

VIAGGIARE ALL'ESTERO: Corso base di lingua inglese

Docente: Efrati Ada

Giorno e ora: lunedì dalle 14,30 alle 16.00.

Calendario: 4,11,18,25 febbraio; 4,11,18,25 marzo; 1,15,29 aprile; 6,13,20,27 maggio.

Numero massimo di partecipanti:15

Numero minimo: 5

Sede: Silver Club c/o Centro Sportivo C. Campisi - Via S. Pellico - Rosate

Programma: Il corso si pone l'obiettivo di fornire le conoscenze lessicali e grammaticali necessarie per comunicare, anche se in modo non perfetto, durante i viaggi.

Sarà fornita una minima base di grammatica (present simple, present continuous, simple past, futuri, imperativo, pronomi personali soggetto e complemento, plurale dei sostantivi, aggettivi possessivi e dimostrativi, genitivo sassone, il verbo can), ma sarà posto l'accento soprattutto sull'acquisizione di vocaboli e frasi necessari nel mondo del turismo, quali saluti, presentazioni, convenevoli, frasi di vita quotidiana, avvisi e segnalazioni. Si impareranno le frasi più comuni da usare negli aeroporti, nelle stazioni dei treni e degli autobus, negli uffici turistici, negli alberghi, nei ristoranti, nei negozi, nei musei e in giro per le città.

LA FILOSOFIA DELLO STAR BENE

Docente: Ada Rattaro, laureata in Filosofia all'Università degli Studi di Genova. Attestati vari di corsi di teoria e pratica Macrobiotica presso la scuola di Cucina e Self Healing de la SanaGola di Milano.

Giorno e ora: mercoledì dalle 14,30 alle 16,00

Calendario: 13/3 – 20/3 – 27/3 – 3/4 – 10/4 – 17/4

Numero minimo di partecipanti: 5

Sede: da definire

Programma: Il corso si propone di fornire semplici strumenti di riflessione e consigli pratici per affrontare "con filosofia" la propria vita.

Ipotizzando 5 lezioni di un' ora o un'ora e mezza cadauna

1. Macro differenze tra la filosofia occidentale e quella orientale, tra il pensiero scientifico-meccanicistico e quello olistico-energetico
 2. Macro differenze tra il concetto di salute e star bene nella cultura occidentale e in quella orientale.
 3. I concetti di yin e yang e i 5 elementi nella medicina tradizionale cinese
 4. W l'energia del cibo! Abbasso le calorie!
 5. Consigli pratici e ricette curative.
-

IL CICLISMO "EROICO" e i suoi campioni

Docente: Migliavacca Paolo

Giorno e ora: martedì dalle 09,00 alle 10,30

Giorno di inizio del corso: 12 marzo 2019

Calendario: 12, 19, 26 marzo, 2 e 9 aprile

Numero minimo di partecipanti: 5

Sede: Comune di Rosate

Programma: storia del ciclismo in Italia e nel Milanese, dalle origini al periodo fra le due guerre; descrizione delle caratteristiche delle corse in linea e delle corse a tappe con biografia dei principali protagonisti e racconto di episodi e aneddoti; approfondimento della vita – presa ad esempio – di un campione dell'epoca, Carlo Galetti, originario di Corsico; vicende dei corridori più noti negli anni della Grande Guerra; notizie sullo sport della bicicletta nell'area dell'Abbatense. (1890-1920)

- 1 Le origini e la diffusione del ciclismo in Italia e nel Milanese
- 2 Le corse in linea e le corse a tappe all'inizio del Novecento
- 3 Carlo Galetti, lo "Scoiattolo dei Navigli", corridore di Corsico, vincitore di tre Giri d'Italia
- 4 I corridori e la Grande Guerra
- 5 Corridori, società e gare nell'Abbatense all'inizio del Novecento

IL DIALETTO, questo sconosciuto

Docente: Migliavacca Paolo

Giorno e ora: martedì dalle 15,00 alle 16,30

Giorno di inizio del corso: 5 marzo 2019

Calendario: 5, 12, 19, 26 marzo e 2 aprile 2019

Numero minimo di partecipanti: 5

Sede: Comune di Rosate

Programma: origini ed evoluzione dei dialetti in generale; origini del dialetto milanese e conoscenza dei suoi autori principali; differenze fra dialetti nella provincia di Milano; i mutamenti del costume attraverso i mutamenti del dialetto e delle sue parole; autori meno noti, in particolare quelli del territorio abbiatense

