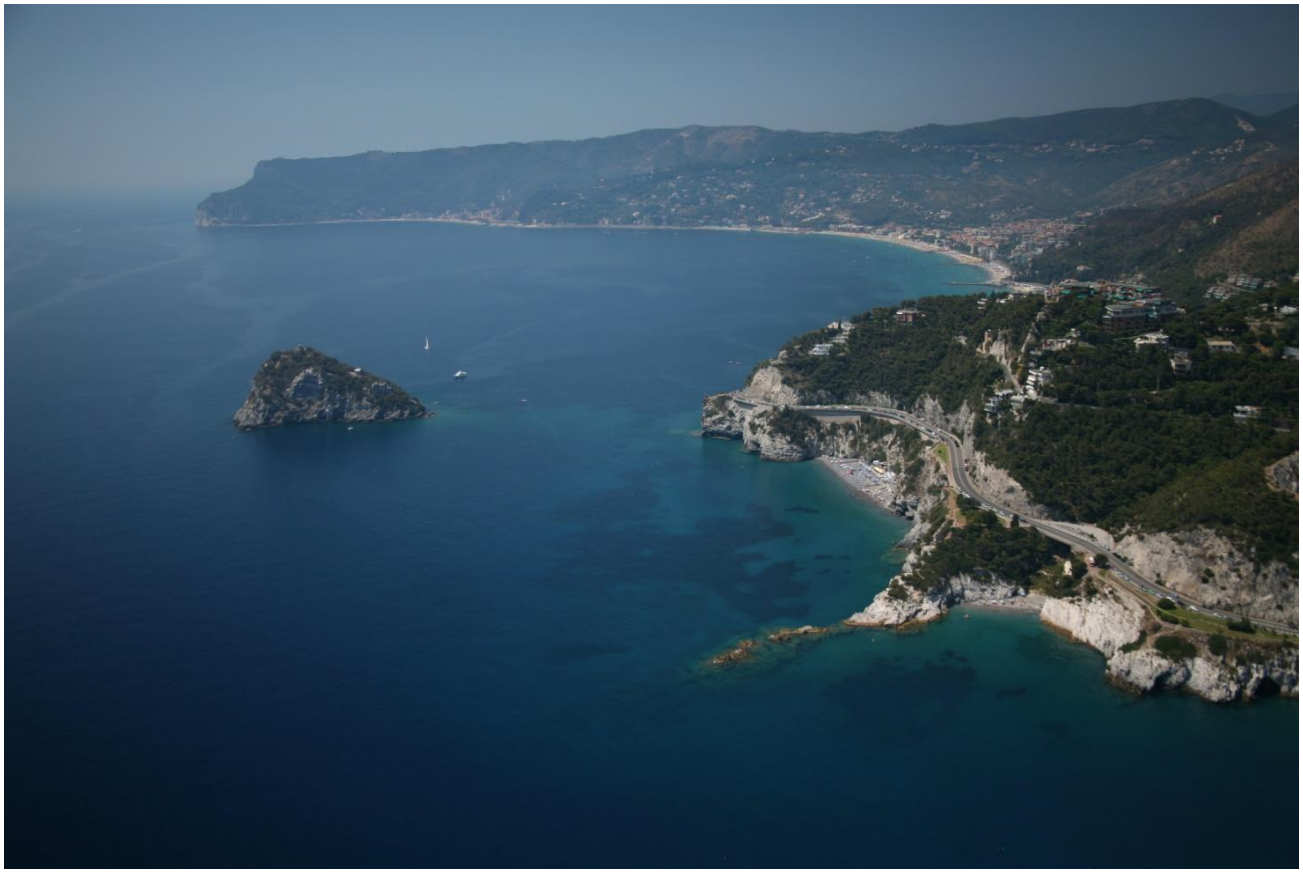


Foto di Ivan Merlo

Università del Golfo

Anno Accademico 2024-2025

COMUNE DI BERGEGGI COMUNE DI NOLI COMUNE DI SPOTORNO COMUNE DI VEZZI PORTIO

INTRODUZIONE

Le Amministrazioni dei quattro Comuni del Golfo dell'Isola ripropongono anche per l'anno accademico 2024/2025, il progetto culturale dell'Università del Golfo, percorso culturale itinerante dei Comuni di Bergeggi, Noli, Spotorno e Vezzi Portio.

Ci preme ricordare sempre che gli obiettivi dell'Università del Golfo, in sintesi sono quelli del fare cultura, formazione e promuovere la socializzazione rivolgendosi ai cittadini di ogni fascia di età, promuovendo la formazione e il dialogo intergenerazionale con una crescita civile e culturale generalizzata. In sostanza il sapere – e ne siamo profondamente convinti – è quella fertile curiosità che ci aiuta a muoverci e a relazionarci.

La programmazione si presenta sempre più interessante ed eterogenea, anche quest'anno maggiormente arricchita di nuovi corsi ed incontri tematici, con l'auspicio di coinvolgere un numero di cittadini sempre più ampio.

Oltre ai corsi, molti dei quali rinnovati ed alcuni nuovi, i Comuni di Bergeggi, Noli, Spotorno e Vezzi Portio sono previsti conferenze ed incontri culturali aperti a tutti al fine di creare interesse e dibattiti su argomenti di attualità ed interesse sia in ambito culturale che sanitario e quest'anno anche di carattere economico.
Nel pieno spirito comprensoriale e di comunanza anche per l'anno accademico 2024/2025, sono stati programmati appuntamenti itineranti come il già navigato Cineforum e le visite guidate a siti di interesse storico-artistico o ludico dei territori dei quattro Comuni del Golfo dell'Isola.

Le quattro Amministrazioni colgono l'occasione per ringraziare sentitamente, tutti gli operatori degli uffici comunali, i volontari, i docenti, le varie associazioni culturali-sociali-sportive, i diversi enti e le scuole che ospitano i corsi e per ultimi, non certo per importanza, tutti i cittadini che parteciperanno ai corsi proposti.

Buon anno accademico a tutti!

