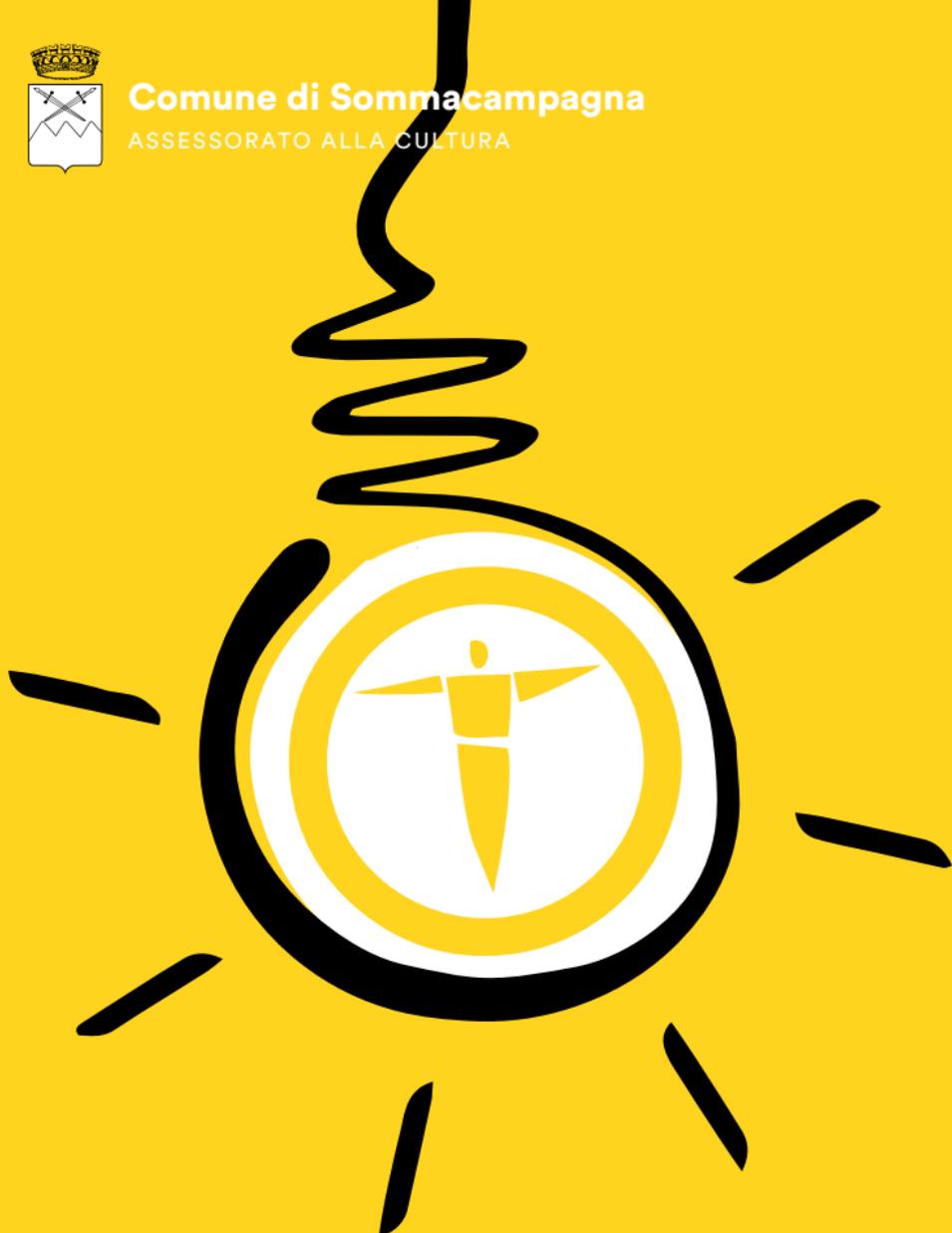




Comune di Sommacampagna
ASSESSORATO ALLA CULTURA



Università del Tempo Libero

2024-2025

XXVIII ANNO ACCADEMICO

Chi si può iscrivere?

Ai corsi si possono iscrivere **maggioresni e minorenni** (per tutti i minori l'iscrizione dovrà essere compilata e sottoscritta da un genitore), residenti e non a Sommacampagna.

I residenti hanno la precedenza per le iscrizioni pervenute dal 9 al 16/10/2024.

INFORMAZIONI: Ufficio Cultura Tel. 045 8971357

mail: utl@comune.sommacampagna.vr.it

Dove e come ci si iscrive?

- **Online: dalla home page del sito web**
www.comune.sommacampagna.vr.it
- **presso l'UFFICIO CULTURA a Sommacampagna: (T. 045 8971357):** martedì, mercoledì e venerdì mattina - in caso di necessità si potrà lasciare in portineria, garantendo però la massima precisione nella compilazione del modulo, che dovrà riportare tutti i dati richiesti. Se volete assistenza alla compilazione, prendere appuntamento in Ufficio Cultura.
- **via mail** all'indirizzo utl@comune.sommacampagna.vr.it
- **Biblioteca Sommacampagna** in orari di apertura.

Quando ci si iscrive?

- **per tutti i corsi:**
da mercoledì 09/10/2024 a mercoledì 30/10/2024
- **per i corsi che partono nel 2025:**
da mercoledì 01/01/2025 a venerdì 10/01/2025.

La quota associativa di € 10, ove dovuta (per più corsi si paga una sola volta) andrà versata insieme alla quota di partecipazione indicata in opuscolo, solo alla conferma di avvio corso su comunicazione dell'Ufficio Cultura.

I giovani dai 14 ai 30 anni possessori della G-CARD del Circuito www.giovanivr.it NON PAGANO LA QUOTA ASSOCIATIVA DI € 10.

Il modulo di iscrizione è scaricabile dal sito:

www.comune.sommacampagna.vr.it

o reperibile in Ufficio Cultura, Portineria e in Biblioteca o compilabile online.

Variazioni di programma

Per ragioni organizzative i corsi potrebbero subire integrazioni, variazioni di date, orari, periodi e luoghi di svolgimento, che verranno prontamente comunicate agli iscritti.

In caso di sopravvenute emergenze nazionali e/o regionali, alcuni corsi (ove possibile) verranno garantiti ONLINE, pertanto in caso di rifiuto alla frequenza online, le quote di partecipazione non saranno rimborsate.

Come e dove pagare?

- **in contanti presso Tesoreria del Comune di Sommacampagna** (INTESA SANPAOLO Spa - Corso Garibaldi, 35 - 37069 Villafranca di Verona - tel. 045 6337811), da lunedì a venerdì in orari di apertura sportelli cassa;
- **in contanti presso qualsiasi filiale INTESA SANPAOLO** (specificare che è a favore del Comune di Sommacampagna, Codice Ente 1880);
- **con bonifico bancario a favore del Comune di Sommacampagna sul seguente Codice IBAN: IT70N0306959968100000046015.** Nella causale va indicato: UTL SOMMACAMPAGNA 2024/2025 + <nome corso> + <nome e cognome iscritto>
- **pagoPA nelle seguenti modalità:**
 - **sul sito del Comune** all'indirizzo <https://sommacampagna.comune.plugandpay.it> Selezionare "pagamento spontaneo" e il servizio "UNIVERSITÀ DEL TEMPO LIBERO", seguire la procedura guidata compilando i dati richiesti. Si potrà pagare con carte di debito/credito/prepagate, bonifico o con altri strumenti di pagamento elettronico disponibili;
 - **attraverso i canali di banche e altri Prestatori di Servizio a Pagamento (PSP)** avendo cura di generare e stampare l'avviso di pagamento con codice IUV con la procedura di cui al punto precedente.

I canali per il pagamento possono essere:

- lo sportello delle agenzie della tua banca (se aderenti al pagoPA);
- homebanking della tua banca (dove trovi i loghi CBILL o pagoPA);
- sportelli bancari ATM (se abilitati al pagoPA);
- punti vendita di SISAL, Lottomatica e Tabaccherie;
- uffici postali.



Presentazione corsi U.T.L- 2024/2025

Mercoledì 9 Ottobre

dalle 20.00 alle 22.30, Auditorium "Mirella Urbani"
Via Scuole 49 - Caselle di Sommacampagna

Come ci si ritira?

Prima della chiusura delle iscrizioni: comunicando per iscritto il proprio ritiro, l'eventuale quota già versata verrà rimborsata. **Dopo la chiusura delle iscrizioni:** comunicare per iscritto il proprio ritiro motivato da cause di forza maggiore, ed in questo caso si valuteranno eventuali rimborsi. **In caso di cambiamenti di orario e/o sede dei corsi che impediscano all'iscritto di partecipare, si concederà il rimborso, previa richiesta scritta dell'interessato.**

In caso di sopravvenute emergenze nazionali/regionali, per i corsi garantiti online nessun rimborso verrà concesso. Per gli altri corsi verranno inviate successive comunicazioni organizzative. Il rimborso viene effettuato solo con bonifico bancario, perciò è obbligatorio indicare il codice IBAN sul modulo di iscrizione al corso.

