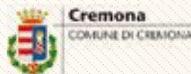


COLTIVIAMO LA TUA
CURIOSITÀ
E LA TRASFORMIAMO
IN **PASSIONE**



~~~~~  
corsi, laboratori e  
conferenze per il  
vostro tempo libero,  
per socializzare,  
per conoscere e  
condividere  
~~~~~

con il patrocinio di



Comune di
CREMA

Dove e Quando Mi Iscrivo?

NUOVA SEDE

Ex Portineria Cremona Solidale

Via Brescia, 207

Tel: 0372 44 8678 **Cell:** 393 8018623

e-mail: unipop.cremona@auser.lombardia.it

web: www.auserunipopcremona.it

FB: Auser Unipop Cremona

Orario Segreteria

Lunedì: 10.00/13.00 – 14.00/18.00

Martedì: 10.00/13.00 – 14.00/18.00

Mercoledì: 10.00/16.00 (orario continuato)

Giovedì: 10.00/13.00 – 14.00/18.00

Venerdì: 10.00/13.00

A partire dal mese di Settembre, sarà presente, due pomeriggi a settimana, uno sportello iscrizioni all'interno della Cgil in via Mantova, 25

CGIL

Via Mantova, 25

Lunedì: 14.00/18.00

Mercoledì: 14.00/18.00

Auser Unipop Cremona: Chi Siamo

L'Auser Unipop Cremona è un'associazione di promozione sociale che organizza corsi, laboratori, eventi, conferenze, attività formative per il tempo libero, per socializzare e stare insieme.

Nasce il **1° giugno del 1996 a Cremona** su idea di **Donata Bertoletti** che insieme a un ristretto gruppo di persone getta le basi per quella che diventerà una scuola strutturata, stabile e sempre più presente su tutto il territorio cremonese.

Le sedi che ospitano i nostri corsi a Cremona

• **Istituto Ghisleri - Beltrami**
Via Palestro, 35

• **Liceo Scientifico Statale/Liceo delle Scienze Applicate "Gaspere Aselli"**
Via Palestro, 31/A

• **Cremona Solidale**
Via Brescia, 207

• **Centro Sociale Auser Stradiotti**
Via Alfeno Varo, 8

• **CRAL Aziende Sanitarie Cremonesi**
Via Postumia, 23/L



Abbiamo una nuova sede

Abbiamo passato 22 anni nella sede della CGIL di Cremona, l'organizzazione sindacale dalla quale siamo nati e che ci ha ospitati fin dalla nostra fondazione nel giugno del 1996. È giunto il momento di uscire dalla "casa" che ci ha sempre sostenuto e aiutato a crescere. Dalla **fine del mese di giugno del 2018** ci siamo trasferiti insieme ad AUSER provinciale nella palazzina (ex portineria) di Cremona Solidale in via Brescia 207.

Dobbiamo ringraziare *Cremona Solidale* e *Fondazione Città di Cremona* che ci hanno offerto questa importante opportunità.

Questo grazie alla loro scelta di recuperare l'edificio della storica portineria ed affidarla a noi come nostra sede di lavoro (senza oneri di affitto) e come luogo di "incontro" delle associazioni di volontariato che attualmente operano all'interno di Cremona Solidale con iniziative a favore degli ospiti della struttura.

A questo scopo abbiamo presentato un progetto denominato "*Portineria Solidale*" il quale prevede diverse proposte finalizzate alla realizzazione di attività destinate agli ospiti della struttura, ai loro familiari e ai cittadini del quartiere e della città.

La nostra nuova casa ha più spazi a disposizione per svolgere le nostre attività di segreteria ma soprattutto per poter organizzare incontri, seminari, corsi e le varie azioni che si svilupperanno nel tempo.

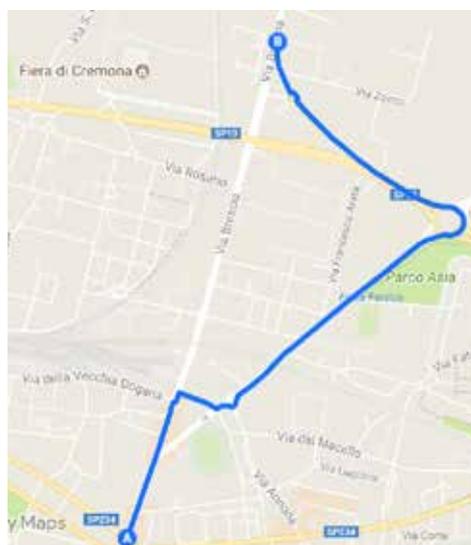
Con questa scelta possiamo affermare di dare avvio ad una nuova fase di presenza nel contesto sociale del nostro territorio, di poter rispondere di più e meglio alle necessità dei cittadini e alle persone che più di altri hanno difficoltà a trovare risposte ai loro problemi personali e familiari e dare un senso concreto a quelli che sono i diritti di cittadinanza.

il presidente di Auser Unipop
Giorgio Toscani

Come raggiungerci

da Porta Venezia:

- seguire via Brescia, svoltare a destra per via Persico (direzione Stadio);
- proseguire su via Persico fino alla rotonda che incrocia la tangenziale;
- svoltare a sinistra (terza uscita) e tenere la destra in direzione Brescia;
- proseguire fino alla rotonda e prendere la prima uscita verso Cremona Solidale, proseguendo dritto (strada chiusa) fino alla vecchia entrata con il cancello grande verde che dà su via Brescia



Come Associarsi all'Auser Unipop Cremona

Le nostre iniziative sono rivolte a **TUTTI** indipendentemente dal titolo di studio e dell'età

Diventare socio Auser Unipop Cremona è molto semplice:



DI PERSONA, PRESSO LA SEGRETERIA:

- compila la domanda di iscrizione
- versa la quota associativa **NON RIMBORSABILE** di euro **22,00**
- versa in contanti o tramite **bancomat** la quota del corso



TRAMITE MAIL:

- scarica la domanda di iscrizione nella sezione **MODULISTICA** del nostro sito **www.auserunipopcremona.it**
- compila, firma e invia la domanda di iscrizione al nostro indirizzo email **unipop.cremona@auser.lombardia.it**
- effettua il pagamento della quota associativa **NON RIMBORSABILE** di **euro 22,00** e la quota del corso tramite **BONIFICO BANCARIO** sul conto **IT87m0503411420000000217230**
- invia la ricevuta di avvenuto pagamento al nostro indirizzo mail **unipop.cremona@auser.lombardia.it**



COSTI:

Il contributo deve essere corrisposto per intero all'atto dell'iscrizione, che dovrà avvenire almeno **entro 5 giorni** dalla partenza del corso.

I corsi verranno avviati se raggiungeranno il numero minimo di partecipanti previsto per ognuno dei corsi stessi.

L'iscrizione annuale è di **22 euro** per **l'anno accademico 2018/19** (settembre 2018 – giugno 2019) e **NON È RIMBORSABILE** in quanto quota associativa comprensiva di assicurazione, **NEMMENO SE IL CORSO NON PARTE**.



RIMBORSI:

Il contributo del corso, previa presentazione della **RICEVUTA DI PAGAMENTO**, è rimborsabile **ESCLUSIVAMENTE** nei seguenti casi:

- a) per cancellazione del corso da parte della Segreteria, qualora non si raggiunga un numero minimo di iscritti;

b) per impossibilità dell'iscritto ad iniziare il corso, causa seri e documentati motivi prima dell'avvio del corso. In questo caso sarà comunque trattenuta la quota di 10,00 euro per le spese organizzative sostenute.

c) è possibile spostare la quota corso da rimborsare su un altro corso di interesse organizzato sempre nell'arco dello stesso anno accademico.

LA QUOTA TESSERA DI EURO 22,00 NON È MAI RIMBORSABILE



RIDUZIONI

• I soci che abbiano superato i **65 anni** di età, hanno uno **sconto del 50% sui corsi di Informatica**.

