

CORSI DI FORMAZIONE E APPRENDIMENTO PERMANENTE  
IN COLLABORAZIONE CON LE ASSOCIAZIONI

# IL SAPERE NON HA ETA'

ANNO FORMATIVO 2024 - 2025

## PROGRAMMA DEI CORSI

### SALUTE E BENESSERE

#### **MENTE IN FORMA**

***“Prevenzione dell’invecchiamento cognitivo”***

in collaborazione con Aral Onlus

**Obiettivo:** Monitorare lo stato di salute delle proprie funzioni cognitive, esercitarle e conoscerne il funzionamento.

Da martedì 8 ottobre dalle 13.30 alle 15.30 (due gruppi)

Docenti: Dott.ssa Marta Costantini, Dott.ssa Stella Dell’Era  
presso sede Associazione Aral - Via Bernasconi,14 - Lissone  
durata: 17 ore

#### **DANZA MOVIMENTO E TEATRO TERAPIA**

**Corso “Foglie al vento I”**

**Corso “Foglie al vento II”**

in collaborazione con Aral Onlus Lissone

**Obiettivo:** L'idea è di ripercorrere le strade della conoscenza del sé corporeo ed espressivo attraverso la danza libera e guidata ed attraverso le tecniche teatrali. Il ciclo di incontri, quindi, vuole essere un viaggio espressivo e artistico alla scoperta del modo di vedere se stessi e gli altri.

Corso I: da martedì 22 ottobre 2024 dalle ore 19.30 alle 21.00

Corso II: da martedì 21 gennaio 2025 dalle ore 19.30 alle 21.00

Docente: Dott. Vincenzo Genna

presso Palazzo Terragni - Piazza Libertà - Lissone  
durata: 15 ore (ciascun corso)

## **KINESIOLOGIA**

### **“La kinesiologia al servizio del nostro benessere quotidiano”**

in collaborazione con Associazione L'Oasi Kinesiologia e altre indisciplinaturali

**Obiettivo:** Migliorare il nostro benessere e le nostre potenzialità seguendo le indicazioni del nostro corpo, attraverso l'apprendimento di facili tecniche kinesiologiche. Acquisire maggior consapevolezza e gestire al meglio lo stress.

Apprendere il respiro giusto, facili tocchi e auto trattamenti per mantenere al meglio le nostre energie nel quotidiano.

Migliorare i nostri blocchi motori e la nostra capacità di affrontare lo stress e le sfide quotidiane.

La Kinesiologia e lo shiatsu al servizio del nostro benessere!

Da lunedì 4 novembre 2024 dalle 17.30 alle 19.00

Docenti: Dott.ssa Mariapia Monguzzi e Dott.ssa Roberta Polesinanti presso Scuola “B.Croce”- Via Mariani, 1 - Lissone

durata: 18 ore

## **PILLOLE DI MEDICINA**

### **“Le funzioni delle diverse parti del corpo: consigli per un sano stile di vita”**

in collaborazione con Circolo Culturale Don Bernasconi

**Obiettivo:** Medicina e letteratura: odontoiatria, sistema endocrino, rianimazione, apparato urinario, apparato sessuale, emergenze climatiche e demografiche, radiologia, medicina delle donne e donne nella medicina.

Da giovedì 7 novembre 2024 dalle 17:00 alle 18:30

Docente: Dott. Silvano Mussi

presso Scuola “B.Croce”- Via Mariani, 1 - Lissone

durata: 15 ore

## **STORIA, LETTERATURA E FILOSOFIA**

### **LETTERATURA E STORIA DELLE DONNE**

#### **“Da Lilith a Biancaneve: la storia delle donne”**

in collaborazione con Associazione MeC Musica e Canto

**Programma:** La storia delle donne, come ogni storia taciuta, si cela nelle pieghe della vita quotidiana, dentro ad ogni gesto inconsapevole, alle scelte, ai silenzi, ai pregiudizi tramandati come normalità. Ripercorrere questa storia significa offrire una nuova mappa del mondo che possa guidare alla comprensione delle criticità che ancora accompagnano il cammino delle donne, ma in generale dell'umanità.