Computer Base

Dopo l'alto gradimento degli anni precedenti, torna il corso base di computer per i neofiti che vogliono entrare nel mondo dell'informatica, ed applicarla utilmente alla propria quotidianità.

Programma

- Conoscere il computer e le sue componenti e sapere quale computer acquistare;
- Usare in modo efficiente la tastiera e il mouse ;
- Organizzare al meglio documenti, foto e altri file, creando cartelle e sottocartelle;
- Consultare le enormi informazioni presenti in Internet e come eseguire acquisti;
- Creare una nuova casella di posta elettronica e come gestire i messaggi;
- Accedere con SPID e CielD e ai servizi digitali della Pubblica Amministrazione.

12 incontri bisettimanali

il lunedì dalle 17.30 alle 19.30

il sabato dalle 9.00 alle 11.00

date: 11/11 - 16/11 - 18/11 - 23/11 - 25/11 - 30/11/2024

2/12 - 07/12 - 09/12 - 21/12 - 23/12 - 28/12/2024

Sala Consiliare sita al piano terra del Municipio di Sommacampagna

NOTA: Nelle quote dei corsi sono inclusi l'uso di computer portatili ed il materiale didattico (dispense, glossario definizioni, riassunto lezioni ed esercizi da svolgere a casa per il ripasso).

PARTECIPANTI: min 10, max 15

QUOTA: € 180 + quota associativa

DOCENTI: Gianni Crestani, esperto informatico con esperienza ventennale nel campo della formazione. Scrittore ed editore di manuali di informatica e creatore di uno dei più diffusi siti web di alfabetizzazione informatica a livello nazionale (www.pcdazero.it).

Smartphone e Tablet

Corso per usare più agevolmente il proprio cellulare (smartphone) e/o il proprio Tablet, utilizzando al meglio tutte le funzionalità e le applicazioni che la loro splendida tecnologia ci mette a disposizione, non solo per telefonare. Impareremo a prendere confidenza con il nostro cellulare, sia per navigare in Internet, che per usare le App più utili, che per salvare le nostre foto, e anche per entrare nei portali pubblici con la nostra Identità Digitale.

Programma

- Introduzione al sistema operativo Android;
- Gestione delle telefonate e dei contatti;
- Come connettersi ad una rete Wifi e alla rete Dati (e conoscere le differenze);
- Cosa sono le APP, come spostarle, organizzarle in gruppi e come rimuoverle per liberare spazio;
- Come aggiornare le proprie APP e come installarne di nuove in sicurezza;
- Quali sono le APP più utili; come installarle e come usarle al meglio;
- Come salvare le proprie foto in uno spazio sicuro (su computer e/o sul Cloud);
- Accedere ai servizi al cittadino tramite SPID (Identità Digitale) e CIE (Carta d'Identità Elettronica).

6 incontri settimanali

il lunedì dalle 18.00 alle 20.00

dal 20/01/2025 fino al 24/02/2025

Sala Consiliare sita al piano terra del Municipio di Sommacampagna

NOTA: I partecipanti dovranno portare lo smartphone e/o il tablet in proprio possesso. Nella quota del corso è incluso il materiale didattico (dispense, glossario definizioni, riassunto lezioni ed esercizi da svolgere a casa per il ripasso).

PARTECIPANTI: min 10, max 15

QUOTA: € 90 + quota associativa

DOCENTI: Gianni Crestani, esperto informatico con esperienza ultraventennale nel campo della formazione. Scrittore ed editore di manuali di informatica e creatore di uno dei più diffusi siti web di alfabetizzazione informatica a livello nazionale (www.pcdazero.it).

Lingua Inglese

È necessario effettuare preventivamente e gratuitamente il test di ingresso (escluso livello A1):

- via mail (direzione@englishstudio.it)
- presso la sede di English Studio, in Via Bellotti 29 a Villafranca (045 6300792) dal 5 al 24 Ottobre 2024 in orario di segreteria: dalle 10.30 alle 13.30 dal lunedì al sabato e dalle 16.00 alle 18.00 dal lunedì al giovedì.

Livello A1: Beginner English

20 incontri il mercoledì dalle 18.30 alle 20.00

Livello A2: Elementary

20 incontri il mercoledì dalle 20.05 alle 21.35

Dal 13/11/2024 al 18/12/2024

Pausa natalizia dal 19/12/2024 al 07/01/2025

Ripresa lezioni dal 08/01/2025 al 09/04/2025

Livello B1: Pre-Intermediate

20 incontri il martedì dalle 18.30 alle 20.00

Livello B2: Upper Intermediate

20 incontri il martedì dalle 20.05 alle 21.35

Dal 12/11/2024 al 17/12/2024

Pausa natalizia dal 18/12/2025 al 06/01/2025

Ripresa lezioni dal 07/01/2025 al 08/04/2025

Sala "A" - 1° piano Centro Sociale

Via Scuole, 49 - Caselle di Sommacampagna

PARTECIPANTI: min 10, max 15

QUOTA: € 200 + quota associativa

DOCENTI: Insegnanti madrelingua o docenti laureati in inglese, di provata esperienza, in collaborazione con English Studio.

Inglese Per Viaggiare

Corso ESP

Questo corso specialistico è rivolto a chi abbia già una buona conoscenza dell'inglese (possibilmente liv. B1), e voglia addentrarsi nella pratica dell'inglese per viaggiare, con maggiore padronanza.

Analizzando situazioni tipiche, si vedrà il vocabolario e le frasi adatte ai diversi contesti, non solo per parlare noi, ma anche per comprendere in modo più immediato ciò che ci viene detto. Verranno simulate circostanze di viaggio: dai mezzi di trasporto alla prenotazione in albergo, dai problemi di salute alle indicazioni stradali, dallo shopping ai luoghi di interesse, e altro utile.

5 incontri il martedì dalle 18.30 alle 20.00

Dal 15/04/2025 al 13/05/2025

Sala "A" - 1° piano Centro Sociale

Via Scuole, 49 - Caselle di Sommacampagna

PARTECIPANTI: min 7, max 15

QUOTA: € 65 + quota associativa

DOCENTI: Insegnanti madrelingua o docenti laureati in inglese, di provata esperienza, in collaborazione con English Studio.

Aperitivo In Lingue

2 tavoli di conversazione in **INGLESE** e **TEDESCO**

Vogliamo proporre agli appassionati di lingue 6 incontri con l'opportunità di chiacchierare nei due idiomi, in un contesto rilassante e gradevole come quello del Bar Olivò di Sommacampagna, che ci ospiterà, dove un'insegnante esperta guiderà e coordinerà ogni tavolo, mettendo ognuno a proprio agio per esprimersi al suo meglio, offrendo interessanti spunti per animare la conversazione con argomenti diversi.

Le conversazioni potranno accompagnarsi da un aperitivo, e durante la serata, tra un drink e piacevoli chiacchiere, ciascuno avrà la possibilità di acquisire scioltezza nel parlare assaporando nel contempo una bevanda in assoluto rilassamento, potendo scambiarsi pareri e, perché no, fare anche nuove conoscenze!

Ogni tavolo sarà di massimo 6/7 partecipanti suddivisi per lingua e per poter partecipare si dovrà avere un livello B1 di partenza nella lingua prescelta, perché si deve poter comprendere ed interagire efficacemente con gli altri partecipanti.

Per verificare il livello linguistico degli interessati, English Studio sarà a disposizione per effettuare preventivamente e gratuitamente il **test di ingresso**:

- via mail (direzione@englishstudio.it)

- presso la sede di English Studio, in Via Bellotti 29 a Villafranca (045 6300792) dal 7 al 20 Gennaio 2025 in orario di segreteria: dalle 10.30 alle 13.30 dal lunedì al sabato e dalle 16.00 alle 18.00 dal lunedì al giovedì.

Bar OLIVÒ - Via Don Silvio Tramonte, 20 - Sommacampagna (VR)

6 incontri a cadenza quindicinale il giovedì dalle 20.30 alle 21.30

Date: 6 e 20 Marzo 2025

3 e 17 Aprile 2025

8 e 22 Maggio 2025

PARTECIPANTI: max 6/7 per ciascun tavolo

QUOTA: € 50 + quota associativa

DOCENTI: Insegnanti madrelingua o docenti laureati in inglese, di provata esperienza, in collaborazione con English Studio.

Gli Strumenti Finanziari

Capirli e gestirli

La gestione del denaro può comportare rischi e problemi, se non si conoscono le basi degli strumenti finanziari. Dalla scelta del conto corrente alla tipologia dello strumento da scegliere per investire i propri risparmi, dalla comprensione dei costi alla tassazione, gli aspetti da considerare sono molti.

Il corso intende dare una preparazione di base sugli strumenti finanziari più comuni che il risparmiatore può utilizzare, nonché fornire alcuni semplici strumenti per valutare costi e rendimenti delle diverse alternative proposte dal mercato.