• I soci che si iscrivono, nello stesso anno accademico, al **secondo** corso, hanno diritto a una **riduzione del 10%** sul costo del corso, **dal terzo corso in poi**, hanno diritto a una **riduzione del 20%** sul costo del corso, **salvo ulteriori promozioni già applicate dalla segreteria**.

• Per i **minori di 18 anni** sarà possibile partecipare ad alcuni dei nostri corsi con i parenti adulti (possibili deroghe per ragazze e ragazzi almeno sedicenni) usufruendo di un particolare sconto.



ASSICURAZIONE

Gli iscritti all'Auser Unipop Cremona sono coperti da polizza assicurativa UNIPOL di responsabilità civile verso terzi (cose o persone) e per eventuali infortuni derivanti da sole cause oggettive, sempre e unicamente nell'ambito di svolgimento delle attività programmate dall'Unipop.



CONVENZIONI *(per i dettagli chiedere direttamente in segreteria Unipop)*

- **CGIL:** gli iscritti alla CGIL hanno lo sconto del 30% sul primo corso al quale ci si iscrive;
- **Studio Dentistico Dott. Santoro:** prezzi agevolati e scontati per diversi servizi;
- **UNIPOL SAI:** scontistica su diversi prodotti assicurativi;
- **FICO (Parco Agroalimentare a Bologna):** scontistica sull'ingresso e su alcune esperienze;
- **FLOUDA FLY (agenzia viaggi):** prezzi agevolati per diversi servizi;
- **CAAF CGIL:** gli iscritti AUSER UNIPOP CREMONA usufruiranno dei servizi erogati dal sistema fiscale con le stesse modalità in atto per gli iscritti CGIL, con tariffe agevolate;
- **MUSEO LAUS POMPEIA:** ingresso ridotto per gli iscritti AUSER UNIPOP CREMONA.

Auser Unipop collabora con:



MicroFestival di Teatro & Musica Antica

All'interno dell'oratorio della Beata Vergine di Caravaggio, presso il **Museo della Civiltà Contadina del Cambonino**, si svolgerà la rassegna di concerti, giunta alla quarta edizione, sotto la direzione artistica di Roberto Cascio, esperto di musica rinascimentale e barocca. All'interno di questo piccolo luogo che fu di preghiera e raccoglimento, verranno messi in scena, anche grazie al contributo di Auser Unipop Cremona, rappresentazioni con testi del XVI secolo e brevi interventi musicali attraverso la forma semi-scenica o di reading. **In programma nel mese di Aprile 2019.**

In collaborazione con Associazione 25 Aprile

Progetto Verso una didattica della Costituzione. Conoscere la Costituzione. Formare alla cittadinanza

Continua anche per il prossimo a.s. 18/19 la collaborazione con l'**Associazione 25 Aprile, Conoscere la Costituzione. Formare alla cittadinanza**. Avrà inizio in novembre con la presentazione del sito-archivio contenente esperienze e percorsi realizzati nei diversi ordini di scuola sulle tematiche costituzionali. Si concretizzerà in sei-sette giornate di studio complessive alcune delle quali verteranno sulla tematica "scuola e diritto al sapere nella Costituzione".

Lezioni aperte in città

Lezioni aperte a ingresso libero, in orario pomeridiano e serale presso **Spazio Comune** e il **Centro Anziani Auser Stradiotti**, con diverse tematiche che riguardano i corsi di Auser Unipop, in programma nell'a.a. 2018/19.

In collaborazione con Cremona Solidale

Laboratori per ospiti e dipendenti

Nell'ambito della convenzione stipulata con **Cremona Solidale**, anche per il prossimo anno accademico 2018/19 realizzeremo alcuni laboratori artistici che utilizzano le tecniche di pittura con acquerello rivolti agli ospiti della struttura. Per i dipendenti, invece, verranno realizzati incontri di attività motoria per il benessere personale e attività per acquisire le tecniche necessarie per eseguire attività di ginnastica posturale.

In collaborazione con Proteo Lombardia

Formazione Docenti Scuole

I corsi organizzati in collaborazione con l'**Associazione Proteo Fare e Sapere Lombardia** potranno essere riconosciuti come attività di formazione per i docenti e pertanto le ore frequentate saranno attestate, in quanto Proteo Fare e Sapere è un'associazione riconosciuta dal MIUR quale soggetto qualificato per la formazione (Decreto Miur n.177/2000 e DM del 08/06/2005), inserito nel Comitato delle Associazioni professionali dei docenti e dei dirigenti scolastici (Decreto Miur n.34/2010).

L'ANNO SCOLASTICO 2017/18 SI È CONCLUSO CON:



DA TUTTI NOI DI AUSER UNIPOP CREMONA!

UNO SGUARDO SUL MONDO

2018
2019

laboratori per la Scuola dell'Infanzia e Primaria



SCUOLA DELL'INFANZIA
E PRIMARIA

Auser Unipop Cremona propone una serie di laboratori per le Scuole dell'Infanzia (dai 4 anni) e Primaria del comune di Cremona e di alcuni comuni limitrofi. Il progetto, denominato **Uno sguardo sul mondo**, ha l'obiettivo di fornire gli stimoli per guidare i bambini a incontrare diverse forme artistiche e diversi linguaggi espressivi e di farli interagire con essi a vantaggio dello sviluppo di un'osservazione viva, critica verso ciò che li circonda.

I laboratori prevedono un piccolo contributo a bambino di sostentamento al progetto.

IL CORPO ARMONICO: MI MUOVO CON LA MUSICA

La danza entra nella scuola attraverso un laboratorio che offre una proposta di movimento espressivo e creativo, supportata da musica dal vivo, per creare un'attività coinvolgente e che allo stesso tempo aiuti il bambino, attraverso il proprio corpo, a esplorare il mondo che lo circonda, a interagire e socializzare con gli altri, in un contesto dove sempre più si intrecciano realtà culturali e linguistiche diverse.

Articolazione: 6 incontri di 1 ora ciascuno, con gruppi di 15 bambini circa.

DALLA TERRA ALLE TERRE

La manipolazione è un'attività importante nella crescita del bambino. Manipolare l'argilla è un'esperienza creativa e sensoriale molto appagante. Il contatto con la creta, materiale vivo, mette chiunque lavori, in condizioni di rilassarsi e concentrarsi. Creando insieme, ogni bambino riesce ad esprimere semplicemente il meglio di sé sviluppando manualità, coordinazione e collaborando con gli altri in armonia.

Articolazione: 6 incontri di 2 ore ciascuno con gruppi di 10/12 bambini.

Disponibilità docente solo al pomeriggio.

COLORIAMO IL MONDO

Il disegno è per i bambini un mezzo di comunicazione, un linguaggio gioioso e il colore è una componente fondamentale del codice grafico-pittorico che cresce "nel" e "con" il bambino, anche nella relazione con gli altri e con il mondo. Questo laboratorio propone situazioni per far sì che il bambino si ponga in modo curioso di fronte al mondo, impari ad osservarlo, raccolga particolari e indizi, aumenti la fiducia nelle proprie capacità, favorisca la libera espressione creativa.

Articolazione: 6 incontri di 1 ora e mezza ciascuno con gruppi di 10/12 bambini

ENGLISH FOR KIDS

Il laboratorio di inglese si propone di avvicinare i bambini alla lingua inglese attraverso l'interazione, il gioco e l'attività creativa, favorendo un processo naturale e spontaneo di acquisizione dei contenuti. In ogni incontro non mancheranno le possibilità di stimolare l'interazione tra i bambini partecipanti e la conversazione in lingua con la finalità di dare loro gli strumenti necessari per presentarsi, parlare di sé e descrivere semplici oggetti del loro quotidiano

Articolazione: 8 incontri di 1 ora ciascuno con gruppi di 10/12 bambini

CREMONA, TANTE REALTÀ', UN SOLO PROGETTO: CRESCERE INSIEME



2018
2021

FEBBRAIO 2018/
FEBBRAIO 2021

"I NONNI COME FATTORE DI POTENZIAMENTO DELLA COMUNITÀ EDUCANTE A SOSTEGNO DELLE FRAGILITÀ GENITORIALI"

Rif. Progetto: 2016-PIN-00052

La **povertà economica** è spesso causata dalla **povertà educativa**: le due si alimentano reciprocamente e si trasmettono di generazione in generazione. Per contrastare questo contesto è nato il progetto **"I nonni come fattore di potenziamento della comunità educante a sostegno delle fragilità genitoriali"** realizzato nell'ambito del bando per la prima infanzia affidato da Fondazione con il Sud all'impresa sociale "Con i bambini".

