



UNIVERSITA' DEL TEMPO LIBERO

Silver Club in collaborazione col Comune di Rosate

ANNO 2022

1^a sessione aprile - maggio – giugno

2^a sessione settembre - ottobre - novembre



INGLESE

Scopo principale del corso di inglese è tenere viva la mente in quanto gli psicologi affermano che lo studio di una lingua straniera aumenta la capacità di attenzione, allena la memoria, permette di entrare in contatto con una cultura diversa dalla propria e migliora l'autonomia decisionale. L'apprendimento della lingua avverrà su tre livelli: base, intermedio, avanzato; sarà utilizzato un libro di testo del cui acquisto si parlerà durante la prima lezione.

LIVELLO BASE

Docente: Maria Luisa Ciniselli

Giorno e ora: lunedì ore 9.30 / 11.00

Calendario: 4-11-26 aprile / 2-9-16-23-31 maggio / 6 giugno (9 lezioni)

3-10-17-24 ottobre / 7-14-21-28 novembre / 5-12 dicembre (10 lezioni)

Numero massimo di partecipanti: 15 Numero minimo di partecipanti: 5

Sede: Silver Club Rosate – via S. Pellico 12

Programma: saranno fornite elementari conoscenze lessicali e grammaticali necessarie per capire e/o comunicare in lingua inglese in situazioni di vita quotidiana e nei viaggi all'estero.

LIVELLO INTERMEDIO

Docente: Ada Efrati

Giorno e ora: venerdì dalle 9.30 alle 11.00

Calendario: 1-8-22-29 aprile / 6-13-20-27 maggio / 3 giugno (9 lezioni)

7-14-21-28 ottobre / 4-11-18-25 novembre / 2-16 dicembre (10 lezioni)

Numero massimo di partecipanti: 15 Numero minimo di partecipanti: 5

Sede: Silver Club Rosate – via S. Pellico 12

Programma: saranno consolidate le conoscenze della lingua acquisite in precedenza e ne verranno proposte di nuove con esercizi di consolidamento grammaticale e di arricchimento lessicale. Si esamineranno le frasi ed il lessico più usuali da usare nella vita quotidiana, nei rapporti interpersonali, nei negozi, in giro per la città e nei viaggi.

LIVELLO AVANZATO

Docente: Christine Webb

Giorno e ora: giovedì ore 14.00 / 15.30

Calendario: 7-21-28 aprile / 5-12-19-26 maggio (7 lezioni)

6-13-20-27 ottobre / 3-10-17-24 novembre (8 lezioni)

Numero massimo di partecipanti: 15 Numero minimo di partecipanti: 5

Sede: Silver Club Rosate – via S. Pellico 12

Programma: il corso sarà improntato sull'uso prevalente della lingua orale e sarà tenuto da una docente di madrelingua. Gli argomenti trattati saranno relativi sia a situazioni di vita quotidiana che di attualità e impegneranno i partecipanti in maniera attiva; ove necessario saranno consolidate le strutture grammaticali.

STAR BENE DIPINGENDO: PRIMI PASSI NELL'ACQUERELLO STEINERIANO

(tecnica su foglio asciutto).

Docente: *Francesca Carella – Arteterapeuta* **Giorno e ora:** mercoledì dalle 10.15 alle 11.30

Calendario: 13-20-27 aprile / 4-11-18-25 maggio (7 lezioni)

Numero massimo di partecipanti: 10 **Numero minimo di partecipanti:** 5

Sede: Silver Club Rosate – via S. Pellico 12

Causa la peculiarità del corso il numero massimo di partecipanti è limitato a 10.

Materiale: il materiale verrà fornito dal docente con un contributo di 3 € a lezione.

Programma: il corso vuole essere un'introduzione all'utilizzo dell'acquerello steineriano su foglio asciutto. Si traslascia il disegno dando importanza al colore che, attraverso questa tecnica e grazie al materiale utilizzato, risulterà particolarmente vivo e luminoso. Anche chi è alle prime armi potrà riuscire ad ottenere risultati soddisfacenti, grazie all'aiuto di indicazioni precise che verranno fornite durante il lavoro e che permetteranno al termine di ogni incontro di avere un dipinto finito.

Tutti avranno la possibilità di esprimersi attraverso l'arte lavorando in armonia con se stessi senza giudizi, quindi "*Star bene dipingendo*" perchè il colore ci parla e dà voce alle nostre emozioni, porta quiete nella vita frenetica di tutti i giorni e ci nutre.