ISCRIZIONI

L'UNIVERSITA' DEL GOLFO è un istituto di cultura permanente aperto a tutti i cittadini dai 18 anni in su.
Le iscrizioni avranno inizio a partire da venerdì 08.11.2024.
La domanda di iscrizione deve essere compilata su apposito modulo che potrà essere richiesto presso le sedi di ogni Comune e/o scaricabile dai siti istituzionali.

E' prevista una quota d'iscrizione di **€ 20,00** (che permette l'accesso ad un numero illimitato di corsi) da corrispondere ai Comuni di Spotorno e Noli in base a:

- sede del corso
- prevalenza dei corsi frequentati

Non sono previste limitazioni circa il numero di corsi a cui iscriversi.

Il pagamento della quota d'iscrizione può effettuarsi tramite bonifico bancario ai seguenti IBAN:

- IT49S0760103200001053166391 Tesoreria Comune di Spotorno
- IT64Q0503449450000000089010 Tesoreria Comune di Noli

E' necessario allegare la ricevuta di pagamento al modulo d'iscrizione che potrà essere consegnato in forma cartacea c/o l'Ufficio Protocollo o inviato mezzo e-mail ai seguenti indirizzi:
protocollo@comune.spotorno.sv.it
ufficio.protocollo@comune.noli.sv.it

Per informazioni:
Noli: 019-7499531/32/34
Spotorno: 019-9482932

Durante l'anno accademico nuovi corsi potranno essere inseriti in calendario e saranno pubblicizzati sui siti dei singoli Comuni e sulla pagina Facebook "Università del Golfo".

CORSI ITINERANTI E CONDIVISI
APERTI AL PUBBLICO E GRATUITI

CINEFORUM

a cura del Gruppo Cineforum
"Quei Bravi Ragazzi" di Quiliano

Gli imprescindibili

Ci sono registi e film senza i quali non si può parlare di CINEMA

Martedì 14 gennaio 2025 **"L'INFERNALE QUINLAN"**
ore 20.45 presso la Sala Consiliare Comune di Bergeggi

Martedì 28 gennaio 2025 **"VIALE DEL TRAMONTO"**
ore 20.45 presso la Sala Comunale Palace Spotorno

Martedì 11 febbraio 2025 **"FARGO"**
ore 20.45 presso il Teatro Defferrari Noli

Martedì 25 febbraio 2025 **"IL GRANDE COCOMERO"**
ore 20.45 presso la Società Sborgnistica di Vezzi Portio

SUBBUTEO: UN GIOCO SENZA TEMPO

A cura di Giovanni Cima

SPOTORNO

Martedì 14-28 gennaio e 11-25 febbraio 2025
Sede: Centro Sociale Anziani Polivalente Spotorno
Ore 17.00-18.30

NOLI

Giovedì 3-17 aprile 2025
Sede: Sala Polivalente "L. Moggio"
Ore 17.00-18.30

INCONTRI E CORSI APERTI AL PUBBLICO E GRATUITI

BERGEGGI

Sala Consiliare del Comune di Bergeggi ore 21.00

ASPETTI STORICI DEL TERRITORIO DI BERGEGGI

"Le fortificazioni genovesi e sabaude di Bergeggi e Vado Ligure dal seicento al novecento"

A cura di Christian Alpino
Venerdì 22 novembre 2024

EDUCAZIONE FINANZIARIA

"Pillole di finanza domestica"

A cura di Giuseppe Formento (Dottore in Economia e Commercio)
Data da definire in itinere

EDUCAZIONE SANITARIA

"Consigli sull'alimentazione del paziente anziano"

A cura di Piero Alpa (Geriatra)
Data da definire in itinere

"Consigli sulla gestione del mal di schiena"

A cura di Riccardo Alpa (Osteopata)
Data da definire in itinere

"Corso per addestramento all'uso del defibrillatore semiautomatico"

A cura di Simone Bazurro (Anestesista e Rianimatore)
Data da definire in itinere

NOLI

CONTABILITÀ

"Elementi base di gestione della tesoreria nelle associazioni"

A cura di "Pro loco Noli"
Direttore e docente: Gabriele Murgia
Mercoledì 27 novembre 2024
Martedì 14 – 21 – 28 gennaio 2025
4 febbraio 2025
Sede: Sala Consiliare Comune di Noli ore 20.30 - 22.00

CULTURA MUSICALE

"Canzoni e poesie contro la guerra"

A cura di "Noli Social Club"

Direttore e docente: Alberto Peluffo
Mercoledì 11 dicembre 2024
Sede: Teatro Defferrari - Noli ore 17.30 – 18.30
Capienza massima: 70 persone

STORIA E ARCHEOLOGIA

"La comunità nolese in età storica"

A cura di Paolo De Vingo

- Alle origini di Noli romana: la formazione di una comunità
- La trasformazione della comunità nolese in età tardoantica
- Gli sviluppi della comunità nolese nei secoli altomedioevali
- Traffici e trasporti nella Noli romana e tardoantica

Sede: Sala Consiliare Comune di Noli. Date ed orari da definire

STORIA LOCALE

"Noli"

a cura di "Centro Storico Culturale Civitas Nauli"

- Mercoledì 5 marzo 2025 - La cineteca del Civitas Nauli
- Mercoledì 19 marzo 2025 - Viaggio tra i monumenti di Noli

Sede: Sala Consiliare Comune di Noli ore 17.30 - 18.30
Minimo 4 persone

CINECLUB a cura del Noli Social Club

Proiezioni presso Teatro Defferrari Noli

Domenica 26 gennaio 2025 ore 16.00

“LA STORIA DI UNA LADRA DI LIBRI”

Domenica 9 febbraio 2025 ore 16.00

“NATA PER TE”

Domenica 9 marzo 2025 ore 16.00

“SUFFRAGETTE”

Sabato 12 aprile 2025 ore 21.00

“DALLAS BUYER CLUB”

Sabato 3 maggio 2025 ore 21.00

“L’ORA PIU’ BUIA”