Il progetto si articola a livello nazionale coinvolgendo la rete Auser di Lombardia, Umbria, Toscana e Basilicata e nasce dall'idea di valorizzare le risorse che i nonni volontari Auser possono offrire alle famiglie con i bambini più piccoli.

Il progetto è stato approvato con decorrenza **dal 5 febbraio 2018 e durerà 3 anni**.

Auser Unipop Cremona, capofila per il progetto locale **"Cremona, tante realtà, un solo progetto: Crescere insieme"**, realizzerà diverse e molteplici azioni nei comuni di Gerre de' Caprioli, Stagno Lombardo, Pieve d'Olmi e San Daniele Po:

- Ricerca sulla presenza delle famiglie con bambini tra 0-3 anni, con particolare attenzione ai loro bisogni e alle loro esigenze;
- Riqualificazione dell'edificio ex Scuola di Pieve d'Olmi con realizzazione di una ludoteca all'interno della quale verranno realizzati laboratori dedicati ai bambini della fascia 0-3 anni e ai loro familiari;
- Laboratori artistici, motori e musicali da svolgere nelle scuole dell'Infanzia dei quattro comuni, in orario curriculare come sperimentazione dell'ampliamento orario;
- Incontri con le famiglie dei territori, da realizzare sia all'interno dei plessi scolastici che in luoghi predisposti dai quattro comuni;
- Realizzazione di centri estivi nel comune di Stagno Lombardo nei mesi di luglio 2018, 2019, 2020.

PER INFO

Tel. 0372/448678 - Cell. 393 80 18 623

Via Brescia, 207

crescereinsieme@auserunipopcremona.it

www.crescereinsieme.auserunipopcremona.it

FB: Crescere Insieme – Progetto Cremona @progettocremona

PORTINERIA SOLIDALE

Una rete tra le associazioni di Volontariato

2018
2019

PRESSO



MARZO 2018/
OTTOBRE 2019

Il progetto nasce dalla scelta di **Cremona Solidale** e **Fondazione Città di Cremona** di recuperare, ristrutturandolo, l'edificio della storica Portineria ed affidarlo ad **Auser Unipop** e **Auser Comprensorio di Cremona** quale sede di lavoro (senza oneri di affitto) e come luogo di incontro delle Associazioni di volontariato che attualmente operano all'interno di Cremona Solidale. Non solo "occupazione" di spazi ma costruzione di un vero e proprio presidio fisico e, al tempo stesso, simbolico, in un luogo connotato da sempre come "ultima tappa" dell'età anziana e della non autosufficienza.

Per questo scopo, Auser Comprensorio di Cremona e Auser Unipop hanno presentato il progetto denominato **"Portineria Solidale"** il quale prevede diverse proposte finalizzate alla realizzazione di attività destinate agli ospiti della struttura, ai loro familiari e ai cittadini del quartiere e della città. Si è così promossa una rete tra associazioni e organizzazioni, che, nella maggior parte, operano già in modo attivo all'interno del Centro Geriatrico, ognuna con la propria *mission* e con le proprie caratteristiche identitarie.

La ricca rete si articola in due parti: il partenariato formato dal Capofila **Auser Volontariato, Auser Unipop, Cooperativa Cospes, Cooperativa Nazareth, Cooperativa Varietà**, e la rete degli aderenti, **La Tartaruga; Dal Naso al Cuore Onlus; Radici per Volare; Amici della Terza Età; Comitato di Quartiere N.5; Fondazione Iris; Cooperativa Iris; Gruppo Gamma; Società Centrale Femminile e Casa S.Omobono; Ucipem; Comune di Cremona.**

All'interno della palazzina, poi, sarà presente uno Sportello Sociale luogo di ascolto dove le persone e le famiglie potranno recarsi in caso di necessità per ricevere informazioni di carattere sociale e assistenziale.

CONTATTI

0372/448680 DAL LUNEDÌ AL VENERDÌ - DALLE 9.00 ALLE 12.00 - VIA Brescia, 207
info@portineriasolidale.it - www.portineriasolidale.it - FB: Portineria Solidale

PARTNER:





keep calm and fai il servizio civile

 30 ORE SETTIMANALI

 365 GIORNI

 ETA' FRA I 18 E I 28 ANNI



INVIA IL TUO CURRICULUM a

unipop.cremona@auser.lombardia.it

CONTATTI

VIA Brescia, 207 - Cremona

Tel: 0372 44 8678 - **Cell:** 393 80 18 623

e-mail: unipop.cremona@auser.lombardia.it

web: www.auserunipopcremona.it

FB: Auser Unipop Cremona

CONTATTACI!



è tempo di vacanze!

I VIAGGI IN COLLABORAZIONE CON AUSER UNIPOP CREMONA!



per info: contatta la nostra segreteria

11 nov. 18

**PABLO
PICASSO
A PALAZZO
REALE**

15-16 dic 18

**MERCATINI
DI NATALE
DI MERANO
E VIPITENO**

13 apr. 19

**VISITA
GUIDATA
A LODI**

19 mag. 19

**TOUR
ISOLE
BORROMEE**

Fouda Fly Viaggi e Turismo

Via Benedetto Croce 7, 26900 Lodi

Tel. 0371 417341 – 328 3442880

e-mail: foudaflly@gmail.com

www.viaggifoudaflly.eu

Facebook: Fouda Fly Viaggi e Viaggi di gruppo Fouda Fly



Avvalendosi dei migliori Tour Operator Nazionali ed Esteri, suggerisce le migliori soluzioni per i viaggi e le vacanze, riuscendo a coniugare la qualità dell'offerta e la convenienza dei prezzi per tutte le destinazioni e tariffe aeree speciali, in particolare per **Nord Africa, Cuba, Repubblica Dominicana e Sud America.**

Fouda Fly è inoltre specializzata in:

- Viaggi su misura;
- Pacchetti viaggio e offerte last minute;
- Viaggi di nozze con possibilità di Liste Nozze personalizzabili;
- Servizi singoli: noleggio auto, prenotazione hotels e appartamenti, assicurazioni di viaggio;
- Biglietteria: aerea, navale e ferroviaria nazionale ed internazionale.

I CORSI AUSER UNIPOP

2018
2019

COLTIVIAMO LA TUA
CURIOSITÀ
E LA TRASFORMIAMO
IN PASSIONE



LUNEDÌ 3 SETTEMBRE 2018
SI APRIRANNO LE ISCRIZIONI

Benessere



Alimentazione vegetariana vegana crudista e fruttifera

Docente: Annalisa Subacchi. **Durata:** 3 lezioni da 1 ora e mezza.

Programma: comporre un'alimentazione vegetariana vegana o altro, in modo da potersi orientare negli stili alimentari e fornire tutti gli elementi per una scelta consapevole. Esempi pratici con ricette per tutti i gusti.

Costo: € 30

Autodifesa

Docente: Monia Castelli. **Durata:** 6 lezioni da 1 ora.

Programma: mettersi alla prova e divenire maggiormente consapevoli delle proprie potenzialità, per implementare le capacità di difendersi dai pericoli e dalle minacce all'integrità fisica e psichica.