Durante le prime tre lezioni ci si dedicherà a esercizi di colore, iniziando ad imparare a dosare acqua e colore. Successivamente si darà spazio a dipinti ispirati allo scorrere delle stagioni e a elementi naturali.

INFORMATICA

Docenti: *Claudio Chiesa – Virginia Codazzi – Maria Cataldo*

Giorno e ora: martedì dalle 14.30 alle 16.00

Calendario: 5-12-26 aprile / 3-10-17-24 maggio (7 lezioni)

4-11-18-25 ottobre / 8-15-22 novembre (7 lezioni)

Numero massimo di partecipanti: 15 **Numero minimo di partecipanti:** 5

Sede: Municipio – Sala Consiliare

Programma:

- **Riprendiamo i concetti base:** conoscere il PC, collegare telefono, PC e tablet
- **Collegiamoci con l'esterno:** internet e posta elettronica
- **Strumenti di produttività individuale:** video scrittura con Word, foglio di calcolo con Excel
- **Utilizzo di Pubblica Amministrazione digitale:** SPID; Carta Identità elettronica; INPS
- **Tuteliamo la nostra salute:** Fascicolo Sanitario e ricette, referti, green pass; prescrizioni e prenotazioni
- **Acquisti on line:** fare acquisti presso rivenditori online ed evitare di incorrere in truffe
- **Frodi e reati informatici:** reati informatici, come evitarli e difendersi; Phishing e Polizia Postale
- **Relax e tempo libero:** utilizzo di siti internet per organizzare il proprio tempo libero
- **Muoversi in Lombardia:** utilizzo del sito di Regione Lombardia per organizzare spostamenti sicuri
- **Tutto vero su Internet?:** riconoscere le fake news; interventi legislativi di tutela
- **Chiamare, video chiamare e video conferenze**
- **Archiviazione in rete:** creare un account; archiviare file in modo sicuro; organizzare al meglio il PC.

Il programma è suscettibile di modifiche sulla base dei bisogni e degli interessi dei frequentanti.

CURIAMO IL GIARDINO E L'ORTO

Docente: *Antonio Ferrari*

Giorno e orario: giovedì dalle 15.30 alle 17.30

Calendario: 21- 28 aprile / 5-12-19-26 maggio / 8-15-22-29 settembre (10 lezioni)

Numero massimo di partecipanti: 10

Numero minimo di partecipanti: 5

Sede: Orti e verde della Comunità Cascina Contina

Programma: Il Corso prevede lezioni teorico-pratiche sul terreno, tanto nella parte di verde che negli orti della comunità; verranno fornite indicazioni in merito alla cura e manutenzione del verde, alla preparazione dei terricci per le semine, alle piccole potature, alla cura dei vegetali dai principali parassiti e dalle principali malattie, alla preparazione del terreno prativo e delle piante in previsione dell'inverno.

Attrezzatura necessaria: abbigliamento da lavoro, scarpe anti-infortunistiche, guanti da lavoro, bloc-notes o quaderno e penna per gli appunti.

All'iscrizione si chiederà ai partecipanti cosa vorrebbero approfondire in particolare, così da orientare il corso in base ai loro bisogni.

RIPARAZIONI SARTORIALI

Docente: *Mary Di Muro*

Giorno e ora: giovedì dalle 9.30 alle 11.00

Calendario: 7-21-28 aprile / 5-12-19 maggio (6 lezioni)

Numero massimo di partecipanti: 15 **Numero minimo di partecipanti:** 5

Sede: Silver Club Rosate via S. Pellico 12

Programma: Corso semplice e pratico per imparare a fare piccoli lavori di cucito e riparazioni.

Si parte da zero, dagli attrezzi del mestiere all'utilizzo della macchina da cucire, a tutte le fasi per poter svolgere in autonomia le riparazioni più comuni: accorciare, stringere, allungare gonne e pantaloni, cucire orli, cerniere e qualche segreto del cucito.

- gonne: allargare, stringere, accorciare e allungare
- pantaloni: allargare, stringere e diversi tipi di orlo
- giacche e camicette: accorciare le maniche
- cerniere: cambiare cerniere a gonne, pantaloni e giacchini
- approfondimenti sui temi di maggior interesse della classe

Per uno svolgimento efficace del corso è opportuno che i partecipanti portino i seguenti strumenti: forbici, scucirino, centimetro, spilli, gessetti, aghi, filo da imbastire e ditale.

Per consentire anche l'esercitazione pratica degli argomenti i partecipanti possono portare i loro capi da modificare.