SPOTORNO

SPORT

“Ancora 24 ore!”

a cura di Paolo Cappucciati – Centro Nautico Vadese
Giovedì 16 gennaio 2025
Sede: Sala Convegni Palace – Spotorno ore 21.00

NUTRIZIONE

“La bellezza nasce da dentro.
Curare il nostro aspetto nutrendo il nostro microbiota"

A cura di Stefania Scotto (Biologa – Nutrizionista)
Data ed orario da definire in itinere
Sede: Sala Conferenze Opera Pia Siccardi/Berninzoni - Spotorno

PSICOLOGIA

“L'amore e' un'altra storia:
riconoscere ed evitare le relazioni tossiche”

A cura di Erika Conti (Psicologa)
Data ed orario da definire in itinere
Sede: Sala Conferenze Opera Pia Siccardi/Berninzoni – Spotorno

VISITE GUIDATE/ESCURSIONI
APERTE AL PUBBLICO E GRATUITE

“Alla scoperta delle 4 borgate di Verezzi, uno dei borghi più belli d’Italia”

a cura della Guida Turistica del Golfo Barbara Noè
Mercoledì 22 gennaio 2025 Visita guidata
Ritrovo: ore 14.30 parcheggio all’entrata Borgata Piazza (Verezzi)
Prenotazione obbligatoria al nr. 347-0842691
Percorso misto.
Si consigliano abbigliamento adatto alla stagione e scarpe comode con suola non liscia

“Finalborgo: capitale del marchesato e avamposto spagnolo”

a cura della Guida Turistica del Golfo Rita Trinchero
Mercoledì 29 gennaio 2025 Visita guidata
Ritrovo: ore 15.00 presso Porta Testa – Finalborgo
Prenotazione obbligatoria al nr. 019-9482932

“Passeggiando insieme”

A cura di “Unde andemmu” - Nicole Beiso e Fulvio Peluffo
- Ponti romani
- Monte Mao
Date, orari ed iscrizioni da definire
Minimo 8 persone

Durante l’anno accademico saranno organizzati, presso i vari Comuni del Golfo, altri eventi collaterali aperti al pubblico e gratuiti.

SOMMARIO CORSI

- **ADDOBBIAMO L'ALBERO DI NATALE. CORSO DI AMIGURUMI ALL'UNCINETTO**
- **ANCORA BURRACO…CORSO BASE E INTERNAZIONALE. COME PREPARARSI PER UN TORNEO**
- **AVVIO AL GIOCO DEL GOLF**
- **BIENVENUE À TOUS! UN COUP D'OEIL SUR LA FRANCE DES ACTIVITÉS MULTIPLES: PER CONOSCERE LA FRANCIA E LA LINGUA FRANCESE ATTRAVERSO FOTOGRAFIA, PITTURA, MUSICA, LETTERATURA, CONVERSAZIONE ET POUR FINIR: TOUS AUTOUR D'UNE TABLE POUR UN MOMENT CONVIVIAL!**
- **COMPOSIZIONE FLOREALE: CENTROTAVOLA NATALIZIO**
- **CORSO DI PALMETTE PASQUALI**
- **DAL FIORE AL MIELE:CURIOSITA' SULLE API, PICCOLE E LABORIOSE CREATURE**
- **ESPLORIAMO INSIEME L'AFFASCINANTE MONDO DEI DRONI**
- **LA MANUTENZIONE DELLE PAROLE: LIBERTA' - GIUSTIZIA - RICORDARE O DIMENTICARE? CORSO DI STORIA**
- **LABORATORIO DI CERAMICA**
- **LETTERATURA INGLESE: "SUONI E LINGUAGGI"**
- **MEDICINA TRADIZIONALE CINESE: "LO SHIATSU"**
- **METODO PER LA SALUTE E BENESSERE-INTRODUZIONE ALTAIJI QUAN**
- **OCCHIO AL CIELO – CORSO DI ASTRONOMIA**
- **PITTURA A OLIO**
- **PREBUGGIUN E FORAGING: DALLA TRADIZIONE AI TEMPI MODERNI – ALLA SCOPERTA DELLE ERBE SPONTANEE**
- **SI FA PRESTO A DIRE BELLO. IL BRUTTO, IL CURIOSO, L'IRRIVERENTE E L'IMPERFETTO NELL'ARTE**
- **STORIA: "1945-2025, LA LIBERAZIONE COMPIE 80 ANNI"**
- **SU MURA E VETRATE LA SCRITTURA E' ARCHITETTURA (Gringoire da Notre Dame de Paris) E LA FOTO LE CATTURA…**
- **UN VIAGGIO NELL'ARTE: ENRICO BAJ E IL NOVECENTO LIGURE**
- **UNO SGUARDO SULLA SCRITTURA GIAPPONESE**
- **WORKSHOP - INDAGARE I MISTERI: " DA ATLANTIDE AI DISCHI VOLANTI" – SECONDO ANNO**
- **YOGA DOLCE E SULLA SEDIA: PER UN CORPO ATTIVO E UNA MENTE SERENA**

ADDOBBIAMO L'ALBERO DI NATALE
CORSO DI AMIGURUMI ALL'UNCINETTO

DIRETTORE E DOCENTE DEL CORSO
LIVIA AMICI

PROGRAMMA

Perché quest'anno non addobbare l'albero di Natale con qualcosa realizzato da noi? Qualcosa di allegro e colorato? Magari anche morbido e che non si rompa?
Ecco allora 5 semplici lezioni per creare le vostre decorazioni natalizie amigurumi, da regalare o da sfoggiare sul vostro albero.