Costo: € 20

Meditazione

Docente: Rosanna Grazzani. **Durata:** 5 lezioni da 1 ora. **Corso riservato alle sole donne.**

Programma: meditare vuol dire entrare in uno stato di quiete, caratterizzato da un rallentamento delle onde cerebrali e da un rilassamento psicofisico, per ottenere benefici fisici, emozionali e psichici. Con la meditazione non si fugge dalla realtà ma questa disciplina permette, a chi la pratica, di vivere pienamente il presente.

Costo: € 35

Primo Soccorso

Docente: Alessandro Rancati. **Durata:** 6 lezioni da 2 ore, cadenza bisettimanale.

Programma: esame dell'infortunato; ferite, emorragie e loro trattamento; ustioni e loro trattamento; shock; fratture e loro trattamento; perdite di coscienza; droghe. Prove pratiche di: posizione laterale di sicurezza; respirazione artificiale; massaggio cardiaco.

Costo: € 10

Trucco

Docente: Elisa Ceolin. **Durata:** 6 lezioni da 2 ore.

Programma: apprendere le tecniche e gli elementi di osservazione per valorizzare il proprio viso, la propria immagine e la propria espressività attraverso la scelta adeguata del make-up quotidiano. Lezioni pratiche per apprendere gli elementi tecnici della detersione del viso, della scelta del prodotto adatto al proprio make-up e sua conservazione, del make-up di occhi, labbra e viso.

Costo: € 60

Balli latino-americani

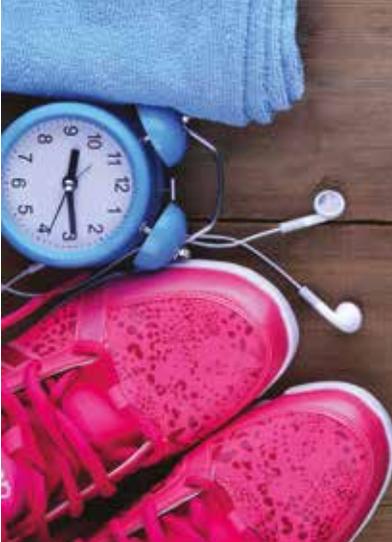
Docente: Giulia Scolari **Durata:** 10 lezioni da 1 ora

Programma: Si balla sin dalla notte dei tempi, da prima che nascesse la parola. Ballare fa bene, fa sfogare, fa divertire e ci mantiene in forma. Impariamo le basi dei balli latino-americani e caraibici e balliamo insieme!

Costo: € 35

NOVITÀ

PREZZO SPECIALE



libera la tua voglia
di movimento!

CORSI ANNUALI

OFFERTE PER ABBONAMENTO ANNUALI PER TUTTI I CORSI: PER INFO, CHIEDERE IN SEGRETERIA

*giorni e orari potrebbero subire variazioni secondo la disponibilità della palestra

CORSO	DOCENTE	DURATA	COSTO
GINNASTICA DOLCE*	CHIARA GARBELLI	LUN/MER 15.00 – 16.00 16.00 – 17.00	25 € al mese/ annuale 130€
NOVITÀ GINNASTICA POSTURALE	LUNA STORTI	LUN/VEN 10.30 – 11.30	10 LEZ 35 EURO 20 LEZ 65 EURO 30 LEZ 95 EURO
NOVITÀ TOTAL BODY	VERONICA MARIOTTI	MART/GIOV 18.30 – 19.30	10 LEZ 35 EURO 20 LEZ 65 EURO 30 LEZ 95 EURO
YOGA	RAFFAELLA ROMANI	MART/GIOV 10.00 – 11.00 18.30 – 19.30	10 LEZ 35 EURO 20 LEZ 65 EURO 30 LEZ 95 EURO
ZUMBA	ELENA FILIPPI	LUN/MER 18.30 – 19.30	10 LEZ 35 EURO 20 LEZ 65 EURO 30 LEZ 95 EURO

Cucina e Degustazione



BirriAmo: conoscere la birra

Docente: Ezio Casali. **Durata:** 5 lezioni da 2 ore.

Programma: argomenti del corso saranno i cereali, le fermentazioni, la birra nella storia dell'uomo, la coltivazione dell'orzo e degli altri cereali per l'industria brassicola, il luppolo, la produzione, le tipologie e gli stili della birra, la degustazione e gli abbinamenti cibo – birra. Ogni lezione sarà suddivisa in una parte teorica e una pratica con degustazione di una o due birre.

Costo: € 80

NOVITÀ
LEZIONI
RADDOPPIATE!

Cucina tradizionale

Docente: Rodini Simona. **Durata:** 12 lezioni, anziché 6, da 2 ore e mezza.

Programma: una cucina a 360 gradi, semplice, genuina ed estremamente legata alla bontà delle materie prime. Si creeranno piatti tradizionali ma anche veloci e innovativi. Si costruiranno e realizzeranno menu completi anche in base ai desideri dei partecipanti al corso.

Costo: € 180

PREZZO SPECIALE

Cucinare con mamma e papà

Docente: Rodini Simona. **Durata:** 12 lezioni da 2 ore e mezza.

Programma: la manipolazione di alimenti che facilmente si trovano in casa e l'importanza di poterli toccare, lavorare e assaggiare è per i bambini una bellissima esperienza. Esperienza che può essere fatta insieme a un genitore per rendere speciale il momento. Dai biscotti alle tagliatelle, alla pasta ripiena alla pizza. Per i bambini più grandi si potrà anche imparare a decorare una torta o a fare i cup cake.

Costo: € 180 genitore, parente/bimbi gratuito (escluso costo tessera)

NOVITÀ

PREZZO SPECIALE

Degustator diVino: conoscere il vino

Docente: Ezio Casali. **Durata:** 6 lezioni da 2 ore.

Programma: il corso avrà lo scopo di avvicinare i partecipanti al mondo del vino, tenendo presente che il vino è piacere e salute, se gustato con sobrietà. Le lezioni verteranno su: introduzione alla conoscenza della vite e della vigna, la produzione del vino, la classificazione del vino italiano, la tecnica della degustazione mediante l'esame visivo, olfattivo e del gusto. Ogni lezione sarà suddivisa in una parte teorica e in una pratica mediante la degustazione di uno o due tipi di vino diversi.

Costo: € 110

Mani in pasta: facciamo Pane, Pizze, Focacce

Docente: Renato Mazzolari. **Durata:** 5 lezioni da 2 ore e mezza.

Programma: pane, pizza e focacce: che bontà! Molto spesso, però, riproporli in casa non soddisfa il nostro palato. Questo corso ti permetterà di scoprire tutti i segreti della giusta lievitazione, del corretto impasto ma, soprattutto, della corretta fusione di tutti gli ingredienti che rendono questi prodotti da forno unici e gustosi nel loro genere.

Costo: € 110

Mamma come sei acida: panificazione con pasta madre

Docente: Cinzia Cassinelli. **Durata:** 4 lezioni da 1 ora e mezza.

Programma: imparare ad usare la pasta acida, comunemente conosciuta come pasta madre o lievito madre, per qualsiasi prodotto da forno per una cucina più salutare.

Costo: € 60

NOVITÀ

PREZZO SPECIALE

Fare & Creare



Acquerello

Docente: Lorena Galli. **Durata:** 6 lezioni da 1 ora e mezza.

Programma: l'acquerello o acquarello è una tecnica pittorica che prevede l'uso di pigmenti finemente macinati e mescolati con un legante, diluiti in acqua. È una tecnica popolare per la sua rapidità e per la facile trasportabilità dei materiali che l'hanno reso la tecnica per eccellenza di chi dipinge viaggiando e all'aria aperta. Si apprenderanno in aula e in compagnia le tecniche base per realizzare piccoli capolavori!

Costo: € 60 (materiali esclusi)

Autoritratto Realistico: tecnica pastello su carta

Docente: Ester Leli. **Durata:** 12 lezioni da 2 ore.