Programma

- Dal risparmio all'investimento;
- Come si pianificano gli investimenti;
- I concetti di rischio e rendimento;
- Il calcolo delle grandezze finanziarie (capitale, interesse, montante, rendita ecc.);
- Le classi di investimento;
- Gli strumenti finanziari;
- Costi e tassazione.

6 incontri il lunedì dalle 20.00 alle 21.30
Dal 03/02/2025 al 10/03/2025

Sala A - 1° piano Centro Sociale

Via Scuole, 49 - Caselle di Sommacampagna

PARTECIPANTI: min 10, max 20

QUOTA: € 70 + quota associativa

DOCENTE: Alessandra Passini, di Sommacampagna, dottore commercialista, esercita questa professione di natura fiscalistica dal 2006. È da sempre appassionata divulgatrice dei temi legati al fisco, economia e finanza.

Dizione & Public Speaking

Corso Base

Il laboratorio è aperto a chiunque desideri migliorare il proprio modo di parlare, sia semplicemente nell'utilizzo quotidiano della voce sia con finalità espressivo-teatrale.

Programma

- Brevi cenni di anatomo-fisiologia delle corde vocali e dell'apparato respiratorio;
- Esercizi per una corretta coordinazione fra voce e respiro. Uso dell'appoggio;
- Esercizi per conoscere le caratteristiche della voce;
- Semplici sperimentazioni vocali;
- Differenza tra voce cantata e voce parlata;
- Regole di dizione e loro applicazione nella lettura di diversi tipi di testi;
- Lavoro sulla lettura espressiva: velocità, ritmo, pause, obiettivi per arrivare ad una lettura significativa e personale.

7 incontri il lunedì dalle 18.45 alle 20.15

Dal 04/11/2024 al 16/12/2024

Sala al piano superiore della Biblioteca Comunale di Sommacampagna
Via Ospedaletto, 3 - Sommacampagna

PARTECIPANTI: min 10, max 15

QUOTA: € 80 + quota associativa

DOCENTE: Marco Cantieri, logopedista per la riabilitazione dei problemi della comunicazione, con particolare cura alle difficoltà d'uso della voce parlata (disfonia) e cantata (disodia). Come attore e regista teatrale lavora sull'uso più sperimentale della voce. Tiene corsi di teatro per bambini, ragazzi e adulti.

Voce Ed Espressività

Parlato e lettura, Corso Avanzato

Il laboratorio è destinato a chi, avendo già fatto un corso base, voglia esplorare meglio le tecniche espressive e comunicative con l'utilizzo della propria voce.

Prima fase

- Conoscenza della propria voce, con sperimentazione di diversi modi di uso della voce;
- Studio degli elementi della voce cantata: dinamica espressiva in tonalità e volume.

Seconda fase

- Uso della voce in modalità creativa ed espressiva;
- Espressività ed immedesimazione emotiva;
- Espressività ed intenzione: modi di applicazione;
- Analisi di un testo per un progetto espressivo;
- Performance con testi letti e recitati.

7 incontri il lunedì dalle 18.45 alle 20.15

Dal 27/01/2025 al 10/03/2025

Sala al piano superiore della Biblioteca Comunale di Sommacampagna
Via Ospedaletto, 3 - Sommacampagna

PARTECIPANTI: min 10, max 15

QUOTA: € 80 + quota associativa

DOCENTE: Marco Cantieri, logopedista per la riabilitazione dei problemi della comunicazione, con particolare cura alle difficoltà d'uso della voce parlata (disfonia) e cantata (disodia). Come attore e regista teatrale lavora sull'uso più sperimentale della voce. Tiene corsi di teatro per bambini, ragazzi e adulti.

Il Look Positivo: Scopri La Tua Bellezza

Valorizzare il proprio stile

La nostra vita intera è fatta di relazione e comunicazione. Spesso ci dimentichiamo che entriamo in contatto con l'altro non solo con la nostra parola, ma soprattutto con la totalità di noi stessi. Il modo in cui ci poniamo, ma anche il modo in cui scegliamo di presentarci all'altro dicono molto di noi.

Il corso si propone di esplorare queste dimensioni con l'obiettivo non di uniformarci a standard di bellezza o apparenza predefiniti, ma di valorizzare il proprio stile.

Ogni incontro si aprirà con una condivisione dell'argomento principale della serata, a cui seguirà una sperimentazione più attiva e divertente. Non mancheranno pertanto momenti di scambio, riflessioni, curiosità, oltre che occasioni per mettersi in gioco.

Programma

- La bellezza nella storia;
- I modelli maschili e femminili;
- La connessione tra apparenza e benessere;
- Il mio modo di vestirmi e come mi prendo cura del mio corpo;
- La connessione con i mass e social media;
- Il personal Profiling;
- Trova il tuo stile.

10 incontri il lunedì dalle 20:30 alle 22:30

Dal 13/01/2025 al 17/03/2025

Sala riunioni Ufficio Cultura al 3° piano del Municipio
Piazza Carlo Alberto 1 - Sommacampagna

PARTECIPANTI: min 8, max 10

QUOTA: € 100 + quota associativa

DOCENTE: **Giulia Oliosì**, psicologa, si occupa di attività clinica nel suo studio di psicologia, svolge progetti di prevenzione nelle scuole per bambini e ragazzi e collabora in attività formative occupandosi di comunicazione e benessere psicologico.

Stefano Maida, diplomato in Studi Turistici all'Università di Bologna, già manager in varie realtà aziendali della ristorazione, oggi docente nel campo della consulenza e formazione in enti e aziende.

Come Fare Foto Interessanti

La differenza tra una foto che cattura l'attenzione e una che passa inosservata, pure dello stesso soggetto, è questione di piccolissimi dettagli. Il mezzo conta fino ad un certo punto. Cellulare, fotocamera, tablet... A volte l'idea e il punto di vista catturano l'interesse e sollevano domande, aprono porte e mondi.

In questi incontri impareremo a raccontare le cose di tutti i giorni in modo originale e accattivante, anche con il cellulare e impareremo che ciò che conta è l'idea, infatti "La magia la fa il mago, non la bacchetta".

Programma

18/11/24

- Come è cambiata la fotografia negli ultimi anni;
- Che rapporto abbiamo oggi con le immagini e perché;
- Il mondo social;
- Laboratorio pratico.

25/11/24

- Fotografia "veloce" e fotografia "lenta";
- Differenze tra fotocamera e cellulare;
- Come si fa a fotografare con il cellulare?
- Laboratorio pratico.

02/12/24

- "Guardare" e "vedere";
- Progetti personali e foto singole;
- Laboratorio pratico.

3 incontri il lunedì dalle 20.30 alle 22.30

Dal 18/11/2024 al 02/12/2024

Sala degli Affreschi - 1° piano Municipio
Piazza Carlo Alberto 1 - Sommacampagna

NOTA: È indispensabile portare con sé il proprio smartphone.

PARTECIPANTI: min 10, max 30

QUOTA: € 45 + quota associativa

DOCENTE: **Andrea Buonadonna**, classe 1974, docente di fotografia e postproduzione dal 2009, ha avviato e portato avanti molte realtà formative e collaborato con artisti e fotografi nazionali realizzando progetti sul Ritratto, il Still life e l'Architettura, utilizzando molte tecniche analogiche, in scatto e sviluppo. Pensa la Fotografia non un gesto fine a sé stesso, ma un modo di vedere il mondo con occhi diversi e uno strumento per aumentare i propri orizzonti mentali. www.andreabuonadonna.it

Scrittura Di Viaggio

Alla scoperta di una meta inaspettata

Attraverso l'analisi delle "fasi di un viaggio", arriveremo alla scoperta di un luogo inaspettato: noi stessi. Intraprendere un viaggio ha sempre due significati:

- visitare un luogo non conosciuto, ma che riteniamo interessante;
- rispondere ad un bisogno di esperienze nuove che ci possano arricchire.

Nel viaggio che intraprenderemo visiteremo anche due luoghi ideali:

- noi stessi
- la nostra unicità

La strada sarà la stessa per ogni viaggiatore. Ma il mezzo con cui percorrerla diventerà unico per ciascun viaggiatore.

Perché? Lo scopriremo assieme.

Il corso è rivolto a molti di noi: Chi desidera prepararsi a un viaggio diverso dal solito; Chi è curioso di comprendere le emozioni che ogni viaggio regala; Chi ama viaggiare e allargare i propri orizzonti; Chi ama scrivere e desidera esplorare altri ambiti di scrittura; Chi vuole fare di ogni viaggio un'esperienza unica.

Programma:

- Analisi di un viaggio e preparazione alla partenza;
- Come vivo il viaggio e perché?
- Ritorno dal viaggio: cosa porto a casa?
- Cosa ricorderò di questo viaggio e perché.

