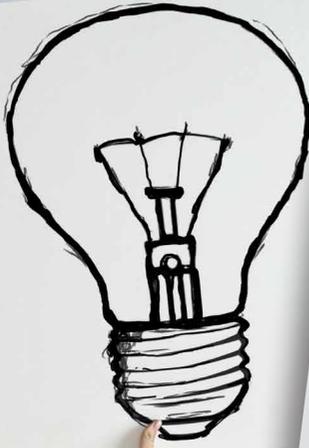


CulturalMente



**Dronero
Ponte
D'incontri**

**2023
2024**



Il Comune di Dronero, in collaborazione con l'Agenzia di Sviluppo Locale di AFP, dà il via al progetto CulturalMente: sullo sfondo il simbolo della città, il glorioso Ponte del Diavolo, che si sta preparando a spegnere 600 candeline, in primo piano la Cultura, intesa come ricchezza personale ed opportunità di crescita continua, ma anche come "luogo" di aggregazione, inclusione, condivisione.

All'interno di un contesto profondamente mutato negli ultimi anni, Dronero ripropone per il periodo autunno/inverno (...ed in seguito per il periodo primavera/estate... rimanete sintonizzati...!!) un ciclo di corsi ed incontri che tratteranno ed approfondiranno campi e settori adatti ad un pubblico variegato e studiati per coinvolgere i diversi gusti personali: dalla **storia**, alla **natura**, dal **benessere** alla **scienza**, dalla **tecnologia** all'**arte culinaria**, dalla **creatività** alla **comunicazione**, dalla **ginnastica** al **cinema**.



CulturalMente

Dronero è diventata **una città-laboratorio**, grazie all'apporto di tante competenze, esperienze, sensibilità. Vogliamo mettere al centro di questo processo il bene comune.

"Bene comune" vuol dire coltivare una visione lungimirante, vuol dire investire sul futuro, vuol dire preoccuparsi della comunità dei cittadini, vuol dire anteporre l'interesse a lungo termine di tutti all'immediato profitto di pochi, vuol dire prestare prioritaria attenzione ai giovani, alla loro formazione e alle loro necessità. Vuol dire anteporre l'eredità che dobbiamo consegnare alle generazioni future all'istinto primordiale di divorare tutto e subito. (Salvatore Settis, Azione Popolare, Torino, Einaudi, 2012)

PROGRAMMA DEI CORSI

Per partecipare ai corsi è obbligatorio l'acquisto di una **TESSERA DI ADESIONE** al progetto CulturalMente, del costo di **€ 10.00** che permetterà di iscriversi a tutti i corsi. La tessera di adesione comprende un'assicurazione contro eventuali rischi connessi allo svolgimento delle lezioni.

Per i corsi a pagamento, al costo della tessera dovrà essere aggiunta la relativa **QUOTA DI PARTECIPAZIONE**. Il pagamento della tessera di adesione e della quota di partecipazione al singolo corso dovrà essere effettuato alla prima lezione del primo corso. In quell'occasione saranno così consegnate la tessera, da presentare ad ogni lezione di ogni corso, ed una ricevuta relativa alla singola lezione.

COME ISCRIVERSI AI CORSI?

La preiscrizione a tutti i corsi dovrà essere effettuata collegandosi alla relativa piattaforma online entro e non oltre i termini indicati per ciascun corso, tramite il seguente link:

<https://qrco.de/beSx7T>

o tramite il QR Code



oppure:

- recandosi di persona all'Ufficio **INFORMAGIOVANI** (aperto il mercoledì dalle 14:00 alle 18:00): Via G. Giolitti, 47 - Dronero;
- telefonando all'AFP Azienda Formazione Professionale: Via G. B. Conte, 19 - Dronero, telefono fisso: 0171 912013, cellulare: 329 1365655, mail: culturalmente@afpdronero.it

Le iscrizioni ai corsi partiranno dal **23/10/2023**.

I corsi che non raggiungeranno il numero minimo di iscritti saranno annullati e gli iscritti verranno avvisati almeno 5 giorni prima.

Per ulteriori informazioni rivolgersi a:

Ufficio INFORMAGIOVANI

(aperto il mercoledì dalle 14:00 alle 18:00):

Via G. Giolitti, 47 - Dronero,

telefono: 0171 909882;

AFP Azienda Formazione Professionale:

Via G. B. Conte, 19 - Dronero,

telefono fisso: 0171 912013,

cellulare: 329 1365655,

mail: culturalmente@afpdronero.it

Il Giardino come passione

Dedicato all'appassionato che vuole migliorare il proprio giardino, ma anche per chi inizia e vuole avere le linee guida per un giardino pratico ma di forte impatto. Alcuni degli argomenti trattati saranno: "Il giardino non deve essere un problema", "Le piante: chi sono, cosa pensano e cosa fanno", "Alberi, arbusti ed erbacee perenni per tutti", "Che la manutenzione sia con voi..." e tanto altro.

