



**auser**  
Università popolare dell'età libera  
UniAuser Genova

**Università popolare dell'Età Libera**  
UniAuser | Genova



# UniAuser Circolo San Teodoro

## PROPOSTA FORMATIVA PRIMO SEMESTRE 2024

**UNITI?**

**UNICI?**

**UNIAUSER!**

Perché invecchiamo?	DOCENTE
Come cambia la nostra mente	Dott. Claudio Ivaldi: geriatra, referente ambulatori CDCL ASL 3
Prevenzione: attività motoria, autonomia, sociosanitari	Dott. Luca Mazzella: neurologo, responsabile ambulatori neurologia di ASL3

Per info e iscrizioni rivolgersi a: **Silvia Giacinto (cell. 3398592650)**  
 email: [circolosanteodoro@uniausergenova.net](mailto:circolosanteodoro@uniausergenova.net)  
 Sito web: <https://www.ctuniausergenova.it/cst/>

## PROSPETTO DELLE ATTIVITA', DEGLI INCONTRI E DEGLI EVENTI

EVENTO	QUANDO	INFORMAZIONI
<b>ARTE, LETTERATURA, TEATRO E CINEMA</b>		
<b>FACCIAMO TEATRO</b> <i>Docenti: Paola Lerza, Giuseppina Fiorenza</i> <b>"METTIAMO LA TESTA A POSTO"</b>	Tutti i <b>MARTEDI'</b> h 10.00- 11.30 dal 23 gennaio al 2 aprile  <b>DOMENICA 7 aprile</b> h. 15.30 – teatro della chiesa di San Marcellino Via Bologna 8	Mettiamoci in scena e in gioco divertendoci. Proseguo e conclusione attività del 2023  Spettacolo teatrale a conclusione dell'attività, in collaborazione con il coro e il gruppo di ballo del CST
<b>UNA PARTIGIANA DI NOME TINA</b> <i>Di e con Milena Lanzetta</i>	<b>GIOVEDI'</b> 18 aprile h. 10.00	Con la partecipazione del coro CST
<b>LEGGIAMO CALVINO</b> <i>Docenti: Paola Lerza, Miria Carpaneto</i>	<b>MERCOLEDI'</b> 14 febbraio h 10.00	Illustrazione di un'opera di Calvino con proposta di formazione gruppo di lettura
<b>APPUNTAMENTI CON L'ARTE IN CITTA'</b> <i>Docente: Silvana Badano</i>	<b>MERCOLEDI'</b> 7 febbraio h. 10.00  <b>MERCOLEDI'</b> 6 marzo h. 10.00  <b>MERCOLEDI'</b> 3 aprile h. 10.00  <b>MERCOLEDI'</b> 8 maggio h. 10.00	Presentazione di artisti le cui opere siano oggetto di mostre ed esposizioni cittadine. Gli incontri sono propedeutici, per chi lo desiderasse, alla visita delle mostre stesse.
<b>SIMONETTA CATTANEO VESPUCCI: LA SENZA PARI</b> <i>Docente: Giovanna Rotondi Terminiello</i>	<b>MERCOLEDI'</b> 28 febbraio h. 10.00	Alla scoperta della gentildonna genovese che ispirò la Venere di Botticelli e divenne un'icona di bellezza e di stile

## ITINERARI CULTURALI

DOVE	DOCENTI	QUANDO
<b>ORATORIO DI SAN PIETRO E PAOLO</b>	Paola Martini	Venerdì 26 gennaio
<b>LA CHIESA DI SAN GEROLAMO A QUARTO</b>	Paola Martini	Venerdì 23 febbraio
<b>MULTEDO: L'ORATORIO DEI SS. NAZARIO E CELSO</b>	Paola Martini	Venerdì 29 marzo
<b>SESTRI PONENTE: L'ORATORIO DEL SANTO CRISTO</b>	Paola Martini	Venerdì 19 aprile
<b>VOLTRI: CHIESA DI S. ERASMO</b>	Paola Martini	Venerdì 24 maggio
<b>SAN BARTOLOMEO DELLA C ERTOSA</b>	Paola Martini	Venerdì 14 giugno
<b>L'ABBZIA DEL BOSCHETTO A CAMPI</b>	Paola Martini	Venerdì 27 settembre
<b>L'ORATORIO DI CORONATA</b>	Paola Martini	Venerdì 25 ottobre
<b>LA BASILICA DI SANTA MARIA IMMACOLATA DI VIA ASSAROTTI</b>	Paola Martini	Venerdì 29 novembre

**TESSERA AUSER 2024**

**€ 18**

**QUOTA ASSOCIATIVA CST 2024**

**€ 30**

PER ALCUNE ATTIVITA' CHE PREVEDONO 4 O PIU' INCONTRI E'  
PREVISTO UN CONTRIBUTO SPESE.

