



**INDIRIZZO:** VIA BEATO MARTINO DA PEGLI 2A 16156 GENOVA PEGLI

**TEL:** 010 6972312 **CELLULARE:** 373 8071414

**CODICE FISCALE:** 95056910102

**E-MAIL:** [segreteria@cup99.it](mailto:segreteria@cup99.it)

**SITO WEB:** [WWW.CUP99.IT](http://WWW.CUP99.IT)

**ORARIO:** MARTEDÌ ORE 15:30 – 17:30

GIOVEDÌ ORE 10:00 – 12:00

**Comunicazioni ed avvisi** sono affissi presso:

- Sede CUP Via Beato Martino da Pegli 2A Pegli
- Via Beato Martino da Pegli 12 (angolo Cappella Doria) Pegli
- Via Martiri della Libertà (angolo Piazza Ponchielli) Pegli
- Ingresso Villa Centurione Doria (già Museo Navale) Pegli
- Auditorium Biblioteca Civica Bruschi - Sartori Via Bottino 6 Sestri Ponente
- Sede dell'ex Biblioteca Bruschi Via Vado 17 Sestri Ponente

## **Cos'è il CUP?**

*Il CUP – Centro Universitario del Ponente (APS) è un'associazione di volontariato che, da oltre venticinque anni, opera nel Ponente genovese con finalità di promozione culturale e sociale.*

*Il CUP nasce come luogo di incontro, scoperta e condivisione, aperto a chiunque desideri vivere la cultura come un'esperienza autentica, coinvolgente e in continua evoluzione.*

*Accanto a incontri, conferenze, dibattiti e progetti didattici, il CUP propone visite guidate, itinerari culturali, percorsi d'arte, mostre ed esperienze che uniscono la conoscenza del territorio al piacere del movimento: trekking urbani e naturalistici, itinerari culturali, escursioni, oltre a numerose attività sportive e all'aria aperta.*

*Ogni attività è ideata e condotta da esperti qualificati e soprattutto volontari.*

*Il CUP è una comunità aperta e dinamica, dove cultura,*

*formazione, territorio, sport e socialità si incontrano per creare esperienze capaci di lasciare un segno.*

*Perché la conoscenza acquista il suo valore più autentico quando viene vissuta, condivisa e trasformata in patrimonio comune.*

*PARTECIPA, SCOPRI, CONDIVIDI.*

*IL CUP E' DI TUTTI. TI ASPETTIAMO!*

## INDICE

|                                                                    |            |
|--------------------------------------------------------------------|------------|
| Saluto del Presidente.....                                         | 5          |
| Organi Sociali.....                                                | 6          |
| Contatti.....                                                      | 7          |
| <b>Attività formative CUP.....</b>                                 | <b>8</b>   |
| Regolamento attività formative.....                                | 10         |
| Tutor.....                                                         | 13         |
| Sedi.....                                                          | 15         |
| <b>Elenco Attività .....</b>                                       | <b>16</b>  |
| CUP in Aula.....                                                   | 16         |
| CUP in Movimento.....                                              | 23         |
| Elenco attività per sede.....                                      | 25         |
| Elenco attività per ambito disciplinare.....                       | 33         |
| Elenco attività per giorno settimanale.....                        | 43         |
| <b>Programma attività in Aula, orario lezioni e sedi .....</b>     | <b>53</b>  |
| <b>Programma attività in Movimento, orario lezioni e sedi ....</b> | <b>213</b> |
| <b>Altre attività CUP.....</b>                                     | <b>239</b> |
| Convegni e conferenze.....                                         | 240        |
| Convenzioni per i Soci.....                                        | 241        |
| Escursioni.....                                                    | 245        |
| InfoCup.....                                                       | 249        |
| Itinerari culturali.....                                           | 250        |
| Sistemi audiovisivi.....                                           | 252        |
| Teatro.....                                                        | 253        |
| Volontariato culturale sul territorio.....                         | 254        |
| Gruppo di lettura.....                                             | 255        |
| Appuntamento sociale.....                                          | 256        |
| <b>Statuto.....</b>                                                | <b>257</b> |

## **SALUTO DEL NOSTRO PRESIDENTE**

Carissime/i,

con l'inizio del nuovo Anno Accademico, la proposta socio-culturale del CUP si arricchisce di interessanti novità.

Nuove attività si vanno aggiungendo alle precedenti e pertanto nascono altre occasioni di aggregazione per i nostri Soci.