Responsabile: **Maurizio Zarpellon**

Numero incontri: **2 incontri da 2 ore ciascuno**

Date: **16/11/2023; 23/11/2023**

Orario: **20:30-22:30**

Luogo di svolgimento: **AFP Azienda Formazione Professionale** (Via Meucci, 2 - Dronero)

Numero partecipanti ammessi: **Minimo 10 / Massimo 30**

Quota di partecipazione: **€ 40,00/ persona**

Termine di iscrizione: **9/11/2023**

Il Giardino che ti salva

Dedicato a chi crede nel potere del cambiamento personale. Iniziare dal giardino per salvare se stessi e gli altri (ambizioso ma non impossibile). Alcuni degli argomenti trattati saranno: "Salvare se stessi è un po' salvare il mondo...", "Il giardino che nutre: mente, corpo, spirito e... portafoglio", "L'orto con stile", "Manutenzione a basso impatto" e tanto altro.

Responsabile: **Maurizio Zarpellon**

Numero incontri: **1 incontro da 2 ore**

Date: **07/12/2023**

Orario: **20:30-22:30**

Luogo di svolgimento: **AFP Azienda Formazione Professionale** (Via Meucci, 2 - Dronero)

Numero partecipanti ammessi: **Minimo 10 / Massimo 30**

Quota di partecipazione: **€ 20,00/ persona**

Termine di iscrizione: **30/11/2023**

Yoga e Benessere

Attraverso una pratica dolce e fluida saremo guidati a riconnetterci al nostro respiro e riscoprire le potenzialità di un ascolto profondo ma semplice del nostro corpo, che ci condurrà al risveglio di energie nascoste e ad un rinnovato benessere. Il corso è adatto anche ai principianti.

Responsabile: **Raffaella Napoli**

Numero incontri: **7 incontri da 1 ora ciascuno**

Date: **8/11/2023; 15/11/2023; 22/11/2023; 29/11/2023; 6/12/2023; 13/12/2023; 20/12/2023**

Orario: **18:30-19:30**

Luogo di svolgimento: **AFP Azienda Formazione Professionale** (Via Meucci, 2 - Dronero)

Numero partecipanti ammessi: **Minimo 10**

Quota di partecipazione: **€ 100,00/ persona**

Materiale da portare: **Tappetino da ginnastica personale**

Termine di iscrizione: **29/10/2023**

Storie, storielle, leggende e realtà dei fatti tra studi e archeologia: a che punto sta la ricerca?

Tra storiografia e storia: spunti di ricerca a partire dalle fonti

La ricerca storica vive su studi condotti sulle fonti. Spesso si è tentati di accontentarsi delle notizie facilmente disponibili (anche in rete) senza verificare quanto siano approfondite o solidamente fondate. Fare storia in modo serio richiede desiderio di approfondire e verificare senza per forza cadere nel nozionismo.

Responsabile: **Roberto Olivero**

Numero incontri: **1 incontro da 1 ora**

Date: **23/11/2023**

Orario: **18:00-19:00**

Luogo di svolgimento: **Sala Chegai - IRIS Cinema Teatro** (Via IV novembre, 5 - Dronero)

Numero partecipanti ammessi: **Minimo 10 / Massimo 40**

Quota di partecipazione: **Gratuito**

Termine di iscrizione: **16/11/2023**

“La storia è costretta ad indovinare. fortuna che c'è avvezza” *(A. Manzoni, I promessi sposi, cap. XIII)*

La storia due volte millenaria della Valle Maira: inquadramento ed orizzonti di ricerca

Come riconoscere le buone fonti che ci introducono alla conoscenza delle vicende storiche di Dronero e della Valle Maira. La storia locale come passione per la storia e, insieme, del rigore scientifico.

Responsabile: **Roberto Olivero**

Numero incontri: **1 incontro da 2 ore**

Date: **7/12/2023**

Orario: **18:00-20:00**

Luogo di svolgimento: **Sala Chegai - IRIS Cinema Teatro** (Via IV novembre, 5 - Dronero)

Numero partecipanti ammessi: **Minimo 10 / Massimo 40**

Quota di partecipazione: **Gratuito**

Termine di iscrizione: **30/11/2023**

Drago nero, drago rosso, draconarius o dragone?

Le origini degli insediamenti di Villar san Costanzo e Dronero tra leggenda e realtà documentale

Gli insediamenti umani alle pendici della Valle Maira. Dronero: una villanova, Villar San Costanzo: insediamento monastico. Due forme diverse di “antropizzazione” del territorio.