Conoscenze:

- Saper fare le catenelle all'uncinetto (anche se per questo progetto non serviranno)
- Saper fare la maglia bassa

Ma se non siete degli esperti dell'uncinetto, non preoccupatevi: sarà spiegato tutto dalla docente.
Materiale occorrente:

- Lana o cotone dei seguenti colori: color pelle (rosa o beige chiaro), colore rosso-colore bianco-colore verde-chiaro e nero
- Uncinetto della giusta misura: calcolate una misura in meno di quella indicata sull'etichetta dei filati scelti
- Un segnapunti o una spilla da balia
- Forbici
- Occhietti (anche perline o eventualmente si fanno cuciti)
- Riempitura per cuscini (ottima anche l'imbottitura cuscino)
- Ago da lana senza punta
- Spilli colorati

N.B.: Per realizzare le nostre palline natalizie, non sono necessarie particolari abilità nel cucito né l'utilizzo della macchina da cucire.

LEZIONI 21-28 novembre 2024
5-12-19 dicembre 2024

ORARIO

GIOVEDI' dalle 15.00 alle 17.00

SEDE DEL CORSO: SCUOLA PRIMARIA SPOTORNO

Viale Europa, 6 – Spotorno

ANCORA BURRACO…CORSO BASE E INTERNAZIONALE.
COME PREPARARSI PER UN TORNEO

DIRETTORE E DOCENTE DEL CORSO

ANNA FERRETTO



INCONTRIAMOCI…CON IL BURRACO

PER STARE INSIEME, PER GIOCARE O IMPARARE

PROGRAMMA

In ogni gioco che si rispetti le regole sono il pane del nostro divertimento.
E' necessario ed importante conoscerle e saperle mettere in pratica, senza distrazioni.
Questo è ciò che il nostro corso si propone.

Nel corso della prima giornata-incontro, in base al numero degli iscritti e al grado di conoscenza del gioco, si procederà alla formazione dei tavoli.

LEZIONI

23-30 gennaio 2025
6-13-20-27 febbraio 2025
6-13 marzo 2025

ORARIO

GIOVEDI' dalle 15.30 alle 17.00

SEDE DEL CORSO: CENTRO SOCIALE ANZIANI POLIVALENTE SPOTORNO

Loc. Monticello – Spotorno

AVVIO AL GIOCO DEL GOLF

DIRETTORE DEL CORSO

PAOLO BUCCHIANICA

DOCENTI

OPERATORI SPORTIVI VOLONTARI GOLF CLUB ALBISOLA

PROGRAMMA

Descrizione del corso: il corso è destinato ad un pubblico che non ha mai o quasi mai praticato il gioco del golf, un pubblico eterogeneo dal punto di vista dell'età, del sesso e della predisposizione allo sport. Il golf è un gioco per tutti!
Le lezioni, avranno contenuti teorici in aula (attrezzata con proiettore e lavagna a fogli mobili), intervallati da prove pratiche sul campo pratica (compatibilmente con le condizioni metereologiche) o nel gonfiabile e utilizzo degli strumenti a corredo del gioco. Ad ogni prova pratica seguirà una piccola gara tra i partecipanti al corso con piccola premiazione finale. I partecipanti, si presenteranno con vestito sportivo, scarpe morbide, basse (tipo tennis). Tutti gli attrezzi saranno forniti dal circolo.
Il corso si terrà presso la sede del Golf Club Albisola in Via Riccardo Poggi Loc. Carpineto facilmente raggiungibile in auto (500m da uscita autostrada Albisola-ampio parcheggio) o tramite mezzi pubblici (fermata TPL n.7 proprio all'ingresso del club). Nessun altra spesa a carico dei partecipanti.

LEZIONI

25 febbraio 2025
4-11-18-25 marzo 2025

ORARIO

MARTEDI' dalle 15.00 alle 16.30

SEDE DEL CORSO: GOLF CLUB ALBISOLA

COMPOSIZIONE FLOREALE: “CENTROTAVOLA NATALIZIO”

DIRETTORE E DOCENTE DEL CORSO

ADELAIDE RICCI

PROGRAMMA

Corso teorico e pratico dedicato alle composizioni floreali con decorazioni natalizie.

- Composizione floreale con decorazioni natalizie, addobbi misti e rami di abete.
- Composizione floreale di fiori recisi.

Per l’acquisto del materiale è previsto, da parte del corsista, un piccolo contributo economico da versare al Direttore del Corso durante la prima lezione.

CORSO A NUMERO CHIUSO: minimo 4 e massimo 20 partecipanti

LEZIONI 3 dicembre 2024

17 dicembre 2024

ORARIO MARTEDI' dalle 15.30 alle 17.30

SEDE DEL CORSO: SALA CONSILIARE COMUNE di NOLI

Piazza Milite Ignoto, 6 - Noli

BIENVENUE À TOUS!
UN COUP D'OEIL SUR LA FRANCE DES ACTIVITÉS MULTIPLES:
PER CONOSCERE LA FRANCIA E LA LINGUA FRANCESE ATTRAVERSO LA FOTOGRAFIA, LA PITTURA, LA MUSICA, LA LETTERATURA, LA CONVERSAZIONE ET POUR FINIR: TOUS AUTOUR D'UNE TABLE POUR UN MOMENT CONVIVIAL!

DIRETTORE E DOCENTE DEL CORSO

ANNALIA AIME

PROGRAMMA

BIENVENUE À TOUS!

UN COUP D'OEIL SUR LA FRANCE DES ACTIVITÉS MULTIPLES:

PER CONOSCERE LA FRANCIA E LA LINGUA FRANCESE ATTRAVERSO:

LA FOTOGRAFIA

LA PITTURA

LA MUSICA

LA LETTERATURA

LA CONVERSAZIONE

ET POUR FINIR:

TOUS AUTOUR D'UNE TABLE POUR UN MOMENT CONVIVIAL!