Merita ricordarlo: l'obiettivo finale di questa aggregazione è il miglioramento della qualità di vita dei Soci: stimolando gli interessi intellettuali e le prestazioni fisiche, si favorisce il benessere psico-fisico e si prevengono, con attività adeguate, gli effetti del trascorrere del tempo.

Tutto questo non potrebbe verificarsi senza il continuo impegno dei nostri Volontari, ai quali è d'obbligo un ringraziamento.

Chi si impegna come docente, chi nella gestione della segreteria, chi nell'organizzazione dei corsi o delle singole iniziative: la macchina del CUP ha molteplici obiettivi per funzionare al meglio, obiettivi che sono raggiunti e, lo dico con soddisfazione, in puro spirito di volontariato!

Si potrebbe fare di meglio o di più? Certamente, noi nel CUP non ci poniamo limiti, ma abbiamo sempre bisogno del vostro sostegno che non ci avete mai fatto mancare e ci rende molto orgogliosi.

Auguriamo a tutti un Anno Accademico ricco di soddisfazioni!

Il vostro Presidente

Manlio Riccio

## **ORGANI SOCIALI**

### *CONSIGLIO DIRETTIVO*

*Mandato 2022-2027*

| <b>SOCIO</b>                     | <b>RUOLO</b>                                                                      |
|----------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|
| <b>RICCIO MANLIO</b>             | PRESIDENTE                                                                        |
| <b>LEANDRO IVANA</b>             | VICE PRESIDENTE                                                                   |
| <b>BARBAGELATA LUIGI</b>         | REFERENTE SISTEMI AUDIOVISIVI                                                     |
| <b>BOLDI GIOVANNI</b>            | REFERENTE COMMISSIONE TEATRO                                                      |
| <b>CAMBIASO ANNITA</b>           | REFERENTE CONVENZIONI                                                             |
| <b>CORTESE MARIA</b>             | REFERENTE COMMISSIONE ITINERARI CULTURALI                                         |
| <b>DI GAETANO GIUSEPPE</b>       | REFERENTE TUTORS                                                                  |
| <b>GAGGERO ALBA</b>              | REFERENTE COMMISSIONE INFOCUP                                                     |
| <b>GHIO IVANA</b>                | REFERENTE COMMISSIONE CORSI                                                       |
| <b>MALASPINA CARLO</b>           | REFERENTE SERVIZI DI TESORERIA                                                    |
| <b>PARODI ANTONIO</b>            | REFERENTE COMMISSIONE ESCURSIONI                                                  |
| <b>PITTALUGA MASSIMO</b>         | REFERENTE RELAZIONI PUBBLICHE                                                     |
| <b>REBAGLIATI MARIA</b>          | REFERENTE SEGRETERIA                                                              |
| <b>RICCIO MANLIO</b>             | REFERENTE COMMISSIONE CULTURA (ad interim)                                        |
| <b>RISSO TERESA</b>              | REFERENTE COMMISSIONE VOLONTARIATO CULTURALE SUL TERRITORIO                       |
| <b>ASTARITA CECILIA</b>          | COMPONENTE COMMISSIONE CORSI E CULTURA                                            |
| <b>BARABINO MARIA LUISA</b>      | COMPONENTE COMMISSIONE CULTURA E INFOCUP                                          |
| <b>DE MICCO ERASMO</b>           | COMPONENTE CORSI, COMMISSIONE ITINERARI CULTURALI E VOLONTARIATO SUL TERRITORIO   |
| <b>FEDE MADDALENA</b>            | COMPONENTE COMMISSIONE CORSI, ITINERARI CULTURALI E ESCURSIONI                    |
| <b>GHISU MARINELLA</b>           | COMPONENTE COMMISSIONE CULTURA, ITINERARI CULTURALI E VOLONTARIATO SUL TERRITORIO |
| <b>MALERBA GIUSEPPE GIOVANNI</b> | COMPONENTE COMMISSIONE CORSI                                                      |
| <b>VITANZA MARIELLA</b>          | COMPONENTE COMMISSIONE CULTURA E INFOCUP                                          |