Programma: il corso di autoritratto realizzato a mano permetterà di svelare in maniera autentica ogni particolare del nostro volto, dai pregi alle piccole imperfezioni che ci caratterizzano, attraverso la tecnica del pastello su carta come approccio meditativo all'immagine, in grado di favorirne un'analisi strutturale e cromatica dettagliata.

Costo: 120 € (materiali esclusi)

NOVITÀ

PREZZO SPECIALE

Bijoux come li vuoi tu!

Docente: Vanessa Maimone Ramos. **Durata:** 3 lezioni da 1 ora e mezza.

Programma: corso base di creazione e montaggio di bigiotteria, composto da una breve introduzione teorica sui materiali e sulle tecniche base di realizzazione alla quale seguono le fasi pratiche in cui ciascun partecipante potrà cimentarsi nella creazione dei propri bijoux.

Costo: € 30 (materiali esclusi).

Burraco

Docente: Stefano Losi. **Durata:** 3 lezioni da 1 ora e mezza.

Programma: scoprire tutti i segreti di uno dei giochi da tavola più amato da grandi e piccini, capire le mosse chiave che si dovranno o non dovranno mettere in pratica durante una partita al fine di portare a casa un buon punteggio. Consigli, strategie per divertirsi in compagnia.

Costo: € 25

Disegno

Docente: Lorena Galli. **Durata:** 8 lezioni da 2 ore.

Programma: si tratteranno le nozioni basilari del disegno come la copia dal vero, il senso delle proporzioni, l'equilibrio di una composizione e la prospettiva. L'intento sarà quello di acquisire la manualità e la sicurezza necessaria per proseguire da soli. Tecniche utilizzate: matita e sanguigna (per intraprendere lo studio del chiaro-scuro), acquerello e matite colorate per il completamento degli elaborati.

Costo: € 80 (materiali esclusi)

NOVITÀ

Fotografia base

Docente: Carlo Ferraroni. **Durata:** 12 lezioni da 2 ore (+ 4 uscite non comprese nel costo)

Programma: offrire una solida conoscenza della tecnica fotografica e aumentare nel corsista la capacità di guardare e apprezzare il mondo circostante. Il corso si suddivide in dieci lezioni teoriche svolte in aula più due lezioni pratiche in studio con luci e fondali. Alle lezioni verranno aggiunte delle uscite da concordare con il docente e il gruppo classe per mettere in pratica le nozioni apprese durante il corso.

Costo: € 120 (materiali esclusi)

NOVITÀ

Laboratorio di Cinema

Docente: Antonio Capra. **Durata:** 10 lezioni da 2 ore

Programma: laboratorio con lezioni teoriche seguite dalla realizzazione di un cortometraggio finale, dove ogni corsista ricoprirà di volta in volta i diversi ruoli della filiera cinematografica. Alcuni argomenti del corso: la ripresa, la recitazione, le inquadrature, il suono, le musiche e il montaggio.

Costo: € 100 (materiali esclusi)

NOVITÀ

Laboratorio di Legatoria Artistica

Docente: Vanina Miguel. **Durata:** 5 lezioni da 2 ore

Programma: laboratorio pratico dove si apprenderà l'antica arte di rilegare i libri a mano attraverso la realizzazione di quaderni e/o libri con l'utilizzo di diverse tecniche giapponesi di legatoria e di decorazione della carta.

Costo: € 60 (materiali esclusi)

NOVITÀ

Laboratorio di Teatro

Docente: Enrico Tomasoni. **Durata:** 12 lezioni da 2 ore e mezza.

Programma: un laboratorio incentrato sulla conoscenza del teatro come esperienza, come possibilità di mettersi alla prova, di raccontarsi e raccontare la propria realtà. Si impareranno le basi delle tecniche di respirazione e uso della voce, dizione, tecniche di racconto, uso del corpo e dello spazio, improvvisazione e molto altro ancora.

Costo: € 120

NOVITÀ

Risonanze: laboratorio di espressività musicale e di movimento

Docente: Marta Cataldi. **Durata:** 10 incontri da 1 ora.

Programma: un laboratorio rivolto a tutti coloro che abbiano interesse ad esplorare la propria creatività attraverso uno strumento insolito: quello del fluire sonoro e armonico del corpo. Ogni essere vivente risuona ed è attraversato dalla risonanza degli esseri viventi che incontra, come l'incontro di diversi strumenti che insieme compongono una sinfonia.

Costo: € 60

PREZZO SPECIALE

NOVITÀ

Scrittura creativa

Docente: Cinzia Carotti. **Durata:** 8 lezioni da 1 ora e mezza

Programma: divulgare le basi necessarie per impostare un lavoro creativo in totale autonomia. Si studieranno le principali tipologie di trama, genere, personaggi, punti di vista, ambientazioni attraverso esempi tratti da grandi romanzi contemporanei. Parte del corso sarà dedicato ad approfondire le motivazioni della narrazione e le ragioni dell'autobiografia.

Costo: € 60 (materiali esclusi)

Taglio e cucito (a mano)

Docente: Annamaria Rozzi. **Durata:** 8 lezioni da 2 ore.

Programma: il corso ha l'obiettivo di realizzare a mano un capo base, partendo dal prendere le misure, costruire la base, elaborare il modello, realizzare il taglio e, infine, confezionare il capo base creato. Un corso breve ma intensivo che permetterà a chiunque voglia di cimentarsi con uno dei più antichi e affascinanti lavori artigianali.

Costo: € 100 (materiale escluso)

Taglio e cucito veloce (a mano)

Docente: Annamaria Rozzi. **Durata:** 5 lezioni da 2 ore.

Programma: un corso breve con l'obiettivo di realizzare punti a mano come imbastiture, soprappiglio, orli; accorciare a mano gonne / pantaloni; cucire a mano cerniere semplici (non jeans); realizzare una semplice bustina con cerniera.

Costo: € 60 (materiale escluso)

Tecniche del giardinaggio (anche per terrazze e balconi)

Docente: Ezio Casali. **Durata:** 10 lezioni da 2 ore.

Programma: il corso intende avviare alla conoscenza delle tecniche di coltivazione delle piante ornamentali sia in piena terra che in vaso (moltiplicazione, concimazione, utilizzo di prodotti fitosanitari e loro preparazione domestica). Le conoscenze acquisite saranno utili per l'allestimento e la manutenzione sia di giardini che di piccoli spazi, quali terrazze e balconi. Verranno utilizzate lezioni frontali, sussidi audiovisivi ed esercitazioni pratiche.

Costo: € 100

Informatica

Informatica di base

Docente: Claudio Malinverno. **Durata:** 20 lezioni da 2 ore, cadenza bisettimanale

Programma: il computer non è un nemico! Partendo da zero e con molta molta pazienza è possibile vincere la nostra istintiva ritrosia nei suoi confronti e cominciare a utilizzarlo con più sicurezza. Un corso completo di informatica con un modulo dedicato anche a Internet.

Costo: € 150

NOVITÀ
LEZIONI
RADDOPPIATE!

PREZZO SPECIALE

AutoCAD (corsi base 2D e 3D)

Docente: Emilio Greppi. **Durata:** 15 lezioni da 2 ore, ciascun modulo.

Programma: AutoCAD è lo standard CAD più famoso e diffuso al mondo, utilizzato anche dall'hobbista, e deve il suo successo alla comodità di utilizzo pratico nonché all'utilizzo personalizzabile per qualsiasi esigenza e settore. Questo corso base mira a fare acquisire le metodiche di lavoro e gli strumenti necessari per operare in ambiente grafico sia 2D che, per chi è già in grado di operare nella bidimensionalità, anche 3D.

Costo: € 150 per il modulo 2D, € 150 per il modulo 3D

Excel

Docente: Claudio Malinverno. **Durata:** 10 lezioni da 2 ore.

Programma: scopo del corso è illustrare le caratteristiche di MSeExcel, un potente strumento di gestione di dati numerici utile per chi abbia la necessità di impostare tabelle, eseguire automaticamente semplici calcoli o elaborazioni più complesse, realizzare grafici di immediata lettura, creare report e documenti di sintesi che risultino efficaci ed altamente comunicativi.