4 incontri il giovedì dalle 20.30 alle 22.30

Dal 14/11/2024 al 05/12/2024

Sala riunioni Ufficio Cultura al 3° piano del Municipio
Piazza Carlo Alberto 1 - Sommacampagna

PARTECIPANTI: min 6, max 10

QUOTA: € 65 + quota associativa

DOCENTE: Mariangela Ottaviani, dopo aver conseguito la Licenza di Teoria, Solfeggio e Dettato musicale presso il conservatorio di Verona, segue un corso presso Accademia di Scrittura di Novara per Editor e Ghostwriter. In seguito si specializza come Life Coach Professionista (iscrizione albo nazionale ACOI), proseguendo l'attività di editor e ghostwriter, coach - sia in ambito scrittura (Writers Coach) che Life - e scrittrice. Partecipa e riceve due Menzioni al Merito nei concorsi: Premio Internazionale Salvatore Quasimodo 2017 e Premio Nazionale di Poesia e Narrativa "Alda Merini" 2018. PUBBLICAZIONI: "QUEL SOFFIO D'IMMENSIO" nel 2017 e "IL PIANOFORTE - UN INSOLITO MENTORE" nel 2023

Biblioterapia

Laboratorio per Adulti | Le nostre strade

I laboratori di Biblioterapia o lettura condivisa guidata sono luoghi di crescita: dalla lettura di brani di narrativa, albi illustrati, graphic novel e poesie, nasce una successiva discussione che stimola il confronto del gruppo. Per partecipare non è necessario aver letto i libri ma è richiesta solo la curiosità e la voglia di condividere per crescere insieme.

Partendo dalla parola "strada" cercheremo di scoprire le molteplici strade che incontriamo nella vita passeggiando insieme verso la crescita personale.

Le tappe del nostro viaggio assieme

- Camminante non c'è strada, la strada si fa camminando;
- Crescere, imparare, progredire;
- Le scelte e i cambiamenti;
- I valori e i piaceri;
- Il rapporto tra generazioni;
- Il lavoro, una strada a ostacoli? La strada, il cammino della vita.

6 incontri il mercoledì dalle 20.30 alle 22.00

Dal 13/11/2024 al 18/12/2024

Sala al piano superiore della Biblioteca Comunale di Sommacampagna
Via Ospedaletto, 3 - Sommacampagna

PARTECIPANTI: min 10, max 15

QUOTA: € 80 + quota associativa

DOCENTI: Ana Gutierrez Garcia, educatrice e promotrice in biblioterapia specializzata in biblioterapia per immagini.

Maria Rosa Vicentini, biblioterapista e counselor supervisore metodo Simonton.

Far Filò

Corso biografico

Un tempo “far filò” indicava quel discorrere del più e del meno, tra vicini di casa, tra abitanti dello stesso gruppo di case, tra gruppetti di persone, tra parenti e amici di pomeriggio o di sera.

Il nostro nuovo corso, destinato ad adulti over-65, è un momento di condivisione in uno spazio riservato e accogliente, per parlare dei ricordi e ripercorrerli insieme e magari scoprire dei piccoli o grandi tesori nelle esperienze vissute o nella vita di ognuno di noi.

Tale corso si prefigge di:

- Intercettare i bisogni della comunità over 65;
- Creare un servizio di sostegno alla popolazione più matura;
- Ricostituire la socialità (minata dopo il periodo del covid) facendo uscire di casa e dall'isolamento le persone;
- Costruire, ricostruire e raccogliere la storia della comunità;
- Attivare e valorizzare la memoria attraverso la scrittura dei loro ricordi (biografia) ed impiegare in modo proficuo il loro tempo libero.

Attraverso il racconto, il confronto e la scrittura, i ricordi che riaffiorano fanno scoprire il filo che lega ed unisce tutti gli eventi della propria storia e le risorse che siamo stati in grado di attivare per diventare chi siamo oggi.

11 incontri il martedì, a cadenza quindicinale dalle 15.00 alle 16.30

Dal 12/11/2024 al 15/04/2025

Centro Ricreativo Culturale Anziani
Piazza della Repubblica - Sommacampagna

PARTECIPANTI: min 4, max 6

QUOTA: € 55 + quota associativa

DOCENTE: Elena Sembenini, laureata in Economia Politica, Counselor in Biografia sulla base dell'Antroposofia, co-animatrice di seminari di argomenti biografici a Verona e provincia..

Ortho-Bionomy® In Movimento

Torna Ortho-Bionomy, letteralmente “Applicazione corretta delle leggi della vita”. È un metodo leggero di lavoro sul corpo che utilizza le sue naturali capacità auto-corrective, una tecnica dolce senza manipolazioni forzate, che insegna a gestire il proprio corpo attraverso la postura e semplici movimenti per liberare le tensioni di tutte le articolazioni, con l'obiettivo di trovare e mantenere l'equilibrio all'interno della struttura corporea.

20 incontri il mercoledì dalle 20.30 alle 22.00

Dal 06/11/2024 al 18/12/2024

Pausa natalizia dal 19/12/2024 al 07/01/2025

Ripresa dal 08/01/2025 al 02/04/2025

Auditorium “Mirella Urbani”
Via Scuole 49 - Caselle di Sommacampagna

NOTA: Si richiede ai corsisti di indossare abbigliamento comodo, portare con sé un materassino per esercizi a terra, un cuscino e una calda coperta.

PARTECIPANTI: min 13, max 18

QUOTA: € 120 + quota associativa

DOCENTE: Stefania Micheloni, allieva della naturopata Rosanna Comai, di professione operatrice socio-sanitaria, esperta ortho-bionomysta, collaboratrice della nostra U.T.L. e già docente presso altre Università Popolari.

Shiatsu

Corso introduttivo

Un corso per imparare le tecniche base dello Shiatsu, un'antica arte giapponese, per il benessere sia di chi lo pratica che per chi lo riceve. Lo Shiatsu consente di ripristinare il corretto funzionamento della nostra energia interna (Qi) con effetti rigeneranti sia a livello fisico che emotivo e mentale.

Impareremo un trattamento Shiatsu completo sia in posizione prona che supina. Lo Shiatsu si pratica a terra, in uno stato di rilassamento ed utilizzeremo anche tecniche come il DO-IN per rendere il corpo più flessibile e adatto alla pratica.

Con questa attività si vuole incrementare l'offerta per il benessere della persona, proponendone un percorso introduttivo, per avviare i partecipanti sulla strada dell'armonia psicofisica.

8 incontri il lunedì, dalle 20.30 alle 22.00

Dal 06/11/2024 al 18/12/2024

Pausa natalizia dal 19/12/2024 al 07/01/2025

Ripresa dal 08/01/2025 al 02/04/2025

Auditorium "Mirella Urbani"

Via Scuole 49 - Caselle di Sommacampagna

NOTA: Si richiede ai corsisti di indossare abbigliamento comodo, portare con sé un materassino per esercizi a terra, un cuscino e una calda coperta.

PARTECIPANTI: min 10, max 18

QUOTA: € 70 + quota associativa

DOCENTE: Damiano MODENA, inizia lo studio e la pratica Shiatsu nel 1999, alla Scuola Internazionale di Shiatsu di Verona. Dal 2005 è iscritto all'albo professionale della FISieo (Federazione Italiana Shiatsu operatori ed insegnanti). Ha continuato ad approfondire le conoscenze frequentando numerosi corsi e convegni con insegnanti di Shiatsu o Agopuntura sia italiani che stranieri, tra i quali Haruiko Masunaga ed il monaco taoista Jeffrey Yuen. Attualmente pratica trattamenti Shiatsu in vari centri di Verona e provincia. Collabora con la storica scuola di Shiatsu "Sole Luna" ed è intervenuto come docente in alcune Università popolari veronesi.

Hatha Yoga

L'Hatha Yoga è la corrente più conosciuta dello yoga, probabilmente perché quella che meglio si adatta alla struttura e alle necessità psico-fisiche degli occidentali; fa parte della corrente dello yoga tantrico, ovvero di quella corrente che sfrutta i sensi per giungere alla realizzazione interiore.

È pensato sia per chi si avvicina la prima volta allo Yoga, che per chi voglia dare continuità alla pratica "yogica".

10 incontri il venerdì dalle 19.30 alle 21.00

Date: 10/01 - 17/01 - 24/01 - 31/01/2025

(sospensione dal 2/02 al 17/02/2025)

21/02 - 28/02 - 07/03 - 14/03 - 21/03 - 28/03/2025

Auditorium "Mirella Urbani"

Via Scuole 49 - Caselle di Sommacampagna

NOTA: Si richiede ai corsisti di indossare abbigliamento comodo e portare con sé un materassino per esercizi a terra ed un cuscino.