## CONTATTI

**Convenzioni:** [convenzioni@cup99.it](mailto:convenzioni@cup99.it)

**Corsi:** [corsi@cup99.it](mailto:corsi@cup99.it)

**Cultura:** [cultura@cup99.it](mailto:cultura@cup99.it)

**Escursioni:** [escursioni@cup99.it](mailto:escursioni@cup99.it)

**Gestione musei:** [gestionemusei@cup99.it](mailto:gestionemusei@cup99.it)

**Infocup:** [infocup@cup99.it](mailto:infocup@cup99.it)

**Itinerari culturali:** [itinerariculturali@cup99.it](mailto:itinerariculturali@cup99.it)

**Presidenza:** [presidenza@cup99.it](mailto:presidenza@cup99.it)

**Segreteria:** [segreteria@cup99.it](mailto:segreteria@cup99.it)

**Sistemi audiovisivi:** [sistemiamudiovisivi@cup99.it](mailto:sistemiamudiovisivi@cup99.it)

**Teatro:** [teatro@cup99.it](mailto:teatro@cup99.it)

**Tesoreria:** [tesoriere@cup99.it](mailto:tesoriere@cup99.it)

**Tutor:** [tutor@cup99.it](mailto:tutor@cup99.it)

----- \*\*\*\*\* -----

IL SISTEMA INFORMATICO E LA SUA MANUTENZIONE SONO CURATI DAI CONSULENTI INFORMATICI SILVIA CARIELLO (P.IVA 02263310993) E SIMONE REVERBERI (P.IVA 02179700998), CHE INSIEME COSTITUISCONO IL BRAND **SAPELLO SOLUTIONS**.

## ATTIVITÀ FORMATIVE CUP

L'offerta didattica quest'anno sarà ancora più ampia, moderna e multidisciplinare, con proposte rivolte non solo alla terza età, ma a tutti coloro che desiderano continuare a conoscere, approfondire e vivere nuove esperienze culturali, formative e sociali.

L'obiettivo è promuovere il benessere della persona e uno stile di vita sano, coniugando l'attività motoria con la crescita culturale e l'allenamento della mente, in un percorso di apprendimento continuo, di condivisione e socialità.

Per rendere più semplice la consultazione del programma e aiutare ogni Socio a individuare le iniziative più vicine ai propri interessi, quest'anno le proposte del CUP sono suddivise in due aree: **attività in aula** e **attività in movimento**.

La differenza principale tra attività in aula e attività in movimento riguarda il contesto in cui esse si svolgono e il tipo di coinvolgimento richiesto ai Soci.

La distinzione non dipende soltanto dal luogo, ma soprattutto dal ruolo del movimento: nelle attività in aula esso non è un elemento essenziale, mentre nelle attività in movimento costituisce una componente didattica centrale, utilizzata per sostenere l'apprendimento e la partecipazione attiva dei partecipanti.

### ***Attività in aula : "Per conoscere"***

Comprendono tutte le iniziative dedicate all'approfondimento culturale, alla formazione, alla creatività e alla condivisione. Rientrano in questa categoria conferenze, incontri, corsi, seminari, laboratori, gruppi di lettura e tutte le attività che

favoriscono l'apprendimento, il dialogo e la partecipazione attiva dei Soci. In questa sezione sono raccolte le proposte che prevedono temi di archeologia, arte, economia, lingue, medicina, scienze, informatica, gastronomia, etc.

### ***Attività in movimento: "Per stare bene"***

Muoversi significa prendersi cura di sé. Per questo il CUP promuove attività che incoraggiano uno stile di vita attivo e salutare, riconosciuto come uno dei principali fattori di benessere fisico, psicologico e relazionale. Quando l'attività motoria viene praticata insieme ad altre persone, ai benefici dell'esercizio fisico si aggiungono quelli della socializzazione, del sostegno reciproco e del piacere di condividere esperienze. In questa sezione sono raccolte le proposte che prevedono il movimento come elemento centrale dell'attività: gruppi di cammino, ginnastica dolce, posturale e di rilassamento, attività in palestra e all'esterno, yoga, stretching, taijiquan e altre discipline orientali, acquaticità, ballo, danze popolari e altre iniziative finalizzate al benessere della persona.

Qualunque sia la proposta scelta, il filo conduttore resta lo stesso: offrire occasioni per imparare, muoversi, incontrarsi e vivere pienamente la dimensione associativa, facendo del tempo condiviso una risorsa di benessere, inclusione e partecipazione.