Responsabile: **Roberto Olivero**

Numero incontri: **1 incontro da 2 ore**

Date: **21/12/2023**

Orario: **18:00-20:00**

Luogo di svolgimento: **Sala Chegai - IRIS Cinema Teatro** (Via IV novembre, 5 - Dronero)

Numero partecipanti ammessi: **Minimo 10 / Massimo 40**

Quota di partecipazione: **Gratuito**

Termine di iscrizione: **14/12/2023**

“Sapere adunque dovete in Lombardia essere un famosissimo monistero”

(G. Boccaccio, *Decameron*, novella 2, giorno IX)

Le vicende storiche dei monasteri di Sant'Antonio di Dronero e dei Santi Vittore e Costanzo del Villar
Gli insediamenti monastici: elemento fondante della società medievale. Le alterne vicende del monastero cistercense femminile di Sant'Antonio di Dronero e dell'abbazia di Villar San Costanzo

Responsabile: **Roberto Olivero**

Numero incontri: **1 incontro da 2 ore**

Date: **18/01/2024**

Orario: **18:00-20:00**

Luogo di svolgimento: **Sala Chegai - IRIS Cinema Teatro** (Via IV novembre, 5 - Dronero)

Numero partecipanti ammessi: **Minimo 10 / Massimo 40**

Quota di partecipazione: **Gratuito**

Termine di iscrizione: **11/01/2024**

Piante officinali - tra credenze popolari e scienza

Un viaggio alla scoperta delle piante officinali e delle numerose proprietà benefiche della natura: una sapienza antica di tradizioni contadine e riti spirituali, ma anche una conoscenza scientifica del loro corretto uso in ambito culinario, nei possibili impieghi cosmetici, in medicina e in molteplici ambiti.

Responsabile: **Arianna Dentis**

Numero incontri: **1 incontro da 2 ore**

Date: **13/11/2023**

Orario: **17:30-19:30**

Luogo di svolgimento: **AFP Azienda Formazione Professionale** (Via Meucci, 2 - Dronero)

Numero partecipanti ammessi: **Minimo 10 / Massimo 30**

Quota di partecipazione: **€ 10,00/ persona**

Termine di iscrizione: **6/11/2023**

Brain Kinetic

Adatto sia per i bambini che per gli adulti, il Brain Kinetic è un programma di allenamento cerebrale capace di migliorare la circolazione di informazioni significanti a livello corticale e sottocorticale. Questo scopo è raggiunto grazie alla combinazione di attività di coordinazione motoria, di stimolazione visiva e di sollecitazione cognitiva. Attraverso esercizi sempre diversi e di difficoltà crescente, il Brain Kinetic induce l'aumento della densità neurale e la creazione di nuove connessioni che consentono il miglioramento delle funzioni motorie e cognitive.

Responsabile: **Carlo Manfredi**

Numero incontri: **1 incontro introduttivo da 3 ore; 3 incontri da 2 ore ciascuno**

Date: **08/01/2024 (3 ore); 15/01/2024 (2 ore); 22/01/2024 (2 ore); 29/01/2024 (2 ore)**

Orario: **18:00-21:00; 18:00-20:00**

Luogo di svolgimento: **AFP Azienda Formazione Professionale** (Via Meucci, 2 - Dronero)

Numero partecipanti ammessi: **Minimo 10 / Massimo 30**

Quota di partecipazione: **€ 20,00/ persona**

Termine di iscrizione: **31/12/2023**

Benessere e Terza Età

La terza età nel 2023 - Quando la vita si trasforma e apre le porte a una nuova concezione di vecchiaia: comunicare, condividere le proprie esperienze, partecipare attivamente ad incontri, mantenersi attivi, adottare un'alimentazione sana ed affrontare le fragilità della terza età in modo positivo e costruttivo.

Responsabile: **Mara Fantone**

Numero incontri: **3 incontri da 1 ora ciascuno**

Date e Titoli incontri:

15/12/2023 "Benessere e terza età"

17/01/2024 "Fragilità e aspetti psicopatologici nella terza età"

24/01/2024 "Interventi assistenziali e riabilitativi nella terza età"

Orario: **17:30-18:30**

Luogo di svolgimento: **AFP Azienda Formazione Professionale** (Via Meucci, 2 - Dronero)

Numero partecipanti ammessi: **Minimo 10 / Massimo 30**

Quota di partecipazione: **€ 30,00/ persona**

Termine di iscrizione: **7/12/2023**

Fiori di Bach - Come e quando usarli

Un rimedio utilizzato soprattutto per trattare emozioni negative quali ansia, rabbia ed insicurezza allo scopo di prevenire l'insorgenza delle malattie: il metodo di guarigione di Bach usa le forze naturali di alcune varietà di fiori selvatici ed innocui per sbloccare l'energia con progressione e gradualità, avviando un naturale processo di risanamento e trasformazione.

Responsabile: **Erica Beltramo**

Numero incontri: **1 incontro da 2 ore**

Date: **15/11/2023**

Orario: **20:00-22:00**

Luogo di svolgimento: **AFP Azienda Formazione Professionale** (Via Meucci, 2 - Dronero)

Numero partecipanti ammessi: **Minimo 10 / Massimo 30**

Quota di partecipazione: **€ 10,00/ persona**

Termine di iscrizione: **8/11/2023**

Laboratorio di scrittura creativa

Scrivere è scegliere un piccolo pezzo di mondo e allargarlo finché non diventa un tassello fondamentale, per chi scrive e chi legge. Tutti sentiamo di avere qualcosa da sottolineare, a cui dare spazio, ma qual è il modo migliore per farlo? Un laboratorio semi-pratico in cui cercheremo di capire come nascono, come si modificano e come si cristallizzano le storie che abbiamo in mente per "unire una parola all'altra con la speranza di unire un uomo all'altro".

