b>costo €</b>	15,00		<b>tipo corso</b>	att. Motorie	

**date**

16/01/23	23/01/23	30/01/23	06/02/23	13/02/23	20/02/23
27/02/23	06/03/23	13/03/23	20/03/23	27/03/23	03/04/23
17/04/23	24/04/23				

**programma**

Il tai chi chuan è una disciplina dalle origini antiche, utile per il potenziamento del carattere, l'elasticità di tendini e muscoli e il miglioramento della postura.

-\*-

<b>codice</b>	a44	Ballo country principianti			
<b>docente</b>	Folli Faustino				
<b>sede</b>	salone Gerbole				
<b>n. incontri</b>	14	<b>giorno</b>	martedì	<b>orario</b>	20,15-21,15
<b>n. min</b>	10	<b>n. max</b>	24		
<b>costo €</b>	20,00		<b>tipo corso</b>	att. Motorie	

**date**

17/01/23	24/01/23	31/01/23	07/02/23	14/02/23	21/02/23
28/02/23	07/03/23	14/03/23	21/03/23	28/03/23	04/04/23
11/04/23	18/04/23				

**programma**

Ripasso dei passi base e approfondimento di nuove coreografie.

-\*-

<b>codice</b>	a45	Ballo country intermedio			
<b>docente</b>	Folli Faustino				
<b>sede</b>	salone Gerbole				
<b>n. incontri</b>	14	<b>giorno</b>	martedì	<b>orario</b>	21,30-22,30
<b>n. min</b>	10	<b>n. max</b>	24		
<b>costo €</b>	20,00		<b>tipo corso</b>	att. Motorie	

**date**

17/01/23	24/01/23	31/01/23	07/02/23	14/02/23	21/02/23
28/02/23	07/03/23	14/03/23	21/03/23	28/03/23	04/04/23
11/04/23	18/04/23				

**programma**

Presentazione di nuove coreografie e balli più complessi. I partecipanti devono possedere una discreta conoscenza dei passi base.

<i>codice</i>	a46	Passeggiate di primavera			
<i>docente</i>	<b>Lasagno Piero</b>				
<i>sede</i>	campagna volv.				
<i>n. incontri</i>	16	<i>giorno</i>	martedì	<i>orario</i>	9,00 (1/2 ore)
<i>n. min</i>	10	<i>n. max</i>	60		
<i>costo €</i>	4,00		<b>tipo corso</b>	att. Motorie	
<b>date</b>					
24/01/23	31/01/23	07/02/23	14/02/23	21/02/23	28/02/23
07/03/23	14/03/23	21/03/23	28/03/23	04/04/23	11/04/23
18/04/23	02/05/23	09/05/23	16/05/23		

**programma**

Sotto la guida esperta di Piero passeremo nella campagna Volverese, senza scartare la possibilità di qualche uscita fuori territorio.

-\*-

<i>codice</i>	a47	Balli di gruppo avanzato (primavera)			
<i>docente</i>	<b>Centola Panaiotti</b>				
<i>sede</i>	salone Gerbole				
<i>n. incontri</i>	10	<i>giorno</i>	mercoledì	<i>orario</i>	21,30-22,30
<i>n. min</i>	10	<i>n. max</i>	26		
<i>costo €</i>	15,00		<b>tipo corso</b>	att. Motorie	
<b>date</b>					
15/02/23	22/02/23	01/03/23	08/03/23	15/03/23	22/03/23
29/03/23	05/04/23	12/04/23	19/04/23		

**programma**

Presentazione di nuove coreografie e balli più complessi. I partecipanti devono possedere una discreta conoscenza dei passi

-\*-

<i>codice</i>	a48	Balli di gruppo intermedio (primavera)			
<i>docente</i>	<b>Centola Panaiotti</b>				
<i>sede</i>	salone Gerbole				
<i>n. incontri</i>	10	<i>giorno</i>	mercoledì	<i>orario</i>	20,15-21,15
<i>n. min</i>	10	<i>n. max</i>	26		
<i>costo €</i>	15,00		<b>tipo corso</b>	att. Motorie	
<b>date</b>					
15/02/23	22/02/23	01/03/23	08/03/23	15/03/23	22/03/23
29/03/23	05/04/23	12/04/23	19/04/23		

**programma**

Ripasso dei passi base e approfondimento di nuove coreografie.