1. Dal latino, ai dialetti, all'italiano
 2. Il dialetto milanese: i suoi padri, i suoi autori classici
 3. Il dialetto fuori Milano: le differenze fra paese e paese
 4. Le parole in disuso, le parole nuove, detti e proverbi, piatti tipici, tradizioni
 5. Autori minori, poeti di paese
-

L'OFFICINA DELLA POESIA

Docente: Ivo Zunica

Giorno e ora: venerdì dalle ore 17.00 alle 18.00

Giorno d'inizio del corso: da definire (7 febbraio 2019)

Calendario: da definire

Numero massimo di partecipanti: 15

Numero minimo: 5

Sede: da definire

Programma: Le tecniche specifiche del linguaggio poetico (metrica, figure retoriche ed altro) esplorate attraverso alcuni testi esemplificativi.

annivo.z@tiscali.it - tel. 333/6970567

DIFENDIAMO I RISPARMI

Docente: Adriano Redaelli – Presidente Auser Motta

Giorno e ora: sabato dalle ore 10.00 alle ore 11.30

Calendario: 9 e 16 febbraio 2019

Numero massimo di partecipanti: 15

Numero minimo: 5

Sede: Comune di Rosate

Programma: Cenni storici: dal baratto alla carta di credito/debito

Baratto: olio x vino, pecore x grano;

Monete: metalliche e preziose

Carta stampata: banconote, lettere di accredito, banconote, cambiali, assegni; utilizzo quotidiano: conto corrente (mezzo di trasporto del danaro. Vantaggi e limiti)

Interessi attivi/passivi: costo annuo, servizi offerti;

Entrate: stipendi e pensioni, accrediti da terzi;

Uscite: bonifici, pagamenti automatici bollette, ecc.

Ampio utilizzo direttamente da casa propria con computer,

Carte di credito e di debito visa/mastercard, ecc., bancomat

Per risparmio: dove tenere i soldi? sotto il materasso, conto risparmio in banca, libretto di risparmio in posta, buoni del tesoro, obbligazioni, azioni, investimento/risparmio: buoni del tesoro (bot, btp, cct.),

Investimento a rischio: azioni, obbligazioni

borsa x finanziamento diretto delle imprese (teoricamente)

Borsa = gioco d'azzardo (parco buoi)

SICUREZZA: DIFESA DELLE PERSONE E DEI BENI

Docente: Renzo Dellavalle

Giorno e ora: mercoledì dalle 17.30 alle 19.00

Calendario: 20-27 febbraio, 6-13-20-27 marzo, 3-10-17-24 aprile

Numero massimo di partecipanti: 15

Numero minimo: 5

Sede: da definire in base al numero degli iscritti

Programma:

- La crisi: le fasi storiche, la crisi del 1929, la II guerra mondiale, boom economico 60/70, il petrolio, mercati finanziari, speculazione e corruzione, globalizzazione, egoismo, isolamento tecnologico, i valori, il lavoro, il NOI.
 - L'analisi del rischio: questionario TURBIGO, i VALORI (i giovani e le droghe).
 - La legittima difesa;
 - Le armi;
 - Il sistema di sicurezza:
 - Difese fisiche: Esterne, Perimetrali, INTERNE, SAFE ROOM, Cassaforte a pavimento.
 - Difese Dinamiche: Allarmi antintrusione; Antifurto (NEBBIOGENO: Filmati), TVCC (360°, prevenzione antincendio, analisi immagine, tracking, targhe). Corsi ANTIAGGRESSIONE.
 - Difese di controllo, vigilanze, CONTROLLO VICINATO.
 - Difese assicurative. Eventi non controllabili.
 - Sicurezza anziani:
 - Telesoccorso: volontario e per caduta, visivo;
 - Truffe;
 - Comportamento in caso di intrusione
 - Comportamento in ambiti diversi
 - Piano di difesa comunale (videosorveglianza partecipata)
-

ALIMENTAZIONE E BENESSERE

Docente: Dr.ssa Francesca Derlino - Biologa nutrizionista

Giorno e ora: giovedì dalle 20.30-21 alle 22

Calendario: 28 febbraio, 14 marzo e 4 aprile;

Sede: da definire in base al numero degli iscritti;

Numero minimo: 5

Programma: L'obiettivo del corso è quello di offrire una panoramica sull'importanza dell'alimentazione nelle varie fasi della vita, con particolare risalto all'alimentazione nel soggetto anziano. Si affronterà la dieta mediterranea come strumento di prevenzione di varie patologie, dell'obesità e dei tumori:

- Dieta mediterranea

-l'alimentazione nell'anziano

-l'obesità -alimentazione e tumori