PARTECIPANTI: min 10, max 20

QUOTA: € 80 + quota associativa

DOCENTE: Associazione YOGA dei SEMPLICI (affiliata all'A.I.C.S. Verona), il cui scopo sociale è la diffusione della pratica yogica, collabora con noi per questo corso. Guiderà gli incontri la socia Maria Cecilia BEGHELLI, formatasi nel 2006 come insegnante di Hatha Yoga sotto la guida di Gilda Giannoni. Dal 2010 segue la formazione con Nazzarena Ducci. Nel 2012 ha frequentato un corso triennale di formazione per insegnanti di Yoga con Isyco (Istituto per lo Studio dello Yoga e Cultura Orientale), acquisendo competenze sui diversi metodi disciplinari, conseguendo il diploma specialistico.

Storia

LA LIBERTÀ PERDUTA - Italia 1919-1926: dalla fine dello stato liberale alla nascita del regime fascista

Il breve corso intende approfondire gli anni successivi alla Grande Guerra in Italia, cercando di cogliere i momenti fondamentali della transizione violenta tra il regime liberale e la dittatura fascista, recuperandone gli avvenimenti sostanziali e soprattutto gli interpreti più significativi.

Il periodo in questione verrà esaminato alla luce del dibattito storiografico contemporaneo, privilegiando un approccio problematico e laboratoriale. Gli avvenimenti verranno esaminati in modo analitico e dettagliato, partendo dallo studio di documenti storici e storiografici. Attenzione specifica verrà riservata ai giornali e ai manifesti del tempo.

Programma

- La prima guerra mondiale: una fucina di violenza e di destabilizzazione;
- Il mito della “vittoria mutilata” e l’impresa fiumana di D’Annunzio;
- Il 1919: movimenti e sindacati: il Fascismo di san Sepolcro;
- Mussolini e il partito nazionale fascista: la marcia su Roma;
- Il fascismo tra il 1922 e il 1924: il delitto Matteotti;
- La nascita del regime fascista: le leggi “fascistissime” e la dittatura.

Al termine di ogni lezione verrà fornita una breve bibliografia per gli approfondimenti.

6 incontri il giovedì dalle 18.30 alle 20.30

Dal 14/11/2024 al 19/12/2024

Sala Consiliare piano terra del Municipio di Sommacampagna
Piazza Carlo Alberto 1 - Sommacampagna

PARTECIPANTI: min 15, max 30

QUOTA: € 60 + quota associativa

DOCENTE: **Giovanni Bresadola**, insegna Storia e Filosofia al Liceo Don Bosco di Verona. Si occupa di ricerca storica e filosofica, di formazione socio-politica, collabora con alcune riviste specialistiche ed è docente universitario. Da vari anni collabora con la nostra Università del Tempo Libero.

Storia

Dal SESSANTOTTO a Berlusconi: 30 anni di storia Italiana

Il ciclo di incontri intende offrire una lettura rigorosamente storica del passaggio dalla “Repubblica dei partiti” alla cosiddetta Seconda Repubblica.

Una particolare attenzione sarà dedicata all’evoluzione della società italiana e alla sua controversa modernizzazione: cultura, mass media, diritti, femminismo ecc.

Programma

- Luci ed ombre degli anni Settanta: una società in trasformazione
- Luci ed ombre degli anni Settanta: i terrorismi e la risposta democratica
- Gli anni Ottanta: crisi delle ideologie, “riflusso” e de-industrializzazione
- Gli anni Ottanta: Craxi e la fine della centralità democristiana
- Tangentopoli e il crollo del sistema
- Berlusconi e la “Seconda repubblica”

6 incontri il giovedì dalle 20.00 alle 22.00

Dal 23/01/2025 al 27/02/2025

Sala Consiliare piano terra del Municipio di Sommacampagna
Piazza Carlo Alberto 1 - Sommacampagna

PARTECIPANTI: min 10, max 30

QUOTA: € 60,00 + quota associativa

DOCENTE: **Marino Rama**, è stato docente di storia e filosofia presso il Liceo Enrico Medi di Villafranca. Ha tenuto numerose conferenze di filosofia e di storia presso Comuni, Università del tempo libero e Associazioni culturali della provincia di Verona. Nel 2019 ha pubblicato “Un lancinante dolore: il misticismo di Giuseppe Rensi” in «Studiosi del Comprensorio di Villafranca di Verona» a cura di Ezio Filippi, (ed. Accademia di Agricoltura, Scienze e Lettere di Verona). Ha anche ricoperto incarichi pubblici e dirigenziali.

Storia

L'ALBA del MEDIOEVO

- Breve viaggio nella Tarda Antichità

Il corso si articolerà in sei incontri dedicati a diversi aspetti e tematiche della Tarda Antichità: il nostro percorso ci condurrà attraverso un'epoca affascinante, ricca di sfumature e di chiaroscuri, che si intreccia con la fine del mondo romano, le migrazioni dei popoli germanici, gli ultimi imperatori d'Occidente, alcuni letterati e la riscoperta di due popoli che si stanziarono nel Veronese. Da frammenti di quest'epoca lontana giunge fino a noi il fascino di un mondo in cambiamento. Un mondo costruito sulle ceneri della romanità che ha posto le basi per il Medioevo. Un mondo in cui si scontrano la croce di Cristo e il martello di Thor e dove le lodi a Dio si mescolano ai versi dedicati a Giove.

Programma

- Regina tui pulcherrima mundi: il mondo tardo antico;
- In hoc signo vinces: Costantino e la nuova religione;
- Restitutor orbis: il sogno di Maggioriano;
- Vis poetica: tra le pagine di Sidonio Apollinare e Rutilio Namaziano;
- Ferocissima gens Langobardorum: l'avventura del popolo dei Longobardi;
- Iam terror Francorum resonaret: il popolo dei Franchi e la nascita dell'Europa.

6 incontri il giovedì dalle 20.30 alle 22.00

Dal 20/03/2025 al 24/04/2025

Sala Consiliare piano terra del Municipio di Sommacampagna
Piazza Carlo Alberto 1 - Sommacampagna

PARTECIPANTI: min 10, max 30

QUOTA: € 60,00 + quota associativa

DOCENTE: Luca Dossi, veronese, classe 1987, laureato in Storia Medievale all'Università di Verona, vincitore nel 2015 del premio "Città di Verona" per la tesi di laurea dedicata all'edizione delle pergamene del monastero di S. Giorgio in Braida di Verona (conservate nell'Archivio Segreto Vaticano). Grande appassionato di ricerca d'Archivio, è insegnante di lettere alla scuola secondaria di primo grado. È autore di vari saggi storico-medievali che sono stati pubblicati con l'Accademia di Agricoltura, Scienze e Lettere di Verona. È stato anche curatore di alcune mostre e corsi per il Comune di Villafranca di Verona, ed ha collaborato con la nostra U.T.L.

Archeologia

La nascita dell'Agricoltura e dell'Allevamento

Il corso intende illustrare lo stato delle conoscenze relative alla nascita dell'agricoltura e dell'allevamento e alla loro diffusione in Europa, coprendo alcuni millenni che vanno dalla fine delle glaciazioni al 5000 a.C. circa. La narrazione di questi periodi verrà svolta nel corso di 5 lezioni, utilizzando le più recenti pubblicazioni in ambito archeologico, antropologico, paleogenetico, paleobotanico e archeozoologico. Riprendendo le fila del discorso da quello che si è detto nel corso dell'anno accademico 2023-2024 e proseguendo così in ordine cronologico, si dà la possibilità agli iscritti degli anni accademici passati di continuare a fruire del corso, data la tematica nuova, non mancando di introdurre dal punto di vista metodologico e contestuale gli argomenti ai nuovi allievi.

Programma

- **L'Europa sul finire del VII millennio a.C.:** verranno riprese le fila del discorso da dove si è concluso l'anno accademico precedente, con la diffusione ubiquitaria dell'Homo Sapiens sulla Terra, e di quello che è accaduto nei millenni successivi in Europa (Mesolitico).
- **Il mondo al di fuori dell'Europa:** una panoramica dei gruppi umani vissuti in Medio Oriente ed in Africa Settentrionale intorno al 9000 a.C.
- **La Rivoluzione Neolitica:** descrizione di cause e conseguenze di un - Migrazione sì o no?: storia dell'arrivo del Neolitico in Europa con un focus
- **Il Neolitico ed il suo evolversi:** il mutamento del fenomeno dal VI al III millennio a.C.

5 incontri il martedì dalle 20.45 alle 22.15

Dal 28/01/2025 al 25/02/2025

Sala Consiliare piano terra del Municipio di Sommacampagna
Piazza Carlo Alberto 1 - Sommacampagna

PARTECIPANTI: min 10, max 25

QUOTA: € 60,00 + quota associativa

DOCENTE: Dr. Giovanni Adami, archeologo veronese, con Laurea magistrale in Archeologia e Culture del Mondo Antico, e con una specializzazione in Beni Archeologici, lavora attivamente in un'azienda veneta che offre servizi archeologici per il territorio. L'archeologia è la sua grande vocazione e lo spirito divulgativo della materia la sua passione.

Teologia e Bibbia

Introduzione ai Vangeli

Corso per approcciarsi alla Teologia.