Responsabile: **Francesca Dentis**

Numero incontri: **2 incontri da 2 ore ciascuno**

Date: **30/01/2024; 6/02/2024**

Orario: **20:00-22:00**

Luogo di svolgimento: **AFP Azienda Formazione Professionale** (Via Meucci, 2 - Dronero)

Numero partecipanti ammessi: **Minimo 10 / Massimo 30**

Quota di partecipazione: **€ 20,00/ persona**

Termine di iscrizione: **23/01/2024**

Social Media Managing

Un tuffo nella pubblicità del XXI secolo

Il primo incontro permetterà di capire cos'è e a cosa serve il social media managing e come si progetta una strategia; il secondo è finalizzato a trovare trucchi e scorciatoie che lo rendano il più semplice possibile. Perché il marketing non è più una questione di cosa vendi, ma di quali storie sai raccontare.

Responsabile: **Francesca Dentis**

Numero incontri: **2 incontri da 2 ore ciascuno**

Date: **27/11/2023; 04/12/2023**

Orario: **18:00-20:00**

Luogo di svolgimento: **AFP Azienda Formazione Professionale** (Via Meucci, 2 - Dronero)

Numero partecipanti ammessi: **Minimo 10 / Massimo 30**

Quota di partecipazione: **€ 20,00/ persona**

Termine di iscrizione: **20/11/2023**

Avvicinamento ai formaggi

In collaborazione con l'Organizzazione Nazionale degli Assaggiatori di Formaggio (ONAF), nata a Cuneo nel 1989, impareremo l'utilizzo di tecniche di assaggio e degustazione dei formaggi. Un'occasione imperdibile rivolta a tutti, appassionati e professionisti del settore, come strumento di promozione di formaggi di qualità tra un pubblico sempre più ampio e preparato.

Responsabile: **Marco Rissone**

Numero incontri: **1 incontro da 1 ora e 30 min.**

Date: **10/11/2023**

Orario: **18:30-20:00**

Luogo di svolgimento: **Sala Chegai - IRIS Cinema Teatro** (Via IV novembre, 5 - Dronero)

Numero partecipanti ammessi: **Minimo 10 / Massimo 30**

Quota di partecipazione: **€ 25,00/ persona**

Termine di iscrizione: **3/11/2023**

Ottant'anni fa la Resistenza: la Val Maira e dintorni

Ottant'anni fa il territorio cuneese, con le sue Valli, è stato protagonista di avvenimenti storici tanto drammatici quanto fecondi per la costruzione della nuova Italia democratica. Gli incontri del prof. Gigi Garelli, Direttore dell'Istituto storico della Resistenza di Cuneo, intendono affrontare i tratti salienti di quella stagione considerandone alcuni aspetti, in particolare quelli legati alle molteplici Resistenze che videro protagonista la popolazione locale e non solo.

Responsabile: **Gigi Garelli**

Numero incontri: **4 incontri da 2 ore ciascuno**

Date e Titoli incontri:

1/02/2024 "Il territorio cuneese come luogo di Deportazione politica/razziale"

8/02/2024 "80° anniversario dell'inizio della Resistenza (8 settembre 1943)"

15/02/2024 "La Resistenza nel territorio cuneese"

22/02/2024 "Zone Libere: Val Maira"

Orario: **18:00-20:00**

Luogo di svolgimento: **Sala Chegai - IRIS Cinema Teatro** (Via IV novembre, 5 - Dronero)

Numero partecipanti ammessi: **Minimo 10 / Massimo 50**

Quota di partecipazione: **€ 25,00/ persona**

Termine di iscrizione: **25/01/2024**

I colori intorno a noi

Tintura naturale della lana e della seta

Partendo da antiche ricette di tintura vegetale e sperimentando il mondo del colore e dei materiali tessili e tintori, nasce questo affascinante laboratorio di tintura vegetale, filatura e cardatura della lana: un viaggio all'insegna della naturalità e dell'originalità con note di storia e botanica.

Responsabile: **Cristina Bargas in collaborazione con Syoekie De Vries**

Numero incontri: **1 incontro da 2 ore; 1 incontro da 3 ore**

Date: **22/11/2023; 25/11/2023**

Orario: **20:30-22:30 (22/11/2023); 15:00-18:00 (25/11/2023)**

Luogo di svolgimento: **AFP Azienda Formazione Professionale (Via Meucci, 2 - Dronero)**

Numero partecipanti ammessi: **Minimo 10 / Massimo 20**

Quota di partecipazione: **€ 50,00/ persona**

Termine di iscrizione: **15/11/23**

“Coso” Base di Fotografia

Non si tratta di un corso, ma di un “Coso”: la fotografia è arte, creatività, ispirazione... Non ci sono regole, solo quella di pensare alla fotografia da un altro punto di vista, non solo strettamente tecnico, ma più coinvolgente... e lasciarsi trasportare dalle emozioni e dalla fantasia. Il “Coso” sarà strutturato seguendo un sottile filo teorico, saranno inizialmente illustrate le tecniche basilari dello scatto fotografico, al fine di approdare gradualmente ad un percorso di approfondimento divertente ed anche, allo stesso tempo, efficace e formativo.