***Tutte le informazioni e gli aggiornamenti sono disponibili sul nostro sito <https://www.cup99.it/corsi-attivita-formative/>.***

***Vi invitiamo a consultarlo regolarmente per essere sempre informati.***

## REGOLAMENTO ATTIVITÀ FORMATIVE

- I Soci hanno la possibilità di frequentare un numero massimo di 4 corsi.
- Chi è iscritto ad un numero di corsi inferiore a 4, potrà durante l'Anno Accademico richiedere l'iscrizione ad un altro corso, compatibilmente con la disponibilità dei posti.
- Gli iscritti in numero eccedente ad un corso vengono inseriti, in ordine cronologico, nell'elenco riserve. Liberandosi un posto, la prima riserva sarà inserita automaticamente al corso e potrà frequentarlo esibendo al docente/tutor la mail di conferma ricevuta dalla segreteria.
- Nelle **attività in aula**, ambito disciplinare **Lingue**, si può frequentare **un solo corso per ciascuna lingua**, con l'eccezione dei corsi di conversazione.
- Nelle **attività in movimento** si possono frequentare **al massimo due corsi**, ma in **ambito disciplinare diverso**.
- Per le attività in movimento è **obbligatorio** consegnare, in occasione della prima lezione, il certificato medico di idoneità sportiva non agonistica
- L'orario ed il giorno dei corsi sono stabiliti da ciascun docente e dalla disponibilità dei locali dedicati.
- Il numero di partecipanti alle attività è determinato dalla disponibilità del docente e dalla capienza della struttura ospitante. ***Ogni attività sarà confermata solo al raggiungimento di 5 iscrizioni.***
- Ogni iscritto perderà il diritto a proseguire il corso **dopo 3 assenze consecutive**, ad eccezione di casi particolari che saranno valutati congiuntamente al Responsabile Corsi.
- I corsi iniziano, indicativamente, a metà ottobre e terminano a metà maggio; la loro programmazione è allineata al calendario scolastico vigente di Regione Liguria.
- Anche per i corsi online andranno rispettati rigorosamente gli orari indicati sul Programma Attività del corrente Anno Accademico.
- Il rispetto degli orari e la buona conservazione dei locali, degli arredi e delle attrezzature utilizzate sono affidati a tutti i presenti.

- I corsisti dovranno eleggere al loro interno un "tutor", **figura obbligatoria** per ogni attività Cup. Il tutor collaborerà con il docente, sarà il tramite con la Segreteria del CUP per eventuali comunicazioni e li rappresenterà in ogni contesto associativo all'interno dell'organizzazione.
- Ogni comunicazione riguardante le attività del CUP (avvisi di iniziative, particolari disposizioni interne, etc.) sarà curata dal tutor.
- Eventuali variazioni, dovute a motivi di forza maggiore, saranno comunicate per tempo dai tutor o dal docente.
- Le attività non si svolgono in caso di **allerta meteo rossa**.
- Per **motivi assicurativi**, alle attività CUP possono partecipare esclusivamente i soci iscritti, in regola con il pagamento della quota associativa. **Non sono ammesse eccezioni**.
- Arredi ed attrezzature didattiche sono messi a disposizione dal CUP, mentre è a carico dei corsisti il materiale didattico e di consumo per corsi e laboratori.
- I Soci sono invitati a fornire suggerimenti, proposte, consigli utili per migliorare lo svolgimento delle lezioni.

**In qualsiasi momento le attività CUP potranno subire variazioni in riferimento alle esigenze delle strutture ospitanti o per indisponibilità dei docenti.**

**Per le attività svolte in laboratorio:**

chiediamo di collaborare alla igienizzazione dei tavoli, dei cavalletti ed ogni altro strumento o attrezzatura comune utilizzata durante l'attività. Metteremo a disposizione igienizzanti e panno carta.

***SI RICHAMA CIASCUN SOCIO AL SENSO DI CORRESPONSABILITÀ: solo rispettando e facendo rispettare le disposizioni precedentemente evidenziate si potranno evitare spiacevoli conseguenze penali e civili per l'organizzazione.***

## **QUOTA ASSOCIATIVA**

*L'iscrizione alle attività CUP è confermata previo pagamento della quota associativa.*

La **quota associativa CUP** (Centro Universitario del Ponente (APS)) è di **60€**.

La **quota associativa F.I.E.** (Federazione Italiana Escursionismo) è di **20€**.

La **quota associativa ENDAS** (Ente Nazionale Democratico di Azione Sociale e Sportiva) è di **6€**.

## TUTOR

**Referente: Giuseppe DI GAETANO**

Il TUTOR è una figura di supporto e orientamento per le nostre attività formative.