LEZIONI

18 dicembre 2024

8-15-22-29 gennaio 2025

5-12-19 febbraio 2025

ORARIO

MERCOLEDI' dalle 15.00 alle 16.30

SEDE DEL CORSO: SALA CONFERENZE OPERA PIA SICCARDI/BERNINZONI

Via Verdi, 33 - Spotorno

CORSO DI PALMETTE PASQUALI

DIRETTORE E DOCENTE DEL CORSO

PASQUA AMODEO

PROGRAMMA

Nella nostra riviera ligure, durante la domenica che precede la Santa Pasqua, è tradizione donarsi i “Parmureli”, composizioni realizzate manualmente con foglie di palma intrecciate.
Quest’arte si tramanda di generazione in generazione e le forme che si riescono a creare sono le più differenti e particolari.
Le “Palme” portano un messaggio di gioia, di pace e di speranza, ricordando l’ingresso trionfale di Gesù nella città di Gerusalemme.
Il corso, propedeutico alla Pasqua, intende insegnarci i segreti di un’antica arte che pochi conoscono.

LEZIONI 4-11-18-25 marzo 2025

1 aprile 2025

ORARIO

MARTEDI' dalle 16.30 alle 18.00

SEDE DEL CORSO: CENTRO SOCIALE ANZIANI POLIVALENTE SPOTORNO

Loc. Monticello – Spotorno

“DAL FIORE AL MIELE”

CURIOSITA’ SULLE API, PICCOLE E LABORIOSE CREATURE

DIRETTORI E DOCENTI DEL CORSO

GIOVANNI MARGARINI e GABRIELE MURGIA

Corso realizzato in collaborazione con

“Azienda Agricola La Guardia” - Fam. Murgia-Garzoglio

Le api svolgono un ruolo fondamentale per le piante e per l’uomo, senza il loro lavoro di impollinatori molte specie di piante non potrebbero completare il ciclo riproduttivo che porta ai frutti e ai semi, e l’essere umano e diverse specie animali non avrebbero a disposizione molta frutta e ortaggi con cui sostenere la propria alimentazione.
Dal punto di vista delle api, il lavoro di impollinatore è del tutto secondario. Per loro visitare i fiori serve per succhiare il nettare, liquido zuccherino usato dalle piante per attrarre gli insetti, da portare all’alveare come materia prima ricca di carboidrati e fondamentale per la produzione del miele. L’altra materia prima che raccolgono (oltre l’acqua) è il polline, fonte proteica importante per la nutrizione delle larve.
Il nettare raccolto viene passato da ape ad ape, così facendo viene concentrato e addizionato di altre sostanze enzimatiche fino a diventare miele. Il miele viene poi conservato nelle celle dell’alveare come scorta.

OBIETTIVI DEL CORSO:

Diretti:

- Conoscere il mondo delle api e la loro importanza
- Comprendere gli equilibri presenti nell’ambiente in cui vivono
- Apprezzare le proprietà nutritive dei prodotti dell’alveare

Indiretti:

- Sensibilizzare sull’importanza delle api e in generale degli insetti impollinatori
- Coinvolgimento nel prendersi cura dell’ambiente come bene comune
- Avvicinamento al territorio e ai suoi prodotti

A fine corso, in data da stabilire, visita in apiario presso a Cà du Nèigru.

LEZIONI 2-9 dicembre 2024

13-20 gennaio 2025

ORARIO

LUNEDI' dalle 20.30 alle 22.00

SEDE DEL CORSO: SALA CONVEGNI PALACE SPOTORNO

Via Aurelia, 121 - Spotorno

ESPLORIAMO INSIEME L'AFFASCINANTE MONDO DEI DRONI

DIRETTORE E DOCENTE DEL CORSO
MATTIA FIORINI

PROGRAMMA

Il corso si propone di scoprire e/o approfondire la conoscenza dei droni.

In particolare verranno trattati i seguenti argomenti:

Normativa e sicurezza:
Acquisirai familiarità con le regole di volo dei droni, gli spazi aerei, le licenze necessarie e le restrizioni operative, con un focus su come evitare sanzioni e volare in modo sicuro e responsabile

Tecnica e funzionamento:
Verranno spiegati i componenti chiave di un drone, come motori, eliche, sensori e batterie, per comprendere il funzionamento e l'autonomia. Approfondirai anche come utilizzare payload, come fotocamere e altri strumenti

Pilotaggio e pratica:
Imparerai i principi base del pilotaggio e avrai la possibilità di mettere in pratica le tue competenze con una o due sessioni di volo, per acquisire esperienza sul campo in sicurezza

LEZIONI

14-28 gennaio 2025
11-25 febbraio 2025
11-25 marzo 2025

ORARIO

MARTEDI' dalle 20.30 alle 22.00

SEDE DEL CORSO: SALA CONSILIARE DEL COMUNE DI SPOTORNO

Piazza C. Stognone, 1 – Spotorno

LA MANUTENZIONE DELLE PAROLE: LIBERTA' – GIUSTIZIA – RICORDARE O DIMENTICARE?

CORSO DI FILOSOFIA

DIRETTORE E DOCENTE DEL CORSO
LUIGI VASSALLO

PROGRAMMA

LA MANUTENZIONE DELLE PAROLE: LIBERTÀ

- Faccio quello che voglio IO!
- Che significa Libertà?
- Libertà è assenza di impedimenti.
- Si può essere liberi in una società governata da regole?
- Cosa serve per essere libero?
- È sempre un valore la libertà?
- È possibile una libertà senza responsabilità?
- Cosa ne pensano i filosofi?
- Conclusione aperta

LA MANUTENZIONE DELLE PAROLE: VERITÀ

- 1) Questo è vero. Questo non è vero.
- 2) Significati possibili di VERO.
- 3) Un possibile criterio di verità.
- 4) Che ne pensano i filosofi?
- 5) Verità assoluta o verità relative?
- 6) Conclusione aperta

LA MANUTENZIONE DELLE PAROLE: GIUSTIZIA

- 1) Questo è giusto. Questo non è giusto.
- 2) Significati diversi per una stessa parola
- 3) Verifica in situazioni.
- 4) Cosa ne pensano i filosofi?
- 5) Conclusione aperta

LA MANUTENZIONE DELLE PAROLE: RICORDARE o DIMENTICARE

- 1) La memoria per l' identità individuale e sociale.
- 2) Di cosa parliamo quando parliamo di memoria?
- 3) La trasmissione della memoria.
- 4) Memoria sociale: commemorare.
- 5) Memoria sociale: mito fondante.
- 6) Una funzione della memoria: memoria sovversiva.
- 7) Dimenticare: una necessità per andare avanti.
- 8) Dimenticare: una strategia per tagliare le radici.