ALL'ATTO DELL'ISCRIZIONE, I VOLONTARI SARANNO A  
DISPOSIZIONE PER FORNIRE OGNI SPIEGAZIONE IN MERITO.

PROSPETTO DELLE ATTIVITA', DEGLI INCONTRI E DEGLI EVENTI		
EVENTO	QUANDO	INFORMAZIONI
<b>MANUALITA' E CREATIVITA'</b>		
<b>MANUALITA' CON LA CARTA</b> Docente: Anna Sala	<b>MERCOLEDI'</b> 20 marzo, 17 aprile, 22 maggio  Gruppo A h 10.00- 11.30 Gruppo B h 15.00- 16.30	Come creare bigliettini, cartoline e altri oggetti di carta con gusto e fantasia.
<b>SCIENZE SOCIALI E POLITICHE</b>		
<b>ARCHITETTURA E SOCIETA'</b>  Docenti: Antida Gazzola, Alberto Boccardo	<b>MERCOLEDI'</b> 27 Marzo h. 10.00 10 aprile h. 10.00  <b>MARTEDI'</b> 14 maggio h. 10.00 28 maggio h. 10.00	Quattro incontri per illustrare lo sviluppo architettonico di Genova e il rapporto tra gli abitanti e la città dalle origini al XX secolo

PROSPETTO DELLE ATTIVITA', DEGLI INCONTRI E DEGLI EVENTI		
EVENTO	QUANDO	INFORMAZIONI
<b>SALUTE, BENESSERE E INVECCHIAMENTO ATTIVO</b>		
<b>MEMORY TRAINING</b>  Docente: Cinzia Valentini	<b>LUNEDI'</b> dal 22 gennaio al 25 marzo h. 10.00-11.30	Nove incontri per l'apprendimento di strategie specifiche per migliorare la memoria e le facoltà cognitive.
<b>CORSO DI SCACCHI</b>  Docente: Davide Cusato	<b>MARTEDI'</b> dal 16 febbraio al 16 aprile h. 17.30	Dieci incontri per imparare un gioco che contribuisce a sviluppare le capacità logiche e mnemoniche e favorisce la concentrazione
<b>"SPORT INCLUSIVO": GINNASTICA DOLCE</b>  Docente: Ludovica Catalano	<b>MARTEDI' E GIOVEDI'</b> h 8.30- 9.30 dal 23 gennaio al 30 maggio	Esercizi per equilibrare il corpo e migliorare il benessere fisico
<b>IL PAVIMENTO PELVICO</b>  Docente: Ambra Villani	<b>LUNEDI'</b> 5 febbraio h. 10.00	Alla scoperta di una parte importante del corpo femminile: come rafforzarla e migliorarne la tenuta. Seguiranno incontri mirati in piccoli gruppi
<b>L'OSTEOPATIA E IL NOSTRO CORPO</b>  Docente: Paola Capelli	<b>LUNEDI'</b> 19 febbraio h. 15.45  <b>LUNEDI'</b> 26 febbraio h. 15.45  <b>MARTEDI'</b> 19 marzo h. 15.00  <b>MARTEDI'</b> 16 aprile h. 15.00	PROBLEMI OSTEO-ARTICOLARI: A CHI RIVOLGERSI  PRESA IN CARICO DELL'ARTO SUPERIORE E INFERIORE, CON PARTE PRATICA  COME AFFRONTARE I DOLORI SCHELETRICI CON IL MOVIMENTO  IL CORRETTO UTILIZZO DELLA RESPIRAZIONE

**SALVO DIVERSA COMUNICAZIONE,  
TUTTI GLI INCONTRI E LE ATTIVITA'  
SI SVOLGERANNO IN VIA LUGO 6**

**PER EVENTUALI VARIAZIONE DI PROGRAMMA,  
SI PREGA DI FARE RIFERIMENTO AL SITO  
UNIAUSER E ALLE LOCANDINE CHE VERRANNO  
DI VOLTA IN VOLTA INVIATE**