I compiti del tutor sono:

- per motivi assicurativi, monitorare che al proprio corso partecipino esclusivamente i soci iscritti al corso in oggetto.  
**Non sono ammesse eccezioni;**
- creare il gruppo dei corsisti su WhatsApp, che sarà utilizzato per trasmettere esclusivamente informazioni utili e di servizio (***evitare auguri, saluti, divagazioni non inerenti al corso.... che possono essere trasmesse su altri canali***). Il tutor procederà a cancellare argomenti non inerenti al corso;
- fare l'appello ed aggiornare il registro presenze ad ogni lezione prevista;
- informare i corsisti sulle iniziative del CUP (itinerari culturali, teatro, conferenze, etc.) – consultabili anche sul sito <https://www.cup99.it/tutor-corsi-e-attivita-formative/> o da e-mail/WhatsApp inviate dai vari servizi;
- aggiungere o togliere dall'elenco i corsisti secondo le indicazioni della segreteria CUP, indicazioni che saranno inviate per iscritto;
- l'accesso al corso durante l'anno accademico di nuovi iscritti deve essere verificato tramite la mail di conferma che il socio ha ricevuto dalla segreteria CUP;
- avvertire i corsisti di variazioni di orario o di sospensione di lezioni;
- collaborare con il docente per le necessità operative ed il materiale occorrente alle lezioni (fotocopie, materiale di lavoro, etc.) richiedendo ai corsisti un contributo per le spese;
- tenere i contatti con la segreteria CUP;
- attivarsi per eventuali iniziative fra i corsisti, come incontri, gite, raccolta di piccoli contributi, etc.

***Invitiamo caldamente i soci a proporsi alla prima lezione per ricoprire questo ruolo di estrema importanza sia per il docente, sia per i corsisti, sia per l'organizzazione tutta!***

Si raccomanda di comunicare tempestivamente alla Segreteria il nominativo e il recapito del Tutor.

## **SEDI**

### **ONLINE**

MULTEDO - ASD MULTEDO 1930 Via Ronchi 19  
PEGLI - CAPPELLA DORIA Via Beato Martino da Pegli 2A  
PEGLI - CENTRO CULTURALE PEGLIESE Lungomare di Pegli 24R  
PEGLI - CENTRO SOCIALE LUISA MONACO Via Cialli 20  
PEGLI - COOP LIGURIA - Via Piandilucco 15Q  
PEGLI - MUSEO DI ARCHEOLOGIA LIGURE Via Pallavicini 11  
PEGLI - VILLA CENTURIONE DORIA (già MUSEO NAVALE)  
Piazza Bonavino 7  
PEGLI - SALONE PALAZZO COMUNALE Via Pallavicini 5  
PEGLI - SCUOLA ALESSI Piazza Bonavino 4/A  
PEGLI - SCUOLA RIZZO Via Pallavicini 3/A  
PEGLI - TENNIS CLUB JUNIOR- Via Longo 15  
PEGLI - TENNIS CLUB Via Sabotino 60R  
PEGLI - SALA BILIARDO Via Teodoro II di Monferrato 8R  
PRA' - CITY PADEL GENOVA Via Pra' 33A/r  
PRA' - G.S. SPERANZA Via Pra' 54  
PRA' - PARROCCHIA S. ROCCO Via Don F. Pironi 10  
(adiacente Piazza A. Sciesa)  
SESTRI - AUDITORIUM Via Bottino 6  
SESTRI - EX BIBLIOTECA BRUSCHI Via Vado 17  
SESTRI - SEDE A.N.A. Piazza Albertina 5A  
VOLTRI - ORATORIO MORTE E ORAZIONE Via Guala (di  
fronte al civico 37)  
VOLTRI - Via Guala 8 (primo piano a destra)