LEZIONI 4-11-18-25 febbraio 2025

ORARIO MARTEDI' dalle 15.30 alle 17.00

SEDE DEL CORSO: SALA CONFERENZE OPERA PIA SICCARDI/BERNINZONI

Via Verdi, 33 – Spotorno

LABORATORIO DI CERAMICA

DIRETTORI E DOCENTI DEL CORSO
LOREDANA CASETTA
DONATA ISNARDI

PROGRAMMA

La pratica della ceramica è un momento di crescita, il confrontarsi delle nostre mani con un semplice pezzo di argilla ci regala un momento di contatto intimo con se stessi e con la terra, un arricchimento della propria percezione.

Il laboratorio creativo si rivolge non solo a coloro che conoscono già il mondo della ceramica o che hanno partecipato al corso negli anni precedenti ma a tutti coloro che hanno voglia di divertirsi giocando con la terra.

Per l'acquisto del materiale è previsto, da parte del corsista, un contributo economico di euro 30,00 da versare al Direttore del corso durante la prima lezione.
Corso realizzato in collaborazione con l'associazione "Ö Lûmme" di Spotorno.

LEZIONI

7-14-21-28 febbraio 2025
7-14-21-28 marzo 2025
11 aprile 2025

CORSO A NUMERO CHIUSO: massimo 12 partecipanti

ORARIO

VENERDI' dalle 15.00 alle 17.00

SEDE DEL CORSO: SCUOLA PRIMARIA SPOTORNO

Viale Europa, 6 – Spotorno

LETTERATURA INGLESE:

“**SUONI E LINGUAGGI”**

DIRETTORE E DOCENTE DEL CORSO

ALBERTO PELUFFO

PROGRAMMA

- Nuovi linguaggi letterari: tre romanzi che hanno lasciato un segno nella letteratura americana degli anni '50-'60: *Il giovane Holden*, *Sulla strada*, *Qualcuno volò sul nido del cuculo*.
- Tradurre è un po' tradire: tradurre male può strappare un sorriso, creare imbarazzi o provocare casi diplomatici.
- I suoni del nostro dialetto: la parlata ligure ha aspetti fonetici particolari, li scopriremo insieme.

CORSO AD ISCRIZIONE MINIMA: 5 partecipanti.

LEZIONI 15 – 22 – 29 gennaio 2025

ORARIO MERCOLEDI' dalle 17.30 alle 18.30

SEDE DEL CORSO: SALA CONSILIARE COMUNE di NOLI

Piazza Milite Ignoto, 6 - Noli

MEDICINA TRADIZIONALE CINESE:

"**LO SHIATSU"**

DIRETTORI E DOCENTI DEL CORSO

ISABELLA CORIANDO e ELENA MACRI'

Nel corso si integra la parte teorica legata alla conoscenza alla teoria degli Elementi della Medicina Tradizionale Cinese e di come interagiscono con le nostre funzioni con esercizi sia in coppia che come auto-trattamento per approfondire la conoscenza del nostro corpo e delle sue dinamiche energetiche. Sentendo e comprendendo la connessione che c'è tra corpo e mente e come uno crea l'equilibrio dell'altro e viceversa.

PROGRAMMA

- LO SHIATSU: LE SUE ORIGINI E I SUOI BENEFICI: il Qi, lo Yin e lo Yang

I 12 CANALI ENERGETICI: i 12 Meridiani secondo la Medicina Tradizionale Cinese e quali sono e la loro collocazione

I CINQUE ELEMENTI: come si alternano le energie nell'arco dell'anno

- I CINQUE ELEMENTI– LA TERRA
- I CINQUE ELEMENTI- L'ACQUA
- I CINQUE ELEMENTI- IL METALLO
- I CINQUE ELEMENTI- IL FUOCO
- I CINQUE ELEMENTI– IL LEGNO

CORSO AD ISCRIZIONE MINIMA: 5 partecipanti

LEZIONI 17 - 31 gennaio 2025

14 – 28 febbraio 2025

14 – 28 marzo 2025

ORARIO VENERDI' dalle 17.00 alle 18.30

SEDE DEL CORSO: SALA POLIFUNZIONALE LUCIANO MOGGIO

Via Defferrari, 17 – Noli

METODO PER LA SALUTE E IL BENESSERE E INTRODUZIONE AL TAIJI QUAN

"Impariamo ad amare gli altri e la Vita, cominciando ad amare noi stessi"

DIRETTORE E DOCENTE DEL CORSO
GIANLUCA GURATTI

PROGRAMMA

Il Corso propone l'apprendimento del "Metodo per la Salute e il Benessere" (Jian Shen fa), ideato e realizzato dal M° Yuan Zumou grazie alla sua più che quarantennale esperienza di insegnamento delle Arti Marziali Cinesi ed introduce alla pratica del TAIJI QUAN, "L'Arte di Lunga Vita".

Il Metodo, di semplice apprendimento e pratica, si basa ed è ispirato da An Chiao (auto massaggio), da Tu Na (respirazione profonda) e dal Dao Yin (consapevolezza del movimento), millenarie tradizioni cinesi per la salute. In origine, questo metodo fu elaborato allo scopo di completare le lezioni di Taiji Quan, utilizzando un sistema di riscaldamento facile da eseguire, senza controindicazioni ed accessibile a tutti i praticanti.

Questo metodo è molto apprezzato come prevenzione di certe patologie: fatica, dolori cervicali, sindrome del tunnel carpale, dolori alle spalle o alle anche, disturbi digestivi. Risultano infine migliorate le funzioni respiratorie, digestive e circolatorie, migliorando l'elasticità muscolare e dei legamenti.

I praticanti provano un benessere fisico e psicologico dopo l'esecuzione. E' molto utile alle persone che non hanno praticato o non praticano sport.