Responsabile: **Paolo Viglione**

Numero incontri: **3 incontri da 2 ore ciascuno**

Date: **28/11/2023; 05/12/2023; 12/12/2023**

Orario: **20:30-22:30**

Luogo di svolgimento: **AFP Azienda Formazione Professionale (Via Meucci, 2 - Dronero)**

Numero partecipanti ammessi: **Minimo 10 / Massimo 20**

Quota di partecipazione: **€ 25,00/ persona**

Termine di iscrizione: **21/11/2023**

Incontri sull'arte al Museo Mallé

Il Museo Mallé propone un ciclo di 4 incontri ispirato ai principi guida di incontro, informazione, interazione, formazione e convivialità. A partire dalle opere d'arte, patrimonio della collezione permanente raccolta e donata da Luigi Mallé alla comunità dronerese nel 1979, il corso guidato dalla direttrice Ivana Mulatero prende in esame i generi dell'arte: il ritratto, il paesaggio, la natura morta e le scene di genere, visti attraverso il declinare degli stili nell'arco dei secoli e con l'approccio offerto dai vari linguaggi espressivi.

Responsabile: **Ivana Mulatero**

Numero incontri: **4 incontri da 1 ora e 30 min. ciascuno**

Date e Titoli incontri:

25/11/2023 “A me gli occhi: per una storia del ritratto”

16/12/2023 “La natura ricreata: scorci, vedute e paesaggi”

27/01/2024 “L'anima silente delle cose dipinte”

24/02/2024 “Dalle scene di genere agli happening”

Orario: **15:30-17:00**

Luogo di svolgimento: **Museo Mallé (Via IV Novembre, 54 - Dronero)**

Numero partecipanti ammessi: **Minimo 10 / Massimo 30**

Quota di partecipazione: **€ 50,00/ persona**

Termine di iscrizione: **18/11/2023**

Laboratorio base “arazzo in feltro”

La riscoperta di un'arte antica: la lavorazione del feltro dalle officinae di Pompei, alle botteghe medioevali e rinascimentali, sino ai giorni nostri. Ogni partecipante avrà l'occasione di apprendere informazioni tecniche e curiosità sulla lana e sull'uso del feltro nella storia dell'umanità oltreché di creare un arazzo in feltro (30cm x 30cm circa) decorato a proprio gusto con Lane colorate - Sambucana e Merinos - con l'antica tecnica dell'infeltrimento manuale grazie all'utilizzo di acqua e sapone naturale.

Responsabile: **Romina Dogliani**

Numero incontri: **1 incontro da 2 ore**

Date: **29/11/2023**

Orario: **20:00-22:00**

Luogo di svolgimento: **AFP Azienda Formazione Professionale** (Via Meucci, 2 - Dronero)

Numero partecipanti ammessi: **Minimo 5 / Massimo 20, per adulti e bambini (4-90 anni)**

Quota di partecipazione: **€ 12,50/ persona**

Termine di iscrizione: **22/11/2023**

Laboratorio avanzato “sasso-fa” cuscino di lana

La riscoperta di un'arte antica: la lavorazione del feltro dalle officinae di Pompei, alle botteghe medioevali e rinascimentali, sino ai giorni nostri. Ogni partecipante avrà l'occasione di creare un cuscino di feltro - 100% pura lana vergine di razza Sambucana e merino - a forma di sasso-pietra - apprendendo l'antica tecnica dell'infeltrimento manuale della lana grazie all'utilizzo di acqua e sapone naturale e la più moderna tecnica ad ago. Si avrà anche l'opportunità di apprendere la realizzazione di figure in feltro tridimensionale e “senza cuciture”.

Responsabile: **Romina Dogliani**

Numero incontri: **2 incontri da 3 ore ciascuno**

Date: **13/12/2023; 20/12/2023**

Orario: **19:30-22:30**

Luogo di svolgimento: **AFP Azienda Formazione Professionale** (Via Meucci, 2 - Dronero)

Numero partecipanti ammessi: **Minimo 5 / Massimo 10, per adulti**

Quota di partecipazione: **€ 100,00/ persona**

Termine di iscrizione: **6/12/2023**

Cinema all'italiana: corso di storia del cinema

Cos'hanno in comune il dramma *Ladri di biciclette* (1948) e la commedia *Pane, Amore e Fantasia* (1953)? Come si è passati dallo spaghetti-western di Leone ai fagioli di Bud Spencer e Terence Hill? Quella del cinema italiano è una storia di storie che, in più momenti, ha orientato il corso del cinema mondiale ma soprattutto ha accompagnato la nascita e lo sviluppo di un'identità nazionale.