## ELENCO ATTIVITÀ

| N°                 | Titolo                                           | Docente                  | Sede                                      |
|--------------------|--------------------------------------------------|--------------------------|-------------------------------------------|
| <b>CUP IN AULA</b> |                                                  |                          |                                           |
| 1                  | A I - INTELLIGENZA ARTIFICIALE BASE              | OLIVERI U.               | PEGLI - MUSEO NAVALE (LAB. INFORMATICA)   |
| 2                  | A SCUOLA DI CUCINA                               | D'AMICO S.               | PEGLI - CENTRO SOCIALE "LUISA MONACO"     |
| 3                  | A TU PER TU CON IL MEDICO                        | GAGGERO A.               | PEGLI - MUSEO NAVALE (AULA CAMINO)        |
| 4                  | ACQUAFORTE                                       | COLLA T. / GELLI L.      | PEGLI - CENTRO CULTURALE                  |
| 5                  | ACQUARELLO CREATIVO                              | RADICCHI I. A.           | PEGLI - CENTRO CULTURALE                  |
| 6                  | ACQUARELLO ED INCHIOSTRO DELLA PITTURA ORIENTALE | SOMMARIVA G. F.          | ONLINE                                    |
| 7                  | ALDOUS HUXLEY, IL MONDO NUOVO                    | COPOLA PESCE L. F.       | PEGLI - CAPPELLA DORIA                    |
| 8                  | ANALISI TRANSAZIONALE                            | PIERONI V.               | ONLINE                                    |
| 9                  | AROMATERAPIA                                     | CECCONI A.               | PEGLI - CAPPELLA DORIA                    |
| 10                 | ASTROLOGIA                                       | CORTESE M. / BORGATTI R. | PEGLI - MUSEO NAVALE (AULA CAMINO)        |
| 11                 | ASTRONOMIA                                       | PESCE R.                 | VOLTRI - ORATORIO "MORTE E ORAZIONE"      |
| 12                 | BATIK                                            | INSOLERA A.              | PEGLI - CENTRO CULTURALE                  |
| 13                 | BRIDGE (A)                                       | RISSOTTO F.              | PEGLI - CENTRO SOCIALE "LUISA MONACO"     |
| 14                 | BRIDGE (B)                                       | RISSOTTO F.              | SESTRI - SEDE A.N.A.                      |
| 15                 | BURRACO PRINCIPIANTI ASSOLUTI                    | SORBARA A.               | PEGLI - CENTRO SOCIALE "LUISA MONACO"     |
| 16                 | CAMICERIA E NON SOLO (A)                         | BENINCASA L.             | VOLTRI - VIA GUALA 8                      |
| 17                 | CAMICERIA E NON SOLO (B)                         | BENINCASA L.             | VOLTRI - VIA GUALA 8                      |
| 18                 | CAMICERIA E NON SOLO (C)                         | BENINCASA L.             | VOLTRI - VIA GUALA 8                      |
| 19                 | CANZONI DEL MONDO ANGLOSASSONE                   | BENVENUTO E. S.          | PEGLI - MUSEO NAVALE (AULA CAMINO)        |
| 20                 | CAPIRE IL NOSTRO PIANETA                         | BOZZO E.                 | PEGLI - CAPPELLA DORIA                    |
| 21                 | CERAMICA                                         | SANNA M. V.              | PEGLI - CENTRO CULTURALE                  |
| 22                 | CHE FARE IN ATTESA DEL "1-1-8"                   | GALUPPI G.               | PEGLI - MUSEO NAVALE (SALONCINO)          |
| 23                 | CHIACCHIERINO                                    | COZZOLINO M. L.          | PEGLI - SCUOLA RIZZO (AULA 2 PIANO TERRA) |

## ELENCO ATTIVITÀ

| N° | Titolo                                                                | Docente         | Sede                                             |
|----|-----------------------------------------------------------------------|-----------------|--------------------------------------------------|
| 24 | CONOSCI TE STESSO (E CONOSCERAI L'UNIVERSO E GLI DEI TUTTI) [SOCRATE] | ZAPPA R.        | PEGLI - SCUOLA RIZZO (AULA 2 PIANO TERRA)        |
| 25 | CONVERSANDO DI FILOSOFIA, STORIA, SPIRITUALITÀ                        | ALGERI R.       | PEGLI - CAPPELLA DORIA                           |
| 26 | COOL AS A CUCUMBER! CONVERSAZIONE INGLESE - LIVELLO AVANZATO          | WOLOSHEN K.     | PEGLI - CAPPELLA DORIA                           |
| 27 | COSE DELL'ALTRO MONDO. IL MITO 3                                      | TANZI G.        | PEGLI - MUSEO NAVALE (AULA CAMINO)               |
| 28 | CUCITO                                                                | VICO M. G.      | VOLTRI - VIA GUALA 8                             |
| 29 | CUCITO CREATIVO BASE                                                  | VENTURINI M. T. | PEGLI - CENTRO CULTURALE                         |
| 30 | CULTURA CLASSICA                                                      | MASSINO S.      | PEGLI - MUSEO NAVALE (SALONE ARGONAUTI)          |
| 31 | DECORAZIONE FLOREALE                                                  | ROSSI E.        | PEGLI - CENTRO CULTURALE                         |
| 32 | DECOUPAGE                                                             | PIANA P.        | PEGLI - CENTRO CULTURALE                         |
| 33 | DIRITTO COSTITUZIONALE COMPARATO                                      | DURANTE E.      | PEGLI - SCUOLA RIZZO (AULA 1 PIANO TERRA)        |
| 34 | DIRITTO PENALE                                                        | CALVI L.        | PEGLI - CAPPELLA DORIA                           |
| 35 | DISEGNO                                                               | MANDICA A.      | PEGLI - MUSEO NAVALE (LABORATORIO)               |
| 36 | DISEGNO A CARBONCINO E PASTELLI                                       | DURANTE B.      | PRA' - PARROCCHIA S. ROCCO                       |
| 37 | EDUCAZIONE FINANZIARIA                                                | GAGGERO G.      | PEGLI - MUSEO NAVALE (AULA CAMINO)               |
| 38 | EDUCAZIONE NUTRIZIONALE                                               | SARDI L.        | PEGLI - CAPPELLA DORIA                           |
| 39 | ENOGASTRONOMIA                                                        | DE BELATH B.    | PEGLI - MUSEO NAVALE (AULA CAMINO)               |
| 40 | ETRUSCOLOGIA ED ARCHEOLOGIA ITALICA                                   | CARLEVARO E. R. | SESTRI - EX BIBL. BRUSCHI VIA VADO 17 (P. TERRA) |
| 41 | FILOSOFIA GRECA                                                       | ORSINI P.       | PEGLI - CAPPELLA DORIA                           |
| 42 | FILOSOFIA MODERNA                                                     | ORSINI P.       | PEGLI - CAPPELLA DORIA                           |
| 43 | FITOTERAPIA                                                           | ZANGARI C. L.   | PEGLI - MUSEO NAVALE (AULA CAMINO)               |
| 44 | FOTOGRAFIA BASE                                                       | CONTE P.        | PEGLI - MUSEO NAVALE (AULA CAMINO)               |
| 45 | FOTOGRAFIA NATURALISTICA BASE                                         | DE SOLE L.      | PEGLI - SCUOLA RIZZO (AULA 2 PIANO TERRA)        |