Un percorso fatto di vita, di aneliti, di abnegazione e sofferenza, di battaglie, sconfitte e vittorie. La storia delle donne disvela luoghi ancora da esplorare, dove la verità non può e deve essere taciuta.

Da mercoledì 23 ottobre 2024 dalle ore 17:00 alle 19:00

Docente: Direttrice artistica Irene Carossia

presso Scuola “B.Croce”- Via Mariani,1- Lissone

durata: 20 ore

### **FILOSOFIA – IL PENSIERO DEBOLE DI GIANNI VATTIMO**

in collaborazione con Auser Filo d'Argento Lissone

**Programma:** Conoscere, attraverso la lettura diretta e il commento di alcune pagine di Vattimo, gli aspetti essenziali del cosiddetto “pensiero debole”, una corrente filosofica inaugurata negli anni Ottanta del Novecento e legata soprattutto al nome del filosofo italiano Gianni Vattimo.

Da lunedì 28 ottobre 2024 dalle 17:30 alle 19:00

Docente: Prof. Giovanni Missaglia

presso Scuola “B.Croce”- Via Mariani, 1 - Lissone

durata: 15 ore

## **LETTERATURA E STORIA DELL'ARTE**

### **“Le emozioni, ponte fra coscienza e conoscenza”**

in collaborazione con Club Donna Natalia Ginzburg

**Programma:** Analisi e interpretazione delle emozioni per riuscire a trovare una via percorribile nell'universo intricato della nostra psiche e per leggere, quindi, più agevolmente non solo dentro di noi, ma anche per cogliere più in profondità i messaggi letterari ed artistici che le grandi opere del passato ci hanno consegnato.

Da martedì 29 ottobre 2024 dalle 17:00 alle 18:30

Docente: Prof.ssa Rosanna Gianfrancesco

presso Scuola “B.Croce”- Via Mariani, 1 - Lissone

durata: 24 ore

## **STORIA LOCALE**

### **“Vicende lissonesi dalle origini ai giorni nostri”**

in collaborazione con Circolo Culturale Don Bernasconi

**Programma:** Cosa accadde quel giorno a Lissone? Vicende lissonesi nei secoli avvenute nelle diverse date: mesi di novembre e dicembre.

Da mercoledì 6 novembre 2024 dalle 17:00 alle 18:30

Docente: Silvano Lissoni

presso Scuola “B.Croce”- Via Mariani, 1 - Lissone

durata: 15 ore

## **IL DIRITTO NEL QUOTIDIANO**

### **“Per renderci più consapevoli e più forti nelle scelte quotidiane”**

in collaborazione con Associazione QDonna

**Programma:** Il diritto, organizzazione base di ogni società, gli elementi del contratto; il codice del consumo; il significato delle sigle che contraddistinguono il cibo e bevande di qualità; leggi per la parità di genere; matrimonio, separazione e divorzio; riforma sul diritto di famiglia; quote rosa; codice rosso: legge contro la violenza sulle donne.

Da mercoledì 22 gennaio 2025 dalle 17:30 alle 19:30

Docente: Dott.ssa Fiorella Brambilla

presso Scuola “B.Croce”- Via Mariani, 1 - Lissone

durata: 18 ore

## **STORIA**

### **“Crisi internazionali e trasformazioni nazionali nella storia recente”**

in collaborazione con Auser Filo d'argento Lissone

**Programma:** I principali aspetti delle crisi internazionali in corso Russia/Ucraina e Israele/Palestina ed i nuovi equilibri internazionali; le trasformazioni costituzionali in corso in Italia.

Da lunedì 10 febbraio 2025 dalle 17:30 alle 19:00

Docente: Prof. Giovanni Missaglia

presso Scuola “B.Croce”- Via Mariani, 1 - Lissone

durata: 15 ore

## **STORIA DELL'ARTE**

### **“Arte moderna e contemporanea”**

in collaborazione con Circolo Culturale Don Bernasconi

**Programma:** La fine del secolo XIX e il primo Novecento: opere d'arte ed artisti in relazione al contesto storico-geografico e alle vicissitudini degli artisti. Un viaggio che, partendo dall'Europa si estende all'Oriente, all'Africa, all'America.