Responsabile: **Alessandro Amato**

Numero incontri: **5 incontri da 2 ore ciascuno**

Date e Titoli incontri:

11/11/2023 "Neorealismi. Da Rossellini a Pasolini"

25/11/2023 "Autori. Antonioni, Fellini e altre visioni"

09/12/2023 "Generi. Spaghetti, fagioli e altri banditi"

27/01/2024 "Autarchici. Moretti, Verdone e altre crisi"

10/02/2024 "Neoverismi. Da Muccino a Rohrwacher"

Orario: **15:00-17:00**

Luogo di svolgimento: **Sala Chegai - IRIS Cinema Teatro** (Via IV novembre, 5 - Dronero)

Numero partecipanti ammessi: **Minimo 20 / Massimo 50**

Quota di partecipazione: **€ 50,00/ persona**

Termine di iscrizione: **4/11/2023**

L'arte è tutta contemporanea - ciclo di conferenze

Un percorso suggestivo di 5 appuntamenti alla scoperta della storia dell'arte, esplorando temi singolari ed affascinanti: "Kubrick e l'Arte del Cinema", "Uno sguardo sull'abisso - Donne e violenza in Arte", "Il Rinascimento non è mai esistito", "Eros e Thanatos, vita e morte nell'Arte", "Uccidere il Minotauro".

Responsabile: **Bartolomeo Ferrero**

Numero incontri: **5 incontri da 1 ora e 30 min. ciascuno**

Date e Titoli incontri:

16/11/2023 "Kubrick e l'Arte del Cinema"

30/11/2023 "Uno sguardo sull'abisso - Donne e violenza in Arte"

14/12/2023 "Il Rinascimento non è mai esistito"

11/01/2024 "Eros e Thanatos, vita e morte nell'Arte"

25/01/2024 "Uccidere il Minotauro"

Orario: **20:45-22:15**

Luogo di svolgimento: **Sala Chegai - IRIS Cinema Teatro** (Via IV novembre, 5 - Dronero)

Numero partecipanti ammessi: **Minimo 20 / Massimo 50**

Quota di partecipazione: **€ 50,00/ persona**

Termine di iscrizione: **9/11/2023**

Genitori e figli, comunicare con efficacia

Una sana relazione genitore-figlio si basa su una comunicazione efficace, che aiuta i genitori a comprendere i sentimenti, le idee e le esigenze dei loro figli. Quando i bambini percepiscono che i loro genitori li ascoltano e li capiscono attivamente, sviluppano autostima, fiducia e un'immagine positiva di sé. D'altra parte, la mancanza di una comunicazione efficace può provocare incomprensioni, conflitti e un deterioramento della relazione tra genitore e figlio, con potenziali ripercussioni sullo sviluppo complessivo del bambino.

Responsabile: **Simona Maggio**

Numero incontri: **5 incontri da 2 ore ciascuno**

Date: **07/11/2023; 14/11/2023; 21/11/2023; 28/11/2023; 05/12/2023**

Orario: **18:30-20:30**

Luogo di svolgimento: **AFP Azienda Formazione Professionale** (Via Meucci, 2 - Dronero)

Numero partecipanti ammessi: **Minimo 10 / Massimo 40**

Quota di partecipazione: **€ 40,00/ persona**

Termine di iscrizione: **31/10/2023**

Laboratorio di Arte-Terapia

Praticata inizialmente da artisti sensibili al potenziale comunicativo dell'arte, in collaborazione con psicologi e psichiatri colpiti dall'efficacia del linguaggio artistico, l'arte-terapia si è sviluppata in seguito sino a definirsi come disciplina autonoma. I lavori artistici sono il mezzo per l'espressione e la comunicazione del mondo interno – emozioni, fantasie e pensieri – e offrono un luogo dove dare una forma visibile e condivisibile ai propri vissuti.

Responsabile: **Lena Maggio**

Numero incontri: **5 incontri da 2 ore ciascuno**

Date: **19/12/2023; 10/01/2024; 17/01/2024; 24/01/2024; 31/01/2024**

Orario: **20:00-22:00**

Luogo di svolgimento: **Sala Chegai - IRIS Cinema Teatro** (Via IV novembre, 5 - Dronero)

Numero partecipanti ammessi: **Minimo 10 / Massimo 40**

Quota di partecipazione: **€ 40,00/ persona**

Termine di iscrizione: **12/12/2023**

Pillole di scienza

È un viaggio che ripercorre alcune delle tappe salienti della scienza. Si parte dagli albori, si passa per Copernico e Newton, fino a Maxwell con l'obiettivo di apprezzare la scienza come una elevata espressione umana fondata su intuito, genialità, metodo, dedizione, tenacia, estro, rigore e condivisione.

Responsabile: **Alma Cattaneo**

Numero incontri: **6 incontri da 1 ora e 30 min. ciascuno**

Date: **13/11/2023; 20/11/2023; 27/11/2023; 04/12/2023; 11/12/2023; 18/12/2023**

Orario: **20:30-22:00**

Luogo di svolgimento: **AFP Azienda Formazione Professionale** (Via Meucci, 2 - Dronero)

Numero partecipanti ammessi: **Minimo 5 / Massimo 20**

Quota di partecipazione: **Gratuito**

Termine di iscrizione: **06/11/2023**

Respira la vita

Il respiro, fedele compagno di viaggio di tutta una vita, influenza l'energia vitale che regola il nostro benessere. L'arte di respirare liberamente è una fonte di nutrimento completa, equilibrata e semplice che purifica, rivitalizza, trasforma stati d'animo, emozioni e pensieri e libera da stress e tensioni.