## PROSPETTO DELLE ATTIVITA', DEGLI INCONTRI E DEGLI EVENTI

EVENTO	QUANDO	INFORMAZIONI
<b>MUSICA</b>		
<b>CANTIAMO INSIEME</b>  <i>Docenti:</i> Lina Rando, Giuliana Zapparoli	<b>GIOVEDI'</b> h. 9.45- 10.45 dal 25 gennaio a fine anno	Nessuno è "stonato": allestimento di un coro a più voci
<b>MOVIMENTO IN MUSICA</b>  <i>Docenti:</i> Giuliana Zapparoli, Lina Rando	Tutti i <b>GIOVEDI'</b> h. 10.45 - 11.45 dal 25 gennaio a fine anno	Impariamo a giocare con il corpo a tempo di musica
<b>RISCOPRIAMO L'OPERA LIRICA: incontro con questo mondo affascinante</b>  <i>Docente:</i> Angelo Bruzzone	<b>MERCOLEDI'</b> 24 gennaio h 10.30  <b>MARTEDI'</b> 9 aprile h 10.30  <b>MERCOLEDI'</b> 29 Maggio h 10.30	MADAMA BUTTERFLY  LA BOHÈME  IL BARBIERE DI SIVIGLIA
<b>LINGUE</b>		
<b>CULTURA SPAGNOLA</b>  <i>Docente:</i> Silvia Encharren	<b>LUNEDI'</b> 4 marzo h. 15.00  <b>LUNEDI'</b> 11 marzo h. 15.00	Primo incontro con la storia e la tradizione della Spagna
<b>THE BRITISH THRILLER</b>  <i>Docenti:</i> Piera Della Rovere, Paola Lerza	Da <b>LUNEDI'</b> 8 aprile a <b>LUNEDI'</b> 27 maggio h. 10.00	Laboratorio di otto incontri in lingua inglese alla scoperta di una grande scrittrice di gialli, Agatha Christie

## PROSPETTO DELLE ATTIVITA', DEGLI INCONTRI E DEGLI EVENTI

EVENTO	QUANDO	INFORMAZIONI
<b>INFORMATICA</b>		
<b>SPORTELLO INFORMATICO</b>  <i>Docente: Elena Ricci</i>	Tutti i <b>MERCOLEDI'</b> dal 5 febbraio, incontri individuali da concordare su appuntamento	Approfondimenti e/o assistenza su contenuti e procedure digitali  Per appuntamenti contattare Silvia o Elena
<b>INFORMATIZZAZIONE DIGITALE</b>  <i>Docente: Elena Ricci</i>	<b>MERCOLEDI'</b> h 15.00 - 16.30 dal 7 febbraio	Contenuti digitali, dal livello base a quello più avanzato, con approfondimenti a richiesta
<b>ABBIAMO UN SITO!</b>  <i>Docente: Paola Lerza</i>	<b>MERCOLEDI'</b> 24 gennaio h. 10.00	Presentazione della piattaforma didattica moodle del CST: come navigarci e come riscoprire attività e ricordi
<b>STORIA E FILOSOFIA</b>		
<b>L'EMIGRAZIONE ITALIANA</b>  <i>Docente:</i> Giustina Olgiati	<b>MARTEDI'</b> 9 aprile h 15.00	Dove sono finiti gli italiani? Ripercorriamo le rotte di un popolo nel corso della storia
<b>IL FASCISMO CON GLI OCCHI DEI BAMBINI</b>  <i>Docente:</i> Giustina Olgiati	<b>MARTEDI'</b> 30 aprile h. 15.00	Uno dei periodi più bui della nostra storia visto con gli occhi dell'innocenza
<b>CONOSCIAMO L'EUROPA,</b> <i>a cura di Desi Slivar e Piergiorgio Grossi</i>	<b>MERCOLEDI'</b> 13 marzo h. 10.00  <b>MARTEDI'</b> 23 aprile h. 10.00	Facciamo il punto: chiarimenti e approfondimenti con testimonianze dirette
<b>L'EUROPA NEL XXI SECOLO: SCENARI GEOPOLITICI</b>  <i>Docente: Marco Doria</i>	<b>MARTEDI'</b> 7 Maggio h. 15.00	Il nostro continente nello scenario politico mondiale