Da martedì 4 marzo 2025 dalle 17:00 alle 18:30

Docente: Prof. Martino Brivio

presso scuola “B.Croce”- Via Mariani, 1 - Lissone

durata: 15 ore

## **LETTERATURA E STORIA**

### **“Il circolo di Clara Maffei nella Milano del primo Ottocento fra Romanticismo e patriottismo”**

In collaborazione con Club Donna Natalia Ginzburg

**Programma:** La contessa Clara Maffei ospitò personalità illustri, dando vita a un salotto la cui eco si diffuse per tutta Europa: <<era in Milano un tempio dell'arte e della poesia, ove era un grande onore e una promessa di gloria essere introdotti>>

Da martedì 4 marzo 2025 dalle 17:00 alle 18:30

Docente: Prof.ssa Rosanna Gianfrancesco

presso Scuola “B.Croce”- Via Mariani, 1 - Lissone

durata: 19 ore

## **ARTE E CREATIVITA'**

### **PITTURA (*base e avanzato*)**

#### **“Disegno e tecniche pittoriche”**

In collaborazione con Associazione Athéna

**Obiettivi:** Introduzione e successivo approfondimento delle tecniche artistiche pittoriche, conoscenza dei materiali e dei supporti: acquerello – guazzo – tempera – tempera all’uovo – acrilico.

Da martedì 22 ottobre 2024 (corso base) dalle 15:00 alle 17:00;

da martedì 21 gennaio 2025 (corso avanzato) dalle 15:00 alle 17:00

Docente: Gaspare Perego

presso Scuola “B.Croce”- Via Mariani, 1 - Lissone

durata: 20 ore ciascun corso

### **PUPAZZERIA**

#### **“Tecniche creative”**

in collaborazione con Associazione Athéna

**Obiettivo:** Esprimere, attraverso il cucito creativo, la realizzazione di oggetti in tessuto su supporti.

Da giovedì 7 novembre 2024 dalle 15:00 alle 17:00

Docenti: Bruna Brambilla e Nadia Arosio

presso scuola “B.Croce”- Via Mariani, 1 - Lissone

durata: 20 ore

### **TAGLIO E CUCITO (*base e avanzato*)**

#### **“Tendenza moda”**

in collaborazione con Associazione Athéna

**Obiettivi:** Apprendimento e approfondimento dei primi elementi per adattare un capo di abbigliamento alle esigenze personali.

Programma: Tecnica del taglio base, realizzazione gonna, realizzazione del capo con finiture a mano e a macchina.

Corso base: da mercoledì 23 ottobre 2024 dalle 17:00 alle 19:00

corso avanzato: da mercoledì 22 gennaio 2025 dalle 17:00 alle 19:00

Docenti: Elena Guzzo e Lina Airoidi

presso scuola “B.Croce”- Via Mariani, 1 - Lissone

durata: 20 ore (ciascun corso)

## **LINGUA ITALIANA PER CITTADINE STRANIERE**

in collaborazione con Associazione QDonna

**Obiettivo:** Comprendere e comunicare in lingua italiana, acquisire il lessico di base per poter comunicare negli ambiti più significativi della vita quotidiana, un momento in cui poter mettere in comune le proprie potenzialità, le proprie competenze e in cui poter esprimere sé stesse come donne e come persone.

Da mercoledì 23 ottobre 2024 dalle 14:00 alle 16:00

presso Sala Polifunzionale - Biblioteca Civica di Lissone

CORSO GRATUITO

## **CORSO DI VOCALITA' CORALE**

in collaborazione con Associazione Coro Città di Lissone

**Obiettivo:** Il canto condiviso aiuta a conoscere meglio il proprio "strumento" vocale, imparare ad usarlo adeguatamente sviluppando l'ascolto dell'altro per raggiungere i meccanismi della coralità. Aspetti tecnici trattati: respirazione, intonazione, postura, dizione, scansione ritmica.

Da mercoledì 23 ottobre 2024 dalle 20:00 alle 21:30

Docente: Maestro Timoteo Minò

presso Sede Associazione

durata: 15 ore

CORSO GRATUITO