Si consiglia un abbigliamento comodo e scarpe da ginnastica.

LEZIONI 7-14-21-28 maggio 2025

ORARIO MERCOLEDI' dalle 17.30 alle 18.30

SEDE DEL CORSO: PARCO MONTICELLO
SPOTORNO

“OCCHIO AL CIELO”

CORSO DI ASTRONOMIA

A CURA DEL

GRUPPO ASTROFILI SAVONESI

PROGRAMMA

Stelle e pianeti, luci nella notte, asteroidi intrappolati dall'orbita terrestre, comete che sfrecciano e stazioni orbitanti, intorno a noi si muove…

"Un Universo"!
Guardiamo insieme, con lo stupore di ogni epoca e gli strumenti del nostro secolo, il cielo notturno e la nostra stella, il Sole.

Nel primo incontro scopriremo come l' Astronomia è nata e si è sviluppata nel corso della Storia.

Negli altri due incontri osserveremo il cielo a occhi nudi e con l'uso dei telescopi del Gruppo Astrofili Savonesi.
In caso di maltempo guarderemo immagini della volta celeste e ci confronteremo sull' evoluzione delle tecniche fotografiche.

PREREQUISITI: Non servono conoscenze pregresse, né particolari attrezzature: un buon binocolo o monocolo, se disponibile, può già permettere di osservare alcuni oggetti invisibili a occhio nudo.

LEZIONI	28 novembre 2024 (Opera Pia Siccardi/Berninzoni)
	12 dicembre 2024 (Campus Universitario Savona)
	16 gennaio 2025 (Campus Universitario Savona)
ORARIO	GIOVEDI’ dalle 17.00 alle 18.30

SEDI DEL CORSO:

SALA CONFERENZE OPERA PIA SICCARDI/BERNINZONI Via Verdi, 33 – Spotorno

CAMPUS UNIVERSITARIO SAVONA

PITTURA A OLIO

DIRETTORI E DOCENTI DEL CORSO
RAMONA CARLI
MIRIAM CORBARI

PROGRAMMA

IL DISEGNO
Semplici regole per l'impostazione iniziale di una copia dal vero e da un'immagine illustrata.
Fase finale del disegno.

LA PITTURA A OLIO

- La tecnica, l'impostazione di un elaborato su tela
- Combinazioni cromatiche
- Risoluzione di semplici problematiche tecniche
- Fase finale del lavoro

I materiali sono a carico dei corsisti.

Corso realizzato in collaborazione con l'associazione "Ö Lûmme" di Spotorno.

CORSO A NUMERO CHIUSO: massimo 10 partecipanti

LEZIONI 7–14-21-28 febbraio 2025
7-14-21-28 marzo 2025
4-11 aprile 2025

ORARIO

VENERDI' dalle 21.00 alle ore 23.00

SEDE DEL CORSO: OPERE PARROCCHIALI SPOTORNO

Piazza U. Foscolo, 1 - Spotorno

PREBUGGIUN E FORAGING:

DALLA TRADIZIONE AI TEMPI MODERNI

ALLA SCOPERTA DELLE ERBE SPONTANEE

DIRETTORE E DOCENTE DEL CORSO

LAURA BRATTEL

PROGRAMMA

Un tempo la nonna lo chiamava “andar per erbe” e il prodotto della sua raccolta era il “prebuggiùn”, l’insieme di verdure spontanee tradizionalmente impiegato in cucina per la produzione di ricette tipiche liguri. Adesso si parla di “foraging”, e con ciò si intende la conoscenza delle erbe spontanee commestibili, molte di più e molte di meno di quelle richieste dalla tradizione, perché i “foragers” basano le loro conoscenze su moderni studi di fitoalimurgia.

“Di questo si parlerà nel breve ciclo di lezioni, sia in aula che sul campo, che terrò tra febbraio e marzo 2025. Addestrata fin dalla tenerissima infanzia a riconoscere le varie specie del prato, per gli usi culinari e a livello di medicina popolare, da alcuni anni organizzo corsi di riconoscimento botanico di specie alimurgiche, le illustro e le cucino, unendo così l’arte officinale delle antiche “herbarie” da cui provengo con lo studio solerte del Regno Vegetale, che così tanto ha dato nel corso della storia all’umanità. E ancor di più sarà destinato a dare” (Laura Brattel - herbaria, forager e GAE Liguria).

La prima lezione verterà su cenni storici della raccolta di erbe spontanee da parte dell'umanità, soprattutto della compagine femminile, durante la seconda lezione ci inoltreremo nel riconoscimento di erbe usate tradizionalmente nel nostro misto di verdure spontanee. Seguirà un'uscita, con apprendimento "sul campo".

E’ previsto un piccolo contributo economico, concordato con il docente, da versare nel corso della prima lezione.

CORSO A NUMERO CHIUSO: minimo 10 e massimo 25 partecipanti

LEZIONI	24 febbraio 2025 lezione teorica con video proiezione
	3 marzo 2025 lezione teorica con video proiezione
	10 marzo 2025 (uscita didattica con raccolta erbe)
ORARIO	LUNEDI’ dalle 15.00 alle 16.30

SEDE DEL CORSO: SALA CONFERENZE OPERA PIA SICCARDI/BERNINZONI

Via Verdi, 33 – Spotorno

SI FA PRESTO A DIRE BELLO!

IL BRUTTO, IL CURIOSO, L'IRRIVERENTE E L'IMPERFETTO NELL'ARTE

DIRETTORE E DOCENTE DEL CORSO

NICOLETTA RIVA

PROGRAMMA

CONVERSAZIONI SULL'ARTE con la Prof.ssa Nicoletta Riva

12 novembre 2024

19 novembre 2024

26 novembre 2024

3 dicembre 2024

Tutte le lezioni si avvarranno di supporto multimediali

ORARIO

MARTEDI' dalle 17.45 alle 19.00

SEDE DEL CORSO: SALA CONFERENZE OPERA PIA SICCARDI/BERNINZONI

Via Verdi, 33 – Spotorno

STORIA

“**1945 – 2025 LA LIBERAZIONE COMPIE 80 ANNI”**

DIRETTORE E DOCENTE DEL CORSO

ANTONIO BONORA

PROGRAMMA

- La situazione politico militare in Italia dopo il 25 luglio 1943 data della caduta del fascismo.
- 8 settembre 1943, l’Italia firma l’armistizio, resistenza all’occupazione nazista e nascita dei primi raggruppamenti partigiani.
- 20 mesi di lotta al nazifascismo e l’insurrezione generale del 25 aprile 1945.