Costo: € 120

Onshape Free: introduzione e corso base CAD

Docente: Emilio Greppi. **Durata:** 15 lezioni da 2 ore.

Programma: Onshape è un nuovo software free (la versione base) per imparare a disegnare e modellare qualsiasi oggetto 3D parametrico. Estende strumenti CAD moderni e completamente capaci per designer e non professionisti. E' accessibile da qualsiasi dispositivo, non perde mai dati e semplifica la condivisione e la CAD.

Costo: € 150.

NOVITÀ

Powerpoint e Publisher

Docente: Claudio Malinverno. **Durata:** 6 lezioni da 2 ore.

Programma: Powerpoint e Publisher sono due applicativi microsoft che utilizzati insieme possono rivoluzionare il nostro modo di presentare prodotti, realizzare strategie di marketing, introdurre relatori, presentare le proprie fotografie, ecc. Utilissimi per gestire in modo ordinato riunioni/lezioni... o per fare qualsiasi altra cosa che suggerisca la fantasia!

Costo: € 80

NOVITÀ

Smartphone e Tablet per tutti

Docente: Lucia Persia. **Durata:** 5 lezioni da 1 ora e mezza.

Programma: corso ideato per tutti coloro che muovono i primi passi nel mondo dei dispositivi mobili (smartphone, tablet) e delle sue applicazioni (facebook, whatsapp) e vogliono imparare a utilizzarlo al meglio e in breve tempo. Attraverso un linguaggio informale si scopriranno i segreti del mondo degli smartphone, social, videochiamate e delle app utili per la vita di tutti i giorni.

Costo: € 50

NOVITÀ

Word

Docente: Claudio Malinverno. **Durata:** 10 lezioni da 2 ore.

Programma: corso per l'utilizzo del sistema di videoscrittura fra i più diffusi sia in ambito domestico che lavorativo: per imparare a redigere lettere, relazioni, tesi, mailing professionali, documenti personalizzati di elevata qualità e di ottimo aspetto estetico.

Costo: € 120



TEST DI INGRESSO OBBLIGATORIO PRIMA DELL'ISCRIZIONE PRESSO LA SEGRETERIA



INGLESE

LIVELLI

- PRINCIPIANTI ASSOLUTO/BEGINNER/A1
- BASE/ELEMENTARY/A1 TO A2
- PRE INTERMEDIO/PRE-INTERMEDIATE /A2 TO B1
- CONVERSAZIONE /INTERMEDIATE-ADVANCED/B1 TO ALL LEVELS

DOCENTI

Laura, Banti Rossana, Bernabè Annachiara, Fiorini Michela, Fornasari Jessica, Secchi Sonia, Annalisa Rancati.

DURATA

20 lezioni da 2 ore cadenza settimanale.

COSTO

€ 120 ogni corso.

English for Kids

Docente: Sonia Secchi. **Durata:** 8 lezioni da 1 ora e mezza. **Destinatari:** bambini 6 - 11 anni. **Programma:** il laboratorio di lingua inglese si propone di avvicinare i bambini alla lingua inglese attraverso l'interazione, il gioco e l'attività creativa, favorendo un processo naturale e spontaneo di acquisizione dei contenuti.

Costo: € 40

NOVITÀ

PREZZO SPECIALE

London Calling

Docente: Rossana Banti. **Durata:** 8 lezioni da 1 ora e mezza.

Programma: avete mai pensato che vorreste conoscere le parole di quella canzone che vi piace tanto, che sentite spesso ma che non riuscite a capire? Don't worry, questo corso è per voi! Dai testi di canzoni semplici e non che hanno fatto e continuano a fare la storia della musica mondiale capiremo testi e strutture...e l'inglese sembrerà molto meno ostico e sconosciuto di quanto vi possa apparire ora.

Costo: € 40

LIVELLI

I LIVELLI SI DEFINIRANNO IN BASE ALLA DOMANDA

DOCENTI

Loubna El houbi, Fiammenghi Carlotta, Ortega Lili, Schelling Katarina.

DURATA

20 lezioni da 1 ora e mezza cadenza settimanale.

COSTO

€ 90 ogni corso.

Musica



Chitarra corso di gruppo (livello principianti)

Docente: Eric Fievet. **Durata:** 20 lezioni da 1 ora e mezza.

Programma: basi di lettura del pentagramma ed intavolatura, solfeggio e tecnica chitarristica, per affrontare in autonomia un brano assegnato. Esecuzione di brani di diverso genere, dal classico al rock, dalla musica leggera al pop, tutti trascritti dal docente e riadattati per l'esecuzione con chitarra classica e acustica. Ampio spazio verrà dato alle esecuzioni di gruppo, all'accompagnamento e allo studio delle parti ritmico/melodiche.

Costo: € 100

Chitarra (corso individuale)

Docenti: Eric Fievet. **Durata:** 10 lezioni da 1 ora.

Programma: si valuteranno gli interessi e le competenze dei singoli iscritti al fine di migliorare le capacità esecutive ed acquisire una più ampia conoscenza degli aspetti musicali e interpretativi. È possibile scegliere tra insegnamento dello strumento tradizionale oppure "chitarra per accordi" cioè per accompagnamento.

Costo: € 150

Organetto

Docenti: Samuele Mazza. **Durata:** 10 lezioni individuali da 1 ora.

Programma: si valutano interessi e competenze degli iscritti al fine di migliorare le capacità esecutive ed acquisire una più ampia conoscenza degli aspetti musicali e interpretativi.

Costo: € 150

Pianoforte

Docenti: Carmelo Ceravolo. **Durata:** 10 lezioni individuali da 1 ora.

Programma: si valutano interessi e competenze degli iscritti al fine di migliorare le capacità esecutive ed acquisire una più ampia conoscenza degli aspetti musicali e interpretativi.

Costo: € 150

Storia e Filosofia



Conoscere Cremona attraverso la storia dei suoi monumenti

Docenti: Valentina Rigoli, Angelo Garioni, Gianluca Mete. **Durata:** 5 lezioni da 1 ora e mezza.

Programma: il corso offre la possibilità di conoscere la storia di Cremona attraverso la narrazione delle vicende dei suoi monumenti maggiori. Il cantiere medioevale del Duomo, Torrazzo e Battistero di Cremona, la complessa vicenda dei monasteri di Sant'Agostino, San Francesco e San Domenico, San Pietro al Po e San Sigismondo, l'epoca delle case da nobili, con uno sguardo particolare su palazzo Grasselli, Ala Ponzone, Trecchi, Affaitati e Mina Bolzesi. La storia di un quartiere popolare in riva al Po, San Bassano, sopravvissuto alle ricostruzioni del XX secolo, per capire la cultura materiale della città in antico regime. Infine una lezione sulle difese della Fedelissima, con la narrazione delle vicende architettoniche legate al castello di Santa Croce e di Porta Mosa. Sono previste, a conclusione del corso, due visite guidate ai monumenti studiati. **Costo:** € 50

Conoscere Cremona e il suo territorio attraverso l'evoluzione urbanistica della città

Docenti: Valentina Rigoli, Angelo Garioni, Gianluca Mete. **Durata:** 5 lezioni da 1 ora e mezza.

Programma: attraverso la narrazione della storia urbana, di quella civile e politica, sarà illustrata l'evoluzione della città e del territorio. E' prevista, a conclusione del corso, una visita guidata ad un monumento della provincia di Cremona scelto dai corsisti.

Costo: € 50

Conoscere Cremona: il fiume Po

Docenti: Valentina Rigoli, Angelo Garioni, Gianluca Mete. **Durata:** 5 lezioni da 1 ora e mezza.

Programma: il fiume Po attraverso i secoli, le credenze e l'amore che i cremonesi hanno per il grande padre. Un affascinante viaggio dall'epoca neolitica a quella romana, dai porti medioevali alle fortezze sulle isole del fiume.