Responsabile: **Patrizia Revello**

Numero incontri: **8 incontri da 1 ora ciascuno**

Date e Titoli incontri:

14/11/2023 "Il respiro fonte di ben-essere.

Elementi di fisiologia e aspetti fisici, energetici e spirituali"

21/11/2023 "I tre luoghi del respiro: Addome – Torace – Petto"

28/11/2023 "Fai il pieno di energia. Tecniche per aumentare l'energia personale"

05/12/2023 "Una mente spaziosa e leggera. Esercizi per ritrovare lucidità e concentrazione"

12/12/2023 "Stress addio. Lasciar andare e trasformare l'energia bloccata per vivere con serenità"

09/01/2024 "Vocali e gesti per armonizzare le energie personali con quelle cosmiche"

16/01/2024 "Sorriso e colori per prendersi cura degli organi"

23/01/2024 "Una porta verso al meditazione.

Tecniche che favoriscono il silenzio della mente e la pace nel cuore"

Orario: **21:00-22:00**

Luogo di svolgimento: **Sala Chegai - IRIS Cinema Teatro** (Via IV novembre, 5 - Dronero)

Numero partecipanti ammessi: **Minimo 7 / Massimo 40**

Quota di partecipazione: **€ 80,00/ persona**

Termine di iscrizione: **7/11/2023**

Benessere interiore avvicinamento alla mindfulness

La pratica costante della mindfulness permette al corpo di imparare a rilassarsi, gestire in modo più sano i momenti stressanti e creare un approccio mentale alle difficoltà più positivo e propositivo: un avvicinamento a se stessi alla scoperta di questa tecnica utile per ridurre stati di tensione, stress e sofferenza, utilizzata anche per migliorare le performance sportive.

Responsabile: **Paola Anghilante**

Numero incontri: **3 incontri da 2 ore ciascuno**

Date: **14/11/2023; 21/11/2023; 28/11/2023**

Orario: **17:30-19:30**

Luogo di svolgimento: **AFP Azienda Formazione Professionale** (Via Meucci, 2 - Dronero)

Numero partecipanti ammessi: **Minimo 10 / Massimo 25**

Quota di partecipazione: **€ 25,00/ persona**

Termine di iscrizione: **7/11/2023**

Comunicare oggi: siti web e social network

Quanto è importante la comunicazione digitale oggi? Il connubio vita-tecnologia si inserisce in un contesto storico sempre più digitalizzato, che richiede conoscenze specifiche ed in continuo sviluppo. Questo ciclo di incontri vuole spiegare e approfondire il funzionamento del web e dei più famosi social network, fornendo gli strumenti e le competenze adatte per un corretto e semplice utilizzo di questi nuovi canali di comunicazione.

Responsabile: **Docente AFP**

Numero incontri: **4 incontri da 2 ore e 30 min. ciascuno**

Date: **05/02/2024; 12/02/2024; 19/02/2024; 26/02/2024**

Orario: **19:30-22:00**

Luogo di svolgimento: **AFP Azienda Formazione Professionale (Via Meucci, 2 - Dronero)**

Numero partecipanti ammessi: **Minimo 10 / Massimo 15**

Quota di partecipazione: **€ 40,00/ persona**

Termine di iscrizione: **29/01/2024**

Ginnastica Pilates

La ginnastica pilates permette di migliorare la conoscenza del proprio corpo e di utilizzarlo correttamente per ottenere una migliore postura, muscolatura più tonica, articolazioni più elastiche e una mente concentrata. È una tecnica che si può adattare a tutti e rappresenta un aiuto nella prevenzione degli infortuni.

Responsabile: **Elena Rittatore**

Numero incontri: **6 incontri da 1 ora ciascuno**

Date: **09/01/2024; 16/01/2024; 23/01/2024; 30/01/2024; 06/02/2024; 20/02/2024**

Orario: **19:00-20:00**

Luogo di svolgimento: **AFP Azienda Formazione Professionale (Via Meucci, 2 - Dronero)**

Numero partecipanti ammessi: **Minimo 5 / Massimo 10**

Quota di partecipazione: **€ 60,00/ persona**

Materiale da portare: **Tappetino, asciugamano e copertina personali**

Termine di iscrizione: **27/12/2023**

È richiesto il certificato di idoneità medico sportiva per l'attività non agonistica. L'avvio del corso sarà garantito al raggiungimento del numero minimo di partecipanti, entro il 27/12/2023 (termine di iscrizione).

Danza creativa per bambini (6/10 anni)

Una proposta per imparare ad ascoltare la musica, a danzare al ritmo del tamburo o sulle note degli altri strumenti musicali... Insieme agli altri si può danzare ogni cosa, anche il silenzio, i colori o il volo di un'ape!