I SEGRETI DELLA POESIA

Docente: *Ivo Zunica*

Giorno e ora: martedì dalle 10.00 alle 11.00

Calendario: 5-12-26 aprile / 3 maggio (4 lezioni)

Numero massimo di partecipanti: 15 **Numero minimo di partecipanti:** 5

Sede: Silver Club Rosate via S. Pellico 12

Programma: il breve corso (dal titolo iperbolico de "I segreti della poesia") si propone di mostrare, con relativa semplicità, come lo specifico della poesia e il suo motivo d'interesse e di fascino, lungi dal consistere nei semplici "contenuti" e nel piano denotativo e dei significati letterali del testo, dipendano principalmente dalla forma e dalle "tecniche" del testo poetico; il discorso verrà sviluppato attraverso un percorso facile sugli aspetti metrici e retorici di alcune liriche di Giovanni Pascoli.

LE BASI DELLA CUCINA

Docente: *Chiara Melani* **Sede:** Club Amici Rosatesi – via Allievi 3

Calendario: martedì dalle 11.00 alle 12.30 3-10 maggio
giovedì dalle 15.30 alle 17.00 19-26 maggio

Numero massimo di partecipanti: 15 **Numero minimo di partecipanti:** 5

Programma: *Conoscenze tecniche e ricette fondamentali per affrontare al meglio i piatti della cucina italiana*

- **Primo incontro** (nozionistico, un'ora circa): a volte quando leggiamo una ricetta troviamo scritti termini di cui non abbiamo ben chiaro il significato; brasare, appassire, mantecare, fondi di cucina, frollare, sono alcune delle tantissime parole che spesso ci troviamo a leggere in una ricetta senza comprendere appieno il loro significato. In questo piccolo glossario troverete il significato dei termini più usati nei libri e nei blog di cucina per spiegare le ricette.
- **Secondo incontro** (nozionistico e pratico, un'ora e mezza circa): ortaggi, erbe aromatiche e spezie e legumi: pulizia, taglio e cottura. Le salse. Realizzazione di una ricetta a base di verdure.
- **Terzo incontro** (nozionistico e pratico, un'ora e mezza circa): il riso: le varie tipologie, gli utilizzi e i metodi di cottura. Realizzazione di una ricetta a base di riso.
- **Quarto incontro** (nozionistico e pratico, un'ora e mezza circa): con le mani in pasta: la pasta brisé. Realizzazione di biscotti salati alle spezie e di una torta salata.

Ad ogni partecipante saranno consegnati il materiale didattico e le materie prime necessarie per la realizzazione dei piatti con un contributo complessivo di € 5; i materiali saranno consegnati il giorno stesso della lezione.

Per le lezioni pratiche si consiglia l'utilizzo di un grembiule da cucina.

LAVORIAMO E RESTAURIAMO IL LEGNO

Docente: *Alfredo Martinelli* **Giorno e ora:** mercoledì dalle 15.00 alle 17.00

Calendario: 7-14-21-28 settembre / 5-12-19-26 ottobre / 9-16 novembre (10 lezioni con possibilità di aggiungere altre lezioni perché ogni partecipante possa concludere la costruzione dell'oggetto in legno deciso insieme durante il Corso)

Numero massimo di partecipanti: 10 **Numero minimo di partecipanti:** 5

Sede: Falegnameria Comunità Cascina Contina Rosate

Attrezzatura richiesta: scarpe anti-infortunistiche, guanti da lavoro, abbigliamento consono, bloc-notes o quaderno con penna per gli appunti, martello, scalpello, seghetto, squadra.

Programma: Il Corso prevede lezioni teorico-pratiche direttamente in falegnameria, con le indicazioni sui primi rudimenti per lavorare il legno, per preparare ed eseguirne la lucidatura, l'osservazione dell'utilizzo delle diverse macchine utensili presenti e la costruzione di un oggetto in legno da parte di ogni partecipante.

NATALE FAI DA TE

Docenti: *Clarissa Finazzi* **Giorno e ora:** martedì dalle 9.30 alle 11.00

Calendario: 8-15-22-29 novembre (4 lezioni)

Numero massimo di partecipanti: 15 **Numero minimo di partecipanti:** 5

Sede: Silver Club Rosate via S. Pellico 12

Programma: corso finalizzato alla realizzazione di semplici manufatti utilizzando materiali molto comuni e facilmente reperibili per un Natale allegro e personalizzato all'insegna del "Fai da te". Si realizzeranno:

- tavola natalizia: centrotavola, segnaposti, tovaglioli
- pacchetti natalizi: chiudipacchi, decorazioni, nastri
- albero di Natale: addobbi realizzati con semplici materiali
- Natale fuori dalla porta: ghirlande e festoni.