

**AGGIUNGI QUALITÀ AL TUO TEMPO LIBERO!
REGALATI MOMENTI TUTTI TUOI.**

**Iscriviti all'UTE:
una palestra per la mente, l'anima e il corpo.**

Non ci sono limiti di età!
Non è richiesto alcun titolo di studio!

COGLI L'OCCASIONE PER:

- stare con gli altri nel segno del piacere e del bello
 - salvaguardare il tuo benessere psicofisico
- riprendere o iniziare un percorso culturale motivante
 - essere presente al tuo tempo
 - vivere una vita di qualità



Sede UTE: via Giordano 14, Birone di Giussano

6 BUONI MOTIVI per scegliere l'UTE di Giussano

1. Pluralità delle iniziative (incontri e gite culturali, visite guidate a mostre, musei e città d'arte, corsi di fitness, partecipazione a eventi musicali, teatrali e sociali)
2. Valorizzazione dei rapporti interpersonali
3. Professionalità dei docenti e qualità delle proposte
4. Indipendenza politico-confessionale
5. Convenienza e praticità di accesso
6. Partecipazione libera agli incontri

Quota associativa annuale

Euro 80,00

(Per le attività di palestra è prevista una modica quota integrativa)

Iscrizioni

A partire da lunedì **17 settembre** presso la sede
dal lunedì al venerdì, dalle **15,00** alle **17,00**

Inizio incontri e corsi

MARTEDÌ 9 OTTOBRE

Incontri culturali e corsi di lingua in sede: dal lunedì al venerdì, dalle 15,00 alle 18,30.

Corsi in palestra (via M. d'Azeglio, 64 - Scuola Elementare di Giussano):

lunedì, martedì, mercoledì e venerdì, dalle 16,30 alle 18,30;
giovedì dalle 16,30 alle 17,30.

Per informazioni

Vice Pres./Coordinatrice **Prof.ssa M. Elli:** 345 8538669 / ute.giussano-mb@libero.it

Presidente **Dott. Giovanni Cattò:** giovanni.catto39@gmail.com

www.utegiussano.it

Visita la pagina Università della Terza Età nella sezione "Associazioni" oppure
"Vivere la Città" del sito www.comune.giussano.mb.it



Università Terza Età, Giussano



c/o Scuole Elementari San Filippo Neri, via Giordano 14, Birone di Giussano



UTE 1994-2018
24° anno di fondazione



Sede UTE: via Giordano 14, Birone di Giussano

PROGETTO SOCIO-CULTURALE 2018 - 2019 Università della Terza Età di Giussano

COME CONIUGARE CULTURA,
TEMPO LIBERO E QUALITÀ DELLA VITA



Sede UTE: via Giordano 14, Birone di Giussano

› **Incontri a tema:**

Antropologia

- **La cultura del cibo.** Erbe spontanee locali: usi e tradizioni, *dott. F. Galimberti*
- **La “cultura” lombarda:** modi di dire, proverbi e canzoni popolari, *dr. A. Colombo*

Archeologia

- **Arte e storia del popolo romano,** *dott. F. Redolfi*

Arte

- **Architettura fortificata medioevale,** *prof.ssa E. Sangalli*
- **“Le vie dell’acqua” e i luoghi della spiritualità milanese,** *prof.ssa E. Sangalli*
- **Il paesaggio in pittura dal ‘900 all’oggi,** *prof.ssa M.C. Colombo*
- **Egitto:** arte e storia del Nuovo Regno, *ing. A. Elli*
- **Arte contemporanea:** parliamo di **Modigliani,** *doc. E. Maccari*

Astronomia

- **Il sistema solare,** *prof.ssa A. Crotti*
- **L’universo,** *prof.ssa A. Crotti*

Biologia/Ambiente/Ecosostenibilità

- **Varietà ambientali e agroalimentari,** *dott. G. Villa*
- **Le aree protette lombarde,** *dott. G. Villa*
- **L’importanza dei corridoi ecologici,** *dott. G. Villa*
- **Il “ciclo” dell’acqua e l’intervento dell’uomo,** *dott. G. Villa*

Diritto

- **Questioni di Diritto nella pratica quotidiana,** *avv. R. Cantaluppi*

Epistemologia

- **Quando il tutto è uguale alla parte,** *ing. A. Garzillo*

Filosofia

- **Storia della filosofia antica,** *prof. E. Marelli*
- **La questione della libertà tra ‘500 e ‘600,** *prof. C. Longoni*
- **“L’Umanesimo” per il XXI secolo:** come essere pienamente umani, *prof. C. Fontana*
- **Le paure e il coraggio,** *prof. C. Fontana*

Fisica

- **Il secolo 19°:** le scoperte scientifiche e la nascita della fisica moderna, *dott. E. Elli*
- **La struttura della materia / La meccanica dei fluidi,** *dott. S. Rovagnati*
- **Approccio inusuale alla figura di G. Galilei,** *ing. A. Garzillo*

Geologia

- **Il pianeta terra,** *dott. A. Peruffo*

Letterature

- **Le Georgiche di Virgilio:** la vita di campagna come nuova **età dell’oro,** *prof.ssa F. Pirovano*
- **Incontro con la Divina Commedia:** alcuni canti famosi dell’**Inferno,** *prof.ssa F. Pirovano*
- **L’Orlando furioso: tra sogno e realtà (2),** *prof.ssa M. Longoni*
- **Saperi e sapori letterari,** *prof.ssa M. Longoni*
- **Promessi Sposi:** lettura e commento di pagine significative, *prof. A. Dell’Orto*