**CONFERENZE aperte al pubblico**  
(Sala consiglio via Roma 3- Volvera)

<b>titolo</b>	<b>relatore</b>	<b>data</b>
L'evoluzionedeidroni	Omodei Paolo	07/11/2022
La vecchiaia è una malattia?	Gottero Mauro	05/12/2022
Gianni Rodari e il suo legame con Volvera	Beltramino Attilio	06/02/2023
I coltelli realizzati da un artigiano volverese	Fordiani Albino	06/03/2023
psichiatra (in corso di definizione)	DibenedettoGraziano	03/04/2023
chiabrera (in corso di definizione)	Chiabrera Mario	08/05/2023

## CONVENZIONI

(Sconti agli associati UNITRE di Volvera in regola con il tesseramento)

**SIMONE Roberto (quadri e cornici)** Via N. Bixio, 21- Orbassano (TO)

Sconto del 10% agli associati UNITRE di Volvera su opere realizzate presso Unitre Volvera

### **Teatro Bossatis**

Convenzione con Teatro Bossatis per assistere agli spettacoli in cartellone al costo di 5 euro.

**DINOITRE (libreria)** Via Cavour, 2 - Orbassano (TO) tel. 0119004629

Sconto del 10% agli associati UNITRE di Volvera

**Equilibra Studio di Naturopatia (ZEDDA Cinzia)** Via Tessore, 22- 10064 Pinerolo - tel. 3473408772

Sconto del 10% agli associati UNITRE di Volvera

**Farmacia dott.ssa SINISI Grazia** Via Ponsati, 49, 10040 Volvera TO

Sconto del 10%

**Centrottica Volvera** Via Ponsati, 32 10040 Volvera

Sconto 20% su occhiali da vista e da sole

### **Dott.ssa BELLINI Erika Gwenda**

Studio di Psicoterapia e di Riabilitazione/Stimolazione cognitiva

Via Testona n°24 (Torino) - Tel. 3385430314 Mail: [studiobellini.info@gmail.com](mailto:studiobellini.info@gmail.com)

Sconto del 20% su primo colloquio agli associati UNITRE di Volvera

**Gastaldi Elena - trattamenti Shiatsu** Via Cascina Nuova, 30 - 10090 Bruino (TO)

Sconto del 10% agli associati UNITRE di Volvera

**Di fiore in fiore** - Via Airasca, 30 10040 Volvera

sconto 10% *(non cumulabile con altri sconti/ promozioni in essere)* su una spesa minima di 20 euro.

**BAR Charlotte** - Via Ponsati, 52 10040 Volvera

sconto 10%

**Edicola Cartoleria Gina** - Strada Piossasco, 10 10040 Volvera

sconto 10% su giocattoli e articoli regalo. *(non cumulabile con altri sconti/ promozioni in essere)*

**Gelateria "DU' Bischeri"** - Via Ponsati, 27 - 10040 Volvera

sconto 10% su una vaschetta di gelato da 1 kg

**WHIRPOOL Il mercatino** Centro vendita elettrodomestici

Via Pinerolo, 27 - 10060 None

sconto 10% su acquisto elettrodomestici

### **IL VIVAIO GARDEN**

Str. del Brando, 1 - Orbassano (TO)

Sconto del 10% agli associati UNITRE di Volvera

**GITE**

<b>luogo</b>	<b>Data/mese</b>
Tour “Sartine a Torino”	9 ottobre 2022 (mattino)
Viaggio a Parigi in Freccia Rossa - 3 notti / 4 giorni	Dal 24 al 27 ottobre 2022
Museo della Rai (aperto dal lunedì al venerdì) e Palazzo Barolo (aperto solo il pomeriggio)	11 novembre 2022 (pomeriggio)
Mercatini di Natale in Val d’Aosta	3 dicembre 2022
Il sogno di Adriano – Ivrea	25 marzo 2023
Milano e i Navigli	15 aprile 2023
Biella - Casa Zegna – Conca dei rododendri	21 maggio 2023
Salisburgo – Monaco di Baviera – Dachau (campo di concentramento)	Dall’1 al 4 giugno 2023



UNIVERSITÀ DELLA TERZA ETÀ - APS  
UNITRE – Università delle Tre Età - Sede di VOLVERA

*“Un gruppo di persone che condivide un obiettivo comune può raggiungere l'impossibile.”*  
(Anonimo)