Costo: € 50

Dalle eresie medioevali all'Illuminismo settecentesco

Docente: Giancarlo Corada. **Durata:** 6 lezioni da 1 ora.

Programma: il corso partirà dalle eresie medioevali per affrontare il grande tema della Riforma protestante. Verranno poi presi in esame, per sommi capi, alcuni pensatori del '600 e dell'Illuminismo, soprattutto francese.

Costo: € 50

Dialettologia d'arte

Docente: Agostino Melega. **Durata:** 10 lezioni da 1 ora e mezza.

Programma: presentazione dell'insieme vernacolare che, in chiave creativa, poetica e folklorica, ha tratteggiato ed accompagnato, nella cultura popolare e dotta, le tradizioni e le cadenze rituali dell'anno agrario, civile e religioso. In questa dinamica, una particolare attenzione sarà offerta a quei testi poetici che sono stati ispirati dalla variegata gastronomia propria delle grandi feste comunitarie e familiari, colte nei riquadri successivi delle quattro stagioni del calendario. Altrettanto, un preciso interesse verrà pure dedicato al fecondo rapporto che il dialetto, in ambito cremonese, ha continuato a tessere con la dimensione spirituale del Trascendente, in attesa dell'eterno ritorno della ciclicità del tempo e degli spazi eterei dell'Assoluto.

Costo: € 50

Napoli e il suo centro storico

Docente: Antonietta Pezzullo. **Durata:** 5 lezioni da 1 ora e mezza.

Programma: un viaggio affascinante nella Napoli misteriosa e segreta, il centro storico, la città Greca, museo a cielo aperto e Patrimonio Mondiale dell'Unesco, crocevia nei millenni di culture diverse che hanno lasciato la loro traccia. Cenni storici sulla sua fondazione e il mito della Sirena Parthenope. Attraverso i Decumani si conoscerà la città "di sopra" e la città "di sotto" con i suoi monumenti e Ipogei dove si praticava, fino a qualche anno fa, il culto delle "Anime Pezzentelle".

Costo: € 50

NOVITÀ

La guerra nell'antichità: strategia militare antica e battaglie epiche

Docente: Gianluca Mete. **Durata:** 4 lezioni da 1 ora e mezza.

Programma: il corso intende offrire un quadro generale della strategia militare antica, attraverso le tecniche militari antiche e loro evoluzioni, la presentazione dei grandi scontri e dei grandi condottieri che se ne resero protagonisti. Un percorso avvincente, dalle Termopili ad Annibale, da Alesia alla selva di Teutoburgo, fino agli scontri che videro Cremona e il suo territorio in veste di tragico scenario dell'anno dei quattro imperatori.

Costo: € 40

"Le origini del Fascismo a Cremona"

Corso di storia della politica cremonese per avvicinarsi alle nostre origini

Docenti: Angelo Garioni, Giancarlo Corada. **Durata:** 5 lezioni da 1 ora e mezza.

Programma: narrare la storia, gli accadimenti e i personaggi dei settant'anni che hanno cambiato il volto della città e segnato la storia civile e politica di Cremona.

Costo: € 50

Le implacabili: letteratura femminile contemporanea

Docente: Cinzia Carotti. **Durata:** 6 lezioni da 1 ora e mezza

Programma: conoscere alcune figure femminili esemplari della letteratura contemporanea che attraverso la propria arte hanno lasciato un segno indelebile sul nostro modo di percepire la vita. Alcune delle figure trattate: Flannery O'Connor, Joan Didion, Sylvia Plath, Anais Nin, Alice Murno, Nina Cassian, Hannah Arendt, Wislawa Szymborska, Anna Maria Ortese, Elsa Morante, Mariangela Gualtieri, Patrizia Valduga, Chandra Livia Candiani, tutte donne che hanno reso la loro vita personale un racconto universale di desideri, sessualità, riflessioni e archetipi profondi.

Costo: € 60

NOVITÀ

Letteratura greca: il teatro antico

Docente: Gianluca Mete. **Durata:** 5 lezioni da 1 ora e mezza.

Programma: un percorso letterario e per immagini, volto ad approfondire la storia del teatro greco, attraverso la lettura e la presentazione delle grandi opere teatrali e dei suoi protagonisti, da Euripide a Sofocle, da Eschine ad Aristofane. Alla riscoperta di opere che hanno segnato indelebilmente la letteratura e l'arte nei secoli.

Costo: € 50

Per un'Autobiografia dell'Italia tra il 1945 e il 1992

Docente: Rossella Zelioli. **Durata:** 10 lezioni da 1 ora e mezza.

Programma: le lezioni affronteranno il difficile e cruciale percorso che dalla fine della II Guerra Mondiale ha condotto l'Italia alla crisi della cosiddetta Prima Repubblica attraverso l'analisi delle linee generali di sviluppo dei maggiori eventi del nostro Paese: il 1946, la Costituzione e le elezioni del '48; il quinquennio 48-53 e le sue conseguenze; il Boom Economico e la "scomparsa delle lucciole" secondo Pasolini; le trasformazioni sociali, politiche e civili degli anni Sessanta –il movimento studentesco e operaio in particolare, le lotte delle donne, la stagione del terrorismo, i difficili scenari dopo la fine della Guerra Fredda.

Costo: € 90

Storia della letteratura greca e latina

Docente: Gianluca Mete. **Durata:** 10 lezioni da 1 ora e mezza

Programma: Il corso prevede, anche attraverso nozioni base delle lingue greche e latine, una presentazione e un'analisi della produzione letteraria delle civiltà greche e latine, alla base della nostra cultura. Saranno affrontati inoltre percorsi tematici (l'amore, la morte nella poesia antica, letteratura e politica...), volti alla realizzazione di un percorso di scoperta di alcune tra le più belle pagine della letteratura antica.

Costo: € 80



**Regala
Auser Unipop**

Vuoi fare un regalo ad un amico,
un parente o una persona
che ti sta a cuore?
**Scegli un corso
dell'Auser Unipop!!!**

Per informazioni chiedere in segreteria contattando il numero: 0372/448678

I NOSTRI CORSI NEI COMUNI

Con la collaborazione e il patrocinio dei Comuni

2018
2019

PIZZIGHETTONE



Corsi presso Centro Sociale Aup e Oratorio S. Luigi
Per ulteriori informazioni è possibile contattare la referente locale Clara Tel. 328 7070820

Ginnastica Dolce

Docente: Michela Cipelletti. **Durata:** due lezioni a settimana, da Ottobre 2018.

Inglese

i livelli si definiranno in base alla domanda
Docenti: Laura Anelli, Carlotta Fiammenghi

ROBECCO



I Corsi si terranno presso **Biblioteca del Comune di Robecco d'Oglio** e si realizzeranno in base alla domanda
Per ulteriori informazioni è possibile contattare la Segreteria Auser Unipop Cremona.



CONTATTI

Vicolo Corte Bassa 14, 26855 Lodi Vecchio (LO)
Cell. 335.1794704 (Conservatore Museo, Gianluca Mete),
Tel. 0371.405006 (Responsabile Settore Cultura, Iris Gazzola)
Per informazioni: museolauspompeia@gmail.com

MUSEO LAUS POMPEIA

Nel luogo che per secoli fu il cuore della città, prima occupato dal foro romano poi dalla cattedrale di Santa Maria, ora sorge il polo culturale di Lodi Vecchio costituito dal Museo Laus Pompeia, la biblioteca ed il parco archeologico.

IL MUSEO È CONVENZIONATO CON L'AUSER UNIPOP CREMONA: GLI ISCRITTI AUSER UNIPOP CREMONA HANNO DIRITTO AL BIGLIETTO DI INGRESSO RIDOTTO.