CORSO AD ISCRIZIONE MINIMA: 5 partecipanti

LEZIONI 11 – 8 – 15 aprile 2025

ORARIO MARTEDI' dalle 18.00 alle 19.00

SEDE DEL CORSO: SALA CONSILIARE COMUNE di NOLI

Piazza Milite Ignoto, 6 - Noli

SU MURA E VETRATE LA SCRITTURA E' ARCHITETTURA (Gringoire da Notre Dame de Paris) E LA FOTO LE CATTURA…

DIRETTORE E DOCENTE DEL CORSO
ROBERTA FIORITO

PROGRAMMA

Dalla base a un passo in più, dalle linee alle geometrie per sviluppare l'idea del particolare e stuzzicare l'occhio: alleniamo la mente per migliorare le foto.

TEORIA

8-22 APRILE 2025

6 MAGGIO 2025

PRATICA

15-29 APRILE 2025
Uscite didattiche

Tutte le lezioni si avvarranno di supporto multimediali.

ORARIO

MARTEDI' dalle 15.00 alle 17.00

SEDE DEL CORSO: SALA CONFERENZE OPERA PIA SICCARDI/BERNINZONI

Via Verdi, 33 – Spotorno

UN VIAGGIO NELL'ARTE: ENRICO BAJ E IL NOVECENTO LIGURE

DIRETTORE E DOCENTE DEL CORSO
MORELLA ALPA
MUSEO DELLA CERAMICA DI SAVONA

PROGRAMMA

Il corso esplorerà il profondo legame tra artisti di fama internazionale e il territorio ligure nel corso del Novecento, con un focus particolare sulla figura dell'artista milanese Enrico Baj, in occasione del centenario della sua nascita.

Il Museo della Ceramica di Savona, la Casa Museo Jorn e il Centro Esposizioni MuDA di Albissola Marina celebreranno l'eredità artistica di Baj attraverso una mostra diffusa che metterà in risalto opere uniche, per scoprire l'importanza e lo spirito innovativo dell'artista nel panorama dell'arte contemporanea.

TEORIA

MERCOLEDI' 4 dicembre 2024

USCITE

VENERDI' 13 dicembre 2024
Visita al Museo della Ceramica di Savona

GIOVEDI' 9 gennaio 2025
Visita alla Casa Museo Jorn e al Centro Esposizioni MuDA di Albissola Marina

ORARIO dalle 15.30 alle 17.00

SEDE DEL CORSO: SALA CONFERENZE OPERA PIA SICCARDI/BERNINZONI
Via Verdi, 33 – Spotorno

WORKSHOP – INDAGARE I MISTERI:

“**DA ATLANTIDE AI DISCHI VOLANTI ” Secondo anno**

DIRETTORE E DOCENTE DEL CORSO

LUCA VALENTINI

PROGRAMMA

Il breve corso è rivolto a tutti coloro che desiderano scoprire l'affascinante mondo dei misteri e i tanti segreti che nasconde, come indagarli, le fonti a cui fare riferimento, come capire ed evitare di cadere nella trappola delle fake news, occupandosi di antiche leggende e credenze, dall’ufologia, passando per i luoghi straordinari che sono entrati nell’immaginario collettivo grazie ai miti come quello di Atlantide, gli enigmi dell’antico Egitto, fino alle tecniche di stesura propedeutiche alla realizzazione di un saggio sul tema.

Elementi:

- Cos’è un “mistero” e come si fa ad accertarsi che esista veramente (i tipi di misteri)
- L'importanza delle fonti e come verificarne l’attendibilità
- Il mestiere del cacciatore di misteri, come condurre ricerche approfondite e risalire alle fonti originali.

CORSO A NUMERO CHIUSO: minimo 6 e massimo 15 partecipanti.

LEZIONI 4 – 11 – 18 marzo 2025

ORARIO MARTEDI' dalle 16.30 alle 18.00

SEDE DEL CORSO: SALA CONSILIARE COMUNE di NOLI

Piazza Milite Ignoto, 6 - Noli

YOGA DOLCE E SULLA SEDIA:
PER UN CORPO ATTIVO E UNA MENTE SERENA

DIRETTORE E DOCENTE DEL CORSO
TIZIANA CANNARSI

PROGRAMMA

Lo Yoga Dolce è una pratica delicata, più lenta dello yoga tradizionale e consente di muoversi ad un ritmo confortevole, non crea disagio e richiede meno sforzo sui muscoli e sulle articolazioni e può essere praticato da chiunque, indipendentemente dall'età o dalle condizioni fisiche.

BENEFICI

- Miglioramento della flessibilità e combatte i dolori articolari e della schiena
- Aumento della forza
- Miglioramento del tono muscolare
- Rinforza le ossa
- Miglioramento della digestione e disintossicazione
- Miglioramento della memoria e concentrazione
- Maggiore lucidità mentale
- Miglioramento dell'equilibrio
- Diminuzione dello stress, ansia
- Miglioramento del sonno
- Miglioramento della respirazione.
- Favorisce il rilassamento, la calma
- Facile e accessibile

CORSO A NUMERO CHIUSO: massimo 10 partecipanti

LEZIONI 13-20-27 gennaio 2025
3 febbraio 2025

ORARIO

LUNEDI' dalle 15.00 alle 16.00

SEDE DEL CORSO: OPERE PARROCCHIALI SPOTORNO

Piazza U. Foscolo, 1 - Spotorno

Università del Golfo