## ELENCO ATTIVITÀ

| N° | Titolo                                                             | Docente                     | Sede                                             |
|----|--------------------------------------------------------------------|-----------------------------|--------------------------------------------------|
| 46 | FOTOGRAFIAMO INSIEME COL CELLULARE                                 | MINOTTI C. / BARBAGELATA L. | PEGLI - MUSEO NAVALE (AULA CAMINO)               |
| 47 | FRANCESE (2)                                                       | ANSALDO M.                  | ONLINE                                           |
| 48 | FRANCESE (3)                                                       | RATTOTTI M. / PONZ D.       | PEGLI - SCUOLA RIZZO (AULA 2 PIANO SECONDO)      |
| 49 | FRANCESE: CONVERSAZIONE INTERATTIVA DIVERTENTE                     | PERATTI D.                  | PEGLI - SCUOLA RIZZO (AULA 1 PIANO SECONDO)      |
| 50 | GENOVA E LA SUA STORIA                                             | DAGNINO E.                  | PEGLI - MUSEO NAVALE (SALONE ARGONAUTI)          |
| 51 | GENOVA E LA SUA STORIA CIVILE E INDUSTRIALE                        | DAGNINO E.                  | SESTRI - AUDITORIUM                              |
| 52 | GEOGRAFIA DEL TURISMO                                              | SACCO M.                    | PEGLI - CAPPELLA DORIA                           |
| 53 | GIARDINAGGIO                                                       | CERVETTO L.                 | PEGLI - MUSEO NAVALE (LABORATORIO)               |
| 54 | I GRANDI DEL JAZZ                                                  | BALOSSINO A.                | PEGLI - CAPPELLA DORIA                           |
| 55 | I MISTERI D'ITALIA TRA MAFIA E STRATEGIA DELLA TENSIONE            | VALENTINO L.                | PEGLI - SCUOLA RIZZO (AULA 1 PIANO TERRA)        |
| 56 | IGIENE E SICUREZZA ALIMENTARE                                      | SARDI L.                    | PEGLI - CAPPELLA DORIA                           |
| 57 | IL CONDOMINIO                                                      | DI LORENZO D.               | PEGLI - CAPPELLA DORIA                           |
| 58 | IL FRANCESE NELLA CANZONE E NEI TESTI LETTERARI                    | MEDUSI V.                   | PEGLI - CAPPELLA DORIA                           |
| 59 | IL MONDO DELLA BIBBIA E GLI ANTICHI IMPERI D'ORIENTE (A)           | MARTINI G. B.               | PEGLI - CAPPELLA DORIA                           |
| 60 | IL MONDO DELLA BIBBIA E GLI ANTICHI IMPERI D'ORIENTE (B)           | MARTINI G. B.               | SESTRI - EX BIBL. BRUSCHI VIA VADO 17 (P. TERRA) |
| 61 | IL MONDO DI DANTE: VITA OPERE E ALCUNI CANTI DELLA DIVINA COMMEDIA | VALENTINO L.                | PEGLI - CENTRO CULTURALE                         |
| 62 | IL SAECULUM OBSCURUM                                               | MUNARETTO F.                | SESTRI - EX BIBL. BRUSCHI VIA VADO 17 (P. TERRA) |
| 63 | IL VANGELO SECONDO MATTEO                                          | CATTANEO D. P.              | PEGLI - MUSEO NAVALE (AULA CAMINO)               |
| 64 | INFORMATICA BASE (S.O. WINDOWS)                                    | OLIVERI U.                  | PEGLI - MUSEO NAVALE (LAB. INFORMATICA)          |
| 65 | INFORMATICA BASE, LO SMARTPHONE , LA DOMOTICA                      | CAVALLETTI C.               | PEGLI - MUSEO NAVALE (LAB. INFORMATICA)          |
| 66 | INGLESE                                                            | ANSALDO M.                  | ONLINE                                           |