Programma

- Come sono nati i Vangeli? Perché sono quattro? Perché proprio questi? Quale metodo adottare per l'interpretazione dei testi?
- Le loro fonti, la loro storicità, la situazione vitale, l'origina apostolica, la predicazione orale primitiva;
- Analisi dei Vangeli sinottici (Matteo, Marco e Luca). Visione d'insieme dei tre evangelisti: concordanze e differenze;
- Lettura esegetica del cap. 5 del vangelo di Matteo.

10 incontri il mercoledì dalle 20.30 alle 22.00

Dal 13/11/2024 al 18/12/2024

Pausa natalizia dal 19/12/2024 al 07/01/2025

Ripresa dal 08/01/2025 al 29/01/2025

Sala Consiliare piano terra del Municipio di Sommacampagna
Piazza Carlo Alberto 1 – Sommacampagna

PARTECIPANTI: min 10, max 40

QUOTA: partecipazione gratuita + iscrizione obbligatoria + quota associativa

DOCENTE: Walter Giacopuzzi, ha conseguito la Licenza in Sacra Teologia con specializzazione in Teologia Spirituale alla Facoltà Teologica del Triveneto di Padova, il Baccalaureato (quinquennio) in Sacra Teologia alla Facoltà Teologica "Seraphicum" in Roma e la Laurea in Pedagogia all'Università di Verona. Si occupa di Teologia e Arte. È Funzionario pubblico in ambito educativo-scolastico.

La Cultura Ebraica

Illustri ebrei veronesi

Negli incontri il relatore parlerà ai partecipanti della storia della presenza ebraica a Verona, che risale alla fine del 900 (non del 1900), curando soprattutto le maggiori figure della comunità ebraica di Verona che hanno dato ampio contributo, culturale, artistico, industriale, scientifico ed altro alla città da più di mille anni.

Non mancheranno riferimenti a Cangrande della Scala, che ospitò il poeta romano Immanu'el de' Rossi, detto Manuello Giudeo. Fra i nomi più illustri: i musicisti Giacobbe e Giacomo Bassani Cervetto, virtuosi del violoncello, i pittori Salomone Bassan e i figli Israel e Marco, il pittore miniaturista Vita Grego, Achille Forti che donò a Verona il palazzo di famiglia. E ancora il pittore Gerolamo Navarra del 1852, grande paesaggista. Non dimentichiamo il più celebre ebreo veronese: Cesare Lombroso del 1835, padre della criminologia. E si proseguirà con molti altri che diedero fama alla città di Verona.

3 incontri il lunedì dalle 20.30 alle 22.00

Dal 18/11/2024 al 02/12/2024

Sala Consiliare piano terra del Municipio di Sommacampagna
Piazza Carlo Alberto 1 - Sommacampagna

PARTECIPANTI: min 10, max 40

QUOTA: Partecipazione gratuita + iscrizione obbligatoria + quota associativa

DOCENTE: Dr. Roberto Israel, laureato in Economia e Commercio, imprenditore, consigliere nazionale "Ass.ne Figli della Shoah", consigliere della comunità ebraica di Verona. Studioso dell'ebraismo italiano, realtà presente in Italia da circa duemilatrecento anni, è particolarmente attivo con la comunità ebraica di Verona-Vicenza. Si è occupato di mostre, percorsi didattici e numerose iniziative di cultura ebraica.

Buddismo e Medicina Tibetana

Grazie alla collaborazione con il Centro Tara Verona, realtà veronese nata per divulgare la conoscenza della Medicina Tibetana e lo stile di vita Buddista, proponiamo una panoramica informativa dello stile di vita ispirato dal Buddismo.

Programma

04/02/2025 - La Filosofia Buddista

18/02/2025 - Le Pratiche Meditative

04/03/2025 - La Medicina Tibetana

3 incontri il martedì dalle 20.30 alle 22.00

Dal **04/02/2025** al **04/03/2025**

Sala degli Affreschi – 1° piano Municipio di Sommacampagna
Piazza Carlo Alberto 1 – Sommacampagna

PARTECIPANTI: min 8, max 40

QUOTA: partecipazione gratuita + iscrizione obbligatoria + quota associativa

DOCENTE: Corrado Chiarucci, ha conseguito il titolo di AMCHI, medico tibetano, presso il Newyuthok Institute of Tibetan Medicine, con il professore tibetano Pasang Yonten Arya Menrampa; da molti anni viaggia in Oriente e tiene corsi e seminari presso il Centrotaraverona.

Sonia Deva Yangchen Lamo (Coluccino), ha conseguito il titolo di AMCHI, medico tibetano, presso il Newyuthok Institute of Tibetan Medicine, con il professore tibetano Pasang Yonten Arya Menrampa; da molti anni viaggia in Oriente e tiene corsi e seminari presso il Centrotaraverona.

La Botanica Passeggiando In Campagna

Tra gli alberi del territorio

Ti sei mai chiesto come fosse il paesaggio dei tuoi antenati? O quale albero sia quello che ti fa ombra mentre aspetti l'autobus?

Questo breve corso, destinato a tutti i "passeggiatori amatoriali", ti darà gli strumenti fondamentali per iniziare a muoverti nel grande mondo della botanica.

Si farà in modo pratico, uscendo in campagna e osservando direttamente ecosistemi e singole piante. Imparando a riconoscere le specie arboree più comuni sul nostro territorio e la loro importanza biologica. Condiremo il tutto con qualche storia e leggenda che da sempre ha aiutato l'uomo a ricordare alcune delle caratteristiche fondamentali degli alberi.

Programma

- Elementi di botanica; cos'è un albero e come funziona; quali sono le sue componenti morfologiche; concetto di specie; utilizzo delle chiavi dicotomiche per il riconoscimento;
- Evoluzione storica della componente arborea territoriale, soprattutto in relazione alle dinamiche agricole: olivocoltura; bachicoltura; viticoltura ecc.
- Storie e leggende: come ci aiutano a ricordare i nomi delle specie.

3 incontri il giovedì dalle 18.30 alle 20.30

Dal **08/05/2025** al **22/05/2025**

NOTA: Ritrovo all'aperto sul territorio locale, luoghi da definire e comunicati prima dell'attività.

Presentarsi con abbigliamento ed equipaggiamento adatti all'attività. In caso di maltempo, la guida avviserà gli iscritti 24 ore prima dell'incontro, e definirà l'eventuale data alternativa.

PARTECIPANTI: min 10, max 15

QUOTA: € 45 + quota associativa

DOCENTE: Elena Troiani, Guida Ambientale Escursionistica (GAE), associata ad AIGAE, laureata in Scienze Naturali e Scienze e Gestione della Natura.

Astronomia

I primi passi nel cielo stellato

Corso base di Astronomia amatoriale

Questo corso è dedicato ai neofiti che vorrebbero muovere i primi passi nel mondo dell'astronomia. Vedremo insieme da cosa è composto il nostro Universo, come orientarsi tra le stelle e come funzionano gli strumenti dell'astrofilo. Si articolerà in 6 appuntamenti, di cui **4 incontri teorici e 2 uscite osservative sul territorio**. Al termine del corso sarete in grado di: trovare le principali costellazioni, utilizzare un telescopio, riconoscere un pianeta e tanto altro. I nostri telescopi saranno a vostra disposizione per le serate osservative e insieme metteremo in pratica quanto imparato, magari provando anche a scattare insieme qualche fotografia!

Programma

22/11/2024 - Cosa studia un astrofilo? I pianeti, le stelle, le galassie: cosa sono e come si formano.

29/11/2024 - Le costellazioni: orientarsi nel cielo stellato e miti antichi.

06/12/2024 - Il Sistema Solare. Curiosità sui pianeti vicini.

13/12/2024 - Come funziona un telescopio? Principi di astrofotografia.

Nelle 2 uscite osservative

- Esperimenti con la luce.
- Osservazione del cielo.
- Utilizzo dei telescopi.

4 incontri il venerdì dalle 20.30 alle 22.00

22/11/2024 al 13/12/2024

2 uscite osservative sul territorio il venerdì

Date e orari da definire con i docenti

Sala degli Affreschi - 1° piano Municipio
Piazza Carlo Alberto 1 - Sommacampagna

PARTECIPANTI: min 8, max 15

QUOTA: € 20,00 + quota associativa

DOCENTI: **Andrea Zullo**, classe 1988. Da sempre appassionato di astronomia e della storia delle missioni spaziali, argomenti su cui si è molto documentato. Ha fondato Astronomia Spiccia con lo scopo di raggiungere più persone possibili in questo viaggio di conoscenza. **Davide Lavarini**, classe 1989, fin da bambino ha avuto la passione per gli astri, oltre a quella acquisita in seguito per l'astrofotografia. Fotografa i pianeti, è iscritto al Circolo Astrofili Veronesi dal 2019, e collabora con Astronomia Spiccia. **Mattia Cipriani**, classe 1984, da bambino si avvicina all'astronomia grazie ai cartoni animati e ai supereroi. Crescendo con le trasmissioni di Piero Angela amplia la sua cultura scientifica. Iscritto al Circolo Astrofili Veronesi e grazie ad Astronomia Spiccia fa esperimenti con la luce e costruisce strumenti per l'osservazione dei corpi celesti.