› **Incontri a tema:**

Letterature (segue)

- **La “cultura” da San Francesco a Boccaccio,** *prof. F. Venturini*
- **Fantascienza:** letteratura e cinema, *prof. F. Venturini*
- **I miti classici dall’antichità all’oggi:** i grandi racconti delle **stelle,** *prof.ssa L. Cavadini*
- **La scoperta dell’individualità e la poesia d’amore nella lirica greca,** *prof. G. Cassina*
- **La Commedia di Aristofane,** testimone di Atene che cambia, *prof. G. Cassina*
- **I 2 “Robinson”:** metafore della colonizzazione del Nuovo Mondo, *prof.ssa S. Appennini*
- **Il Rinascimento e il Barocco nella letteratura spagnola,** *prof.ssa S. Appennini*

Psicanalisi/Psicologia

- **La psicanalisi da Freud ai giorni nostri,** *Dr. A. Zerbini*
- **Psicopatologia dei legami familiari,** *Dr. A. Zerbini*
- **Il viaggio interiore che conduce alla scoperta di sé,** con l’aiuto di Jung, *Dr. G. Foieni*

Religione

- **La misericordia cristiana e la compassione buddhista,** *padre L. Mazzocchi*
- **Il mondo ebraico e le sue tradizioni,** *M. Cimnaghi*

Storia

- **I Borgia:** una famiglia sopra le righe, *prof. F. Corti*
- **Alcune grandi battaglie,** *prof. F. Corti*
- **L’Italia del secondo Dopoguerra,** *prof. F. Corti*
- **Il culto della personalità del capo nei totalitarismi del XX sec.,** *prof. A. Daghetta*
- **Origine e diffusione del monachesimo,** *prof. E. Elli*
- **Processo, condanna e morte di Socrate** attraverso passi di Platone, *prof. G. Cassina*
- **I nazionalismi,** *prof. C. Fontana*

› **Laboratori lingue:**

- **Italiano:** piccoli e grandi dubbi sulla nostra lingua, *doc. L. Pozzi*
- **Francese:** corsi su 2 livelli, *doc. C. Moenne.*
- **Inglese:** corsi su 4 livelli, *prof.ssa M. Elli, prof.ssa G. Grilli, doc. M. Danielli*
- **Inglese per viaggiare,** *prof.ssa G. Grilli*
- **Spagnolo:** corsi su 2 livelli, *prof.ssa S. Appennini.*
- **Tedesco:** corsi su 2 livelli, *prof. Ph. Schaller*

› **Laboratori vari:**

- **Cinema:** Rassegna film a tema: la famiglia, specchio dei tempi e dei luoghi, *prof.ssa M. Longoni*
- **Disegno e tecniche pittoriche,** *doc. G. Canzi*
- **Fotografia digitale:** corso base e avanzato, *doc. G. Giorgione*
- **Ideare e realizzare monili,** *dott.ssa E. Sangalli*
- **Informatica:** corso base e avanzato, *docenti vari*
- **Lettura espressiva** finalizzata al **Teatro,** *doc. G. Colombo*
- **Letterariamente:** Letture di testi vari seguite da riflessioni guidate, *docenti vari*
- **Musica:** ascolto guidato alla **comprensione della musica classica,** *doc. A. Ligorio*
- **Raccontare il viaggio,** *Relatori vari*

› **Incontri per il benessere psico-fisico**

• **Alimentazione:**

- **Alimenti a basso indice glicemico,** *Dr. E. Corti*
- **Macrominerali,** *Dr. E. Corti*
- **Oligoelementi,** *Dr. E. Corti*
- **Obesità:** cause e rimedi, *Dr. E. Corti*
- **Cardiologia:** disturbi cardio-vascolari, *Dr. G. Cattò e Dr. N. Jones*
- **Erboristeria:** conoscere e curarsi con i rimedi naturali, *doc. E. Mottadelli.*
- **Neurologia:** le funzioni emotivo-cognitive del cervello, *Dr. A. Colombo*
- **Ortopedia:** problemi osteo-articolari, *dott. A. Elli*
- **SPORTELLLO AMICO:** incontri individuali di sostegno psicologico, *Dr. A. Zerbini*

› **Attività per il benessere in palestra**

- **Posturologia:** esercizi per assumere la giusta postura, *dott. E. Zanfrini*
- **Gym cervico-dorsale,** *doc. G. Terraneo*
- **Gym dolce,** *doc. G. Terraneo*
- **Gym per l’artrosi e sciatalgie,** *doc. F. Erba*
- **Nordic walking:** prevenire e curare numerosi disagi in spazi naturali, *doc. F. Erba*
- **Pilates,** *doc. G. Capra*
- **Pensare positivo:** tecniche di rilassamento e distensione per la salute emotiva, *dott.ssa D. Sirtori*
- **Yoga dinamico,** *doc. G. Capra*
- **Zumba Gold e danza del benessere,** *doc. R. Cristino*

› **Incontri ed eventi socio-culturali-ricreativi**

- **Itinerari nell’Italia del “bello” e del “buono”,** alla scoperta del **patrimonio artistico-culturale, paesaggistico e gastronomico italiano:** visite guidate ad aree protette, città d’arte, borghi, musei, mostre, dimore storiche e nobiliari.

- **Bridge, Burraco, Scacchi,** ecc.