## ELENCO ATTIVITÀ

| N° | Titolo                                                                         | Docente       | Sede                                             |
|----|--------------------------------------------------------------------------------|---------------|--------------------------------------------------|
| 67 | INGLESE - A PICCOLI PASSI VERSO IL LIVELLO B1                                  | PAVESE C. A.  | PEGLI - CAPPELLA DORIA                           |
| 68 | INGLESE (2)                                                                    | ANSALDO M.    | ONLINE                                           |
| 69 | INGLESE (3)                                                                    | ANSALDO M.    | ONLINE                                           |
| 70 | INGLESE (4)                                                                    | ANSALDO M.    | ONLINE                                           |
| 71 | INGLESE AVANZATO                                                               | GHIO I.       | PEGLI - CAPPELLA DORIA                           |
| 72 | INGLESE BASE (LIVELLO A2)                                                      | SPIILINGA S.  | PEGLI - CAPPELLA DORIA                           |
| 73 | INGLESE CONVERSAZIONE INTERMEDIO - SUPERIORE LIVELLO INDIPENDENTE (B2)         | ASTARITA C.   | PEGLI - MUSEO NAVALE (AULA CAMINO)               |
| 74 | INGLESE CONVERSAZIONE INTERMEDIO/AVANZATO (B2/C1)                              | GHINELLI A.   | PEGLI - MUSEO NAVALE (AULA CAMINO)               |
| 75 | INGLESE INTERMEDIO (A)                                                         | FERRARI I.    | SESTRI - EX BIBL. BRUSCHI VIA VADO 17 (P. TERRA) |
| 76 | INGLESE INTERMEDIO (B)                                                         | GHIO I.       | PEGLI - CAPPELLA DORIA                           |
| 77 | INGLESE INTERMEDIO (C)                                                         | PRATI S.      | PEGLI - CAPPELLA DORIA                           |
| 78 | INGLESE INTERMEDIO (LIVELLO B1)                                                | SPIILINGA S.  | PEGLI - CAPPELLA DORIA                           |
| 79 | INGLESE PRE-INTERMEDIO                                                         | GHIO I.       | PEGLI - CAPPELLA DORIA                           |
| 80 | INGLESE PRINCIPIANTI                                                           | PRATI S.      | PEGLI - CAPPELLA DORIA                           |
| 81 | INTAGLIO A PUNTA DI COLTELLO                                                   | PARODI G. B.  | PEGLI - MUSEO NAVALE (LABORATORIO)               |
| 82 | ITALIANO PER STRANIERI                                                         | RUSSO I.      | PEGLI - MUSEO NAVALE (SALONCINO)                 |
| 83 | ITALIANO PER STRANIERI PER ESAME CILS A2                                       | GIOVINAZZO S. | ONLINE                                           |
| 84 | L'ARCHITETTURA DI GENOVA (E NON SOLO...) ATTRAVERSO LA STRATIFICAZIONE STORICA | PITTALUGA P.  | PEGLI - MUSEO NAVALE (SALONE ARGONAUTI)          |
| 85 | L'EVOLUZIONE DELL'EROE E DELL'ANTIEROE NELLA LETTERATURA                       | ROMAGNOLI E.  | SESTRI - EX BIBL. BRUSCHI VIA VADO 17 (P. TERRA) |
| 86 | LA CHIMICA IN