Pittura A Olio

Si tratta di un corso aperto sia a principianti che a chi vuole approfondire la tecnica della pittura ad olio. Saranno date anche nozioni di disegno, di storia dell'arte e verranno sperimentate tecniche diverse.

Il corso ha lo scopo di valorizzare le personali inclinazioni artistiche, guidando e indirizzando ciascuno affinché riesca a far emergere le proprie capacità.

20 incontri il mercoledì dalle 21.00 alle 23.00

Dal 20/11/2024 al 18/12/2024

Pausa natalizia dal 19/12/2024 al 07/01/2025

Ripresa dal 08/01/2025 al 16/04/2025

Sala Pittura al 1° piano Edificio sopra il Banco di
Credito Cooperativo di Verona
via Scuole, 49 - Caselle di Sommacampagna

NOTA: I materiali di consumo sono a carico degli allievi (un elenco di quanto necessario verrà consigliato ad inizio corso dal docente).

PARTECIPANTI: min 12, max 16

QUOTA: € 150 + quota associativa e kit materiali

DOCENTE: **Mara Isolani**, veronese, ha frequentato all'Accademia Belle Arti G.B. Cignaroli di Verona i corsi di pittura, affresco e design. Ha una laurea magistrale in Storia dell'Arte, conseguita presso l'Università degli Studi di Verona. Da sempre appassionata d'arte, ha iniziato a dipingere in giovanissima età prediligendo la pittura ad olio su tela. Di matrice figurativa, guarda alla figurazione americana (con una grande passione per Hopper e Sheeler) e ha come tema il viaggio.

Arteterapia

Laboratori per Adulti

Corso in cui viene affrontata l'arte attraverso la forma, il colore e il movimento, per realizzare una ricerca evolutiva verso se stessi e poi verso gli altri. Un approccio all'arte che non necessita di abilità tecniche o di conoscenze specifiche, ma che esplora il nostro essere per comprendere meglio qualcosa di noi grazie alle emozioni e ad un confronto attraverso l'altro. Il conduttore ed il gruppo aiuteranno a vedere le similitudini e le differenze che portiamo in noi come esseri unici e speciali. Il fare legato all'arte viene accompagnato ad una serie di conoscenze rispetto all'essere umano e alla vita.

Programma

- **La pittura e l'archetipo:** Il blu, il giallo ed il rosso sono il motore che risveglia modalità nascoste. Gli archetipi riuniscono le esperienze umane costituendo gli elementi simbolici delle favole, delle leggende e dei sogni.

- **Disegni di forme:** Usando la matita e la fusaggine si esplorano le forme con la creazione di segni che si mostrano attraverso il punto, il cerchio, la spirale, l'uovo e altre ancora. Disegni sul tema del Sè e della relazione con il mondo.

- **Pitture social:** Una produzione corale di dipinti affrontato da gruppi e da coppie diventano il mezzo con cui capirsi senza le parole. Il lavoro condiviso crea l'occasione e gli strumenti per un'esperienza sulla comunicazione interpersonale confrontandosi con lo spazio. L'altro diventa specchio di Sè.

- **La linea e la curva con il disegno e con l'argilla:** Vengono utilizzate tecniche e modalità legate all'argilla e alla grafica. Uso di matita o di fusaggine con cui si tracciano linee rette e curve, che non si toccano o si intersecano. Poi con l'argilla si affronterà il tatto con il concavo e il convesso, la materia si trasforma perchè nulla è fermo nella vita.

10 incontri il giovedì dalle 20.30 alle 22.30

Dal 14/11/2024 al 12/12/2024

Pausa natalizia dal 13/12/2024 al 08/01/2025

Ripresa dal 09/01/2025 al 06/02/2025

Sala A – 1° piano Centro Sociale via Scuole 49 – Caselle di Sommacampagna

PARTECIPANTI: min 8, max 15

QUOTA: € 90 + quota associativa (la quota comprende anche i materiali)

DOCENTE: Matia Chincarini, artista visivo, formatore esperienziale, educatore, operatore olistico, arteterapeuta e costruttore di giochi. I suoi progetti formativi sono pensati per favorire il benessere e l'evoluzione dell'individuo e creare percorsi per la collaborazione e l'armonia del gruppo, in ambito sociale, educativo ed aziendale. Usa il gioco e la creatività come metodo didattico dedicato al sociale e alla cura delle persone, dei gruppi e delle organizzazioni stimolando e supportando i processi di comunicazione e relazione.

Creatività Scultorea

Laboratorio permanente - UTL off

L'Associazione CREATIVITÀ SCULTOREA di Sommacampagna è un laboratorio artistico permanente, nato da un corso di scultura promosso dalla nostra Università del Tempo Libero.

L'associazione è nel tempo è diventata una realtà autonoma, formata da un gruppo affiatato di artisti, uniti dalla passione per la scultura, ma sempre alla ricerca di nuovi adepti.

Si può imparare la lavorazione della creta, del gesso, del legno, della ceramica e di altri materiali, per arrivare alla creazione di opere originali, che avranno la possibilità di essere esposte in mostre d'arte.

Ritrovo il martedì e mercoledì sera da Novembre 2024 a Giugno 2025

Sala Scultura Palazzina Impianti Sportivi
Via Bassa 1, Sommacampagna

INFO COSTI E ISCRIZIONI

Gaburro Andrea | T. 3495512550

Pedrolli Daniele | T. 3284699417

oppure inviare email a: andrea.gab79@gmail.com

Crea La Tua Pochette E I Tuoi Accessori

Questo corso di attività manuale, è pensato per persone di qualsiasi età e senza esperienza, per chi ha passione per il mondo degli accessori moda, per la manualità e per le cose ben fatte. Si impareranno tecniche di lavorazione che non necessitano di macchinari dispendiosi o particolari. Il corso si basa sulla realizzazione di una mini collezione (capsule collection di 8/10 pezzi), nell'ambito dell'accessorio tra cui: borse/pochette, piccola pelletteria, o bijoux. Nel progetto possono essere utilizzati tutti i materiali che si desiderano, di facile reperibilità o che si hanno a disposizione per evidenziare l'attenzione e l'importanza del riciclo e delle sue potenzialità.

Si articoleranno gli incontri in **una parte teorica e una pratica**, partendo dallo sviluppo del prodotto, alla tipologia e come realizzarlo, ai materiali e alle tecniche di lavorazione, schizzi, disegni e stampi, per arrivare a realizzare un modello prototipo.

10 incontri il martedì dalle 20.00 alle 22.00

Dal 19/11/2024 al 17/12/2024

Pausa natalizia dal 18/12/2024 al 06/01/2025

Ripresa dal 07/01/2025 al 04/02/2025

Sala Riunioni dell'Ufficio Cultura, 3° piano del Municipio di Sommacampagna
Piazza Carlo Alberto, 1 - Sommacampagna

PARTECIPANTI: min 6, max 10

QUOTA: € 110 + quota associativa

DOCENTE: **Maria Chiara Zanetti**, designer nella progettazione di gioielli e bijoux in pelle, specializzata come fashion designer all'Istituto Europeo di Design di Milano. Ha disegnato collezioni per l'Italia e gli USA e ha svolto docenze per sviluppo prodotti nel settore della moda.

L'arte Del Ricamo

Punti vari e tecniche miste

Durante il corso si imparerà ad affinare la conoscenza di punti già praticati e si sperimenteranno altre tecniche di ricamo diverse, quali Intaglio, Hardanger, Fili contati e altre tecniche miste, al fine di creare dei piccoli manufatti ricamati.

Seppure non si potranno approfondire tutte le tecniche esistenti, si potrà sperimentare, comprendere e utilizzare i punti diversi.

Materiali

- **Stoffa, filati e aghi** (forniti dalla docente a prezzo di costo);
- **Ditale e forbicine** a cura dei partecipanti.

10 incontri il mercoledì dalle 20.00 alle 22.00

Dal 13/11/2024 al 11/12/2024

Pausa natalizia dal 12/12/2024 al 07/01/2025

Dal 08/01/2025 al 05/02/2025

Sala Riunioni dell'Ufficio Cultura, 3° piano del Municipio di Sommacampagna
Piazza Carlo Alberto, 1 - Sommacampagna

PARTECIPANTI: min 6, max 8

QUOTA: € 150 + quota associativa

DOCENTE: **Iolanda Rei**, grande appassionata di ricamo sin da bambina, si è formata presso l'Associazione "Filofilò" di Giuliana Buonpadre, con la quale ha collaborato come insegnante di ricamo fino al 2008. Poi ha proseguito l'insegnamento con l'Associazione "Le Amiche di Filofilò" e negli ultimi anni ha insegnato presso l'Associazione "Andromeda Merletto e Ricamo". Dallo scorso anno collabora con la nostra U.T.L.