Responsabile: **Elena Rittatore**

Numero incontri: **6 incontri da 1 ora ciascuno**

Date: **10/01/2024; 17/01/2024; 24/01/2024; 31/01/2024; 07/02/2024; 21/02/2024**

Orario: **17:30-18:30**

Luogo di svolgimento: **AFP Azienda Formazione Professionale (Via Meucci, 2 - Dronero)**

Numero partecipanti ammessi: **Minimo 5 / Massimo 10**

Quota di partecipazione: **€ 75,00/ persona**

Termine di iscrizione: **28/12/2023**

È richiesto il certificato di idoneità medico sportiva per l'attività non agonistica. L'avvio del corso sarà garantito al raggiungimento del numero minimo di partecipanti, entro il 28/12/2023 (termine di iscrizione).



CulturalMente



CulturalMente

*“Ancora non si è capito
che soltanto nel divertimento,
nella passione e nel ridere
si ottiene
una vera crescita culturale”
(Dario Fo)*

Il Giardino come passione

Orario: **20:30-22:30** / Dove: ●

Il Giardino che ti salva

Orario: **20:30-22:30** / Dove: ●

Yoga e Benessere

Orario: **18:30-19:30** / Dove: ●

Storie, storielle, leggende e realtà dei fatti tra studi e archeologia: a che punto sta la ricerca?

Orario: **18:00-19:00** / Dove: ●

La storia è costretta ad indovinare. fortuna che c'è avvezza"

Orario: **18:00-20:00** / Dove: ●

Drago nero, drago rosso, draconarius o dragone?

Orario: **18:00-20:00** / Dove: ●

“Sapere adunque dovete in Lombardia essere un famosissimo monistero”

Orario: **18:00-20:00** / Dove: ●

Piante officinali tra credenze popolari e scienza

Orario: **17:30-19:30** / Dove: ●

Brain Kinetic

Orario: **18:00-21:00; 18:00-20:00** / Dove: ●

Benessere e Terza Età

Orario: **17:30-18:30** / Dove: ●

Fiori di Bach - Come e quando usarli

Orario: **20:00-22:00** / Dove: ●

Laboratorio di scrittura creativa

Orario: **20:00-22:00** / Dove: ●

Social Media Managing

Un tuffo nella pubblicità del XXI secolo

Orario: **18:00-20:00** / Dove: ●

Avvicinamento ai formaggi

Orario: **18:30-20:00** / Dove: ●

Ottant'anni fa la Resistenza:

la Val Maira e dintorni

Orario: **18:00-20:00** / Dove: ●

I colori intorno a noi

Tintura naturale della lana e della seta

Orario: **20:30-22:30** / Dove: ●

“Coso” Base di Fotografia

Orario: **20:30-22:30** / Dove: ●

Incontri sull'arte al Museo Mallé

Orario: **15:30-17:00** / Dove: ●

Laboratorio base “arazzo in feltro”

Orario: **20:00-22:00** / Dove: ●

Laboratorio avanzato “sasso-fa” cuscino di lana

Orario: **19:30-22:30** / Dove: ●

Cinema all'italiana: corso di storia del cinema

Orario: **15:00-17:00** / Dove: ●

L'arte è tutta contemporanea

Orario: **20:45-22:15** / Dove: ●

Genitori e figli, comunicare con efficacia

Orario: **18:30-20:30** / Dove: ●

Laboratorio di Arte-Terapia

Orario: **20:00-22:00** / Dove: ●

Pillole di scienza

Orario: **20:30-22:00** / Dove: ●

Respira la vita

Orario: **21:00-22:00** / Dove: ●

Benessere interiore

avvicinamento alla mindfulness

Orario: **17:30-19:30** / Dove: ●

Comunicare oggi: siti web e social network

Orario: **19:30-22:00** / Dove: ●

Ginnastica Pilates

Orario: **19:00-20:00** / Dove: ●

Danza creativa per bambini (6/10 anni)

Orario: **17:30-18:30** / Dove: ●

DOVE

- AFP Azienda Formazione Professionale
(Via Meucci, 2 - Dronero)
- Sala Chegai - IRIS Cinema Teatro
(Via IV novembre, 5 - Dronero)
- Museo Mallé
(Via IV Novembre, 54 - Dronero)

Conto



0 / 18 ANNI

ORA MAI PIÙ IL CONTO CORRENTE PER I GIOVANISSIMI



ORA MAI PIÙ È LA NOSTRA PROPOSTA DI CONTO CORRENTE PER I **BAMBINI**
E **RAGAZZI** DI ETÀ COMPRESA **TRA 0 E 18 ANNI**... E SE HAI PIÙ DI 11 ANNI
PUOI AVERE **BANCOMAT** E **CARTA PREPAGATA** PER GESTIRE I TUOI RISPARMI:
SICURA, DINAMICA, FLESSIBILE... A MISURA DI TEENAGER!

 **BANCA DI CARAGLIO**
CREDITO COOPERATIVO ITALIANO

Messaggio pubblicitario con finalità promozionali. Per le condizioni contrattuali si rimanda ai Fogli Informativi messi a disposizione della clientela presso gli sportelli e sul sito della Banca.

www.bancadicaraglio.it