I NOSTRI CORSI A CREMA

Con la collaborazione e il patrocinio del comune



2018
2019

AUSER UNIPOP SEDE DI CREMA

Per info sui corsi e iscrizioni

SEGRETERIA UNIPOP CREMONA

Ex Portineria Custode presso Cremona Solidale
Via Brescia, 207

Tel: 0372.448678 Cell: 393.8018623

e-mail: unipop.cremona@auser.lombardia.it

web: www.auserunipopcremona.it

FB: Auser Unipop Cremona

FB: Auser Unipop Crema

AUSER CREMA

Via Battaglio, 5 Crema
Tel. 037386491

Con il patrocinio del Comune di Crema



Comune di
C R E M A

Corsi di:



Lingua



Informatica



Benessere



Cucina e
degustazione



Fare e Creare

I Corsi si realizzeranno in base alla domanda

Soluzioni

multi
funzione

Noleggio

stampanti

C2PIA
S.R.L.

via Oscalali, 1 - Cremona

tel. 0372.1966370 - copia2srl@gmail.com

Devil's  Sweets
Bakery Café Food & Drink

Via Dante 82/a Cremona Tel: 375/5584800

Devil's Sweets  [devils_sweets](https://www.instagram.com/devils_sweets)


STUDIO DENTISTICO

Dr. Giuseppe Santoro

Odontoiatra

CONVENZIONE PER ISCRITTI
UNIVERSITÀ POPOLARE E CGIL

Via Della Vecchia Dogana, 18 - Cremona
Per appuntamenti

Tel. 338 2802418



**SCONTO
DEL 30%**

**SULLA QUOTA
DEL PRIMO CORSO
AUSER UNIPOP
SE SEI ISCRITTO
ALLA CGIL**

CGIL CREMONA

Le nostre Sedi principali

- CAMERA DEL LAVORO DI CREMONA
Via Mantova, 25 - Telefono 0372 448600/601 – Fax 0372 452984
- CAMERA DEL LAVORO DI CREMA
Via Carlo Urbino, 9 – Telefono 0372 448700/701 – Fax 0373 80996
- CAMERA DEL LAVORO DI SORESINA
P.zza IV Novembre, 12/B – Telefono 0372 448750 – Fax 0372 448770
- CAMERA DEL LAVORO DI CASALMAGGIORE
P.zza Garibaldi, 3 – Telefono 0372 448775 – Fax 0372 448785

Servizi della CGIL

- LAVORATORI DELL'ARTIGIANATO
- UFFICIO IMMIGRATI, assistenza per pratiche relative ai rinnovi di Permessi di soggiorno, consulenza e interventi di tutela amministrativa;
- UFFICIO VERTENZE e UFFICIO PROCEDURE CONCORSUALI;
- CAAF, assistenza compilazione dei modelli 730, Unico, Red, IMU-TASI, Isee, Pratiche di successione, servizi colf e badanti. Contenzioso fiscale caaf.cr@cgil.lombardia.it. Numero unico prenotazioni 0372 1965699 centralino 0372 448620
- PATRONATO INCA, assistenza per pensioni, contributi, infortuni: cremona@inca.it
- FEDERCONSUMATORI, servizio a tutela dei diritti del cittadino
- SUNIA, sindacato inquilini e piccoli proprietari 0372 448650

CONTATTI: caltcremona@cgil.lombardia.it - www.cgil.cremona.it - **tel.** 0372 448600 **Fax.** 0372 452984
Apertura al pubblico: dal LUNEDÌ al VENERDÌ 8.30 - 12.30 e 14.00 - 18.00 SABATO dalle 8.30 alle 11.30

Cerchiamo nuovi volontari Per una missione speciale!



Un volontario Auser ha una missione speciale: fare in modo che ognuno possa dare e trovare aiuto, incontrare gli altri, arricchire le proprie competenze, contribuire alla crescita della comunità in cui vive.

Con poche ore alla settimana di tempo si può fare tanto per le persone e la comunità.

Ecco cosa può fare un volontario Auser:

- **Telefonia sociale:** accoglienza di richieste telefoniche di informazioni o di aiuto, compagnia telefonica
- Assistenza degli alunni delle scuole dell'infanzia e primarie sui mezzi di trasporto pubblico e sugli scuola-bus
- Sorveglianza degli alunni delle scuole primarie nei momenti dell'entrata e dell'uscita da scuola
- Custodia e accoglienza nelle sale dei musei civici durante i giorni festivi
- Accompagnamento di persone anziane presso i servizi sanitari (cliniche, ospedali, centri di riabilitazione...)
- Trasporto scolastico di minori disabili
- Consegna della spesa e dei farmaci a domicilio a favore di persone anziane, sole e non autosufficienti
- Attività nei centri sociali per anziani

Ma non è tutto! Perché Auser è sempre attenta ai bisogni della comunità e ha sempre in cantiere qualche nuovo progetto per dar loro una risposta. Presto, quindi, amplieremo le nostre attività e abbiamo sempre bisogno di nuove forze e di nuove energie.

Una rete di solidarietà e amicizia
vicina agli anziani più soli e fragili

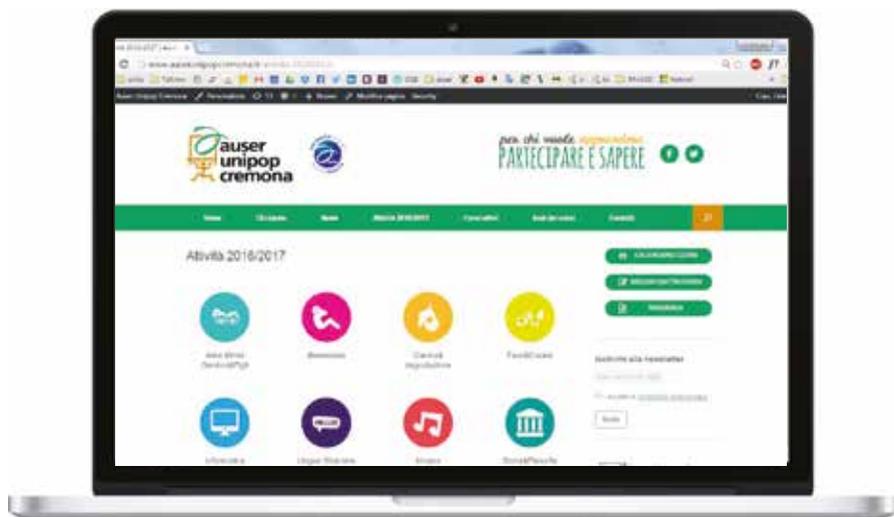
DONA IL TUO 5XMILLE ALL'AUSER
C.F. 97321610582

FILOD'ARGENTO
NUMERO VERDE NAZIONALE GRATUITO

TUTTI I GIORNI
DALLE 8 ALLE 20 **800-995988**



AUSER UNIPOP A PORTATA DI CLICK! WWW.AUSERUNIPOPCREMONA.IT



ORA È TUTTO PIÙ SEMPLICE!!

- Puoi consultare tutti i corsi e le attività
- Scaricare tutta la modulistica
- Iscriverti alla nostra Newsletter
- Scaricare il libretto dei corsi

E TANTO ALTRO!



ABBIAMO
UNA NUOVA
CASA! ❤️

CI SIAMO TRASFERITI INSIEME
AD AUSER COMPENSORIO DI CREMONA
PRESSO LA EX PORTINERIA DI
CREMONA SOLIDALE
IN VIA BRESCIA, 207



Contatti Auser Unipop Cremona

Ex Portineria Cremona Solidale

Via Brescia, 207 - Cremona

Tel: 0372 44 8678 **Cell:** 393 8018623

e-mail: unipop.cremona@auser.lombardia.it

web: www.auserunipopcremona.it

FB: Auser Unipop Cremona

Contatti di Auser Compensorio di Cremona

Ex Portineria Cremona Solidale

Via Brescia, 207 - Cremona

Tel: 0372 44 8670

e-mail: provincialecremona@auserlombardia.it

FB: Auser Compensorio di Cremona