L'arte Del Ricamo

Punti e tecniche basilari

Durante il corso si imparerà a rifinire con orlo il lino (ad esempio: tovagliette, runner ecc.) e a lavorare con una serie di punti di ricamo (ad esempio: punto erba, vapore, festone, piatto ecc.) che ci permetteranno di ricamare e personalizzare capi di abbigliamento o biancheria per la casa.

L'insegnante insegnerà anche a riconoscere i vari tipi di tessuti e filati, così come condurrà i partecipanti a conoscere ed utilizzare i vari punti, per poi poter proseguire ancora in questa raffinata arte manuale, che affonda le sue radici già alcuni secoli prima di Cristo.

Materiali

- **Stoffa, filati e aghi** (forniti dalla docente a prezzo di costo).
- **Ditale e forbicine** a cura dei partecipanti

10 incontri il mercoledì dalle 20.00 alle 22.00

Dal **19/02/2025** al **23/04/2025**

Sala riunioni dell'Ufficio Cultura al terzo piano del Municipio
Piazza Carlo Alberto 1 - Sommacampagna

PARTECIPANTI: min 6, max 8

QUOTA: € 150 + quota associativa

DOCENTE: **Iolanda Rei**, grande appassionata di ricamo sin da bambina, si è formata presso l'Associazione "Filofilò" di Giuliana Buonpadre, con la quale ha collaborato come insegnante di ricamo fino al 2008. Poi ha proseguito l'insegnamento con l'Associazione "Le Amiche di Filofilò" e negli ultimi anni ha insegnato presso l'Associazione "Andromeda Merletto e Ricamo". Dallo scorso anno collabora con la nostra U.T.L.

Incontri Pubblici Gratuiti

UTL-off*

*Gli incontri pubblici gratuiti sono estranei al progetto UTL.

Medici Senza Frontiere:

Curiamo le ferite del mondo.

Incontro con l'associazione Medici senza Frontiere gruppo di Verona. Da oltre 50 anni M.S.F. cura milioni di persone in tutto il mondo, colpite da conflitti, epidemie, catastrofi naturali o esclusione dall'assistenza sanitaria.

M.S.F. è presente in più di 70 paesi, con oltre 65 mila operatrici e operatori che lavorano in tutte le emergenze umanitarie, seguendo i principi di umanità, di imparzialità, di neutralità e di indipendenza. Sarà un'interessante testimonianza pubblica, che fa parte integrante delle attività associative perché, come il soccorso medico, essere testimoni può contribuire a salvare vite umane e alleviare le sofferenze delle popolazioni assistite.

1 incontro mercoledì 19 febbraio 2025
dalle 20.00 alle 21.30

Sala Consiliare - piano terra del Municipio di Sommacampagna

PARTECIPANTI: max 40

QUOTA: partecipazione gratuita

RELATORI: Operatori volontari dell'Associazione Medici senza Frontiere.

Autismo:

Impariamo a conoscerlo

Nel periodo della Giornata Mondiale della Consapevolezza sull'Autismo, abbiamo fortemente voluto organizzare questo incontro, per promuovere ad una più ampia platea di persone la comprensione dell'Autismo, il rispetto e l'inclusione delle persone che ne sono affette. Lo faremo con più relatori, che a diversi livelli ci illustreranno sia la realtà clinica, che l'approccio del mondo scolastico e sia una panoramica dei servizi presenti sul territorio.

Sarà con noi il dottor Maurizio Brighenti, neuropsichiatra infantile esperto dei disturbi dello spettro autistico, fondatore a Verona del Centro per l'Autismo e per 20 anni direttore del Dipartimento di neuropsichiatria infantile all'Ulss Scaligera, che ci parlerà della parte clinica del disturbo autistico.

Interverranno poi per la Scuola la Dirigente scolastica dell'Ist. scolastico di Sommacampagna D.ssa Marzia Baroni; infine saranno presenti rappresentanti dell'Amministrazione Comunale per il nostro ambito territoriale.

L'auspicio è di raggiungere sempre più persone, siano essi insegnanti e genitori, studenti o semplicemente cittadini interessati alla tematica, affinché si possa diffondere la conoscenza e la consapevolezza di questa importante problematica.

1 incontro venerdì 4 aprile 2025
dalle 20.30 alle 22.30

Sala Consiliare - piano terra del Municipio di Sommacampagna

PARTECIPANTI: max 40

QUOTA: partecipazione libera e gratuita

RELATORI: Maurizio Brighenti, medico chirurgo, neuropsichiatra infantile e grande esperto di Autismo, fondatore del Centro per l'Autismo di Verona, già direttore del Dipartimento di Neuropsichiatria Infantile dell'Azienda Sanitaria Scaliger di Verona; Marzia Baroni, Dirigente Scolastica dell'Istituto Comprensivo "Don Milani" di Sommacampagna; Silvana Zampieri, assessore ai Servizi Sociali del Comune di Sommacampagna; Erika Venturelli, assessore all'Istruzione e alla Cultura del Comune di Sommacampagna.

Uso Del Defibrillatore e Azioni di Emergenza Connesse

Progetto “Il tuo aiuto può fare la differenza”

Mattinata informativa di 2 ore aperta a tutta la popolazione del territorio. Si parla dell'arresto cardiaco improvviso e della defibrillazione, perché i primi momenti sono fondamentali e possono essere caotici se non si conoscono le cose basilari.

Faremo una breve parte teorica riguardante la chiamata di emergenza e l'importanza della rianimazione cardio-polmonare, poi per chiunque voglia la possibilità di provare direttamente sui manichini specifici e l'utilizzo del defibrillatore da simulazione.

Alla fine verrà consegnato a tutti i partecipanti un piccolo promemoria tascabile.

1 incontro sabato 3 maggio 2025 dalle 9.30 alle 11.30

Auditorium “MIRELLA URBANI”
Via Scuole, 49 – Caselle di Sommacampagna

PARTECIPANTI: max 40

QUOTA: Partecipazione gratuita con iscrizione obbligatoria

ISTRUTTORI: Operatori volontari nel servizio di ambulanza S.O.S. Sona, associazione grazie alla quale è resa possibile questa utile iniziativa per le famiglie.

Primo Soccorso In Età Pediatrica

Incontro di approccio teorico e pratico, per insegnare le utili manovre di primo soccorso, da poter prestare ai bambini in caso di emergenza.

Programma

- La catena del soccorso e la chiamata al Servizio 118.
- Nozioni di primo soccorso; PBL5 e disostruzione delle vie aeree.
- L'incontro si articolerà con illustrazioni teoriche e visuali, dimostrazioni pratiche ed esercitazioni, lasciando infine spazio a domande e risposte.

1 incontro sabato 10 maggio 2025 dalle 9.30 alle 11.00

Auditorium “Mirella Urbani”
Via Scuole, 49 - Caselle di Sommacampagna

PARTECIPANTI: max 30

QUOTA: Partecipazione gratuita con iscrizione obbligatoria

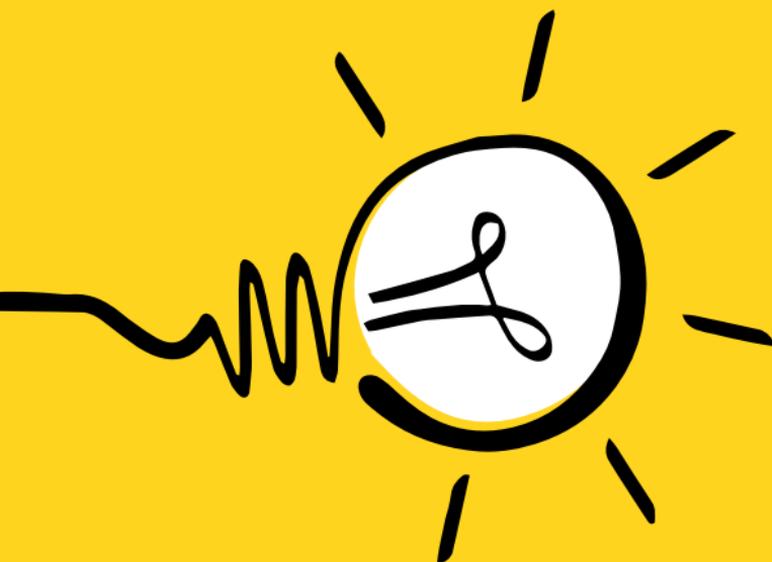
ISTRUTTORI: Operatori volontari nel servizio di ambulanza S.O.S. Sona, associazione grazie alla quale è resa possibile questa utile iniziativa per le famiglie.

SI RINGRAZIANO



FARMACIA COMUNALE DI SOMMACAMPAGNA

Via Gidino 4, Sommacampagna · T. 0458969201
farmacia.comunale@comune.sommacampagna.vr.it



Ufficio Cultura di Sommacampagna
T. 045 8971357

utl@comune.sommacampagna.vr.it
www.comune.sommacampagna.vr.it
@Cultura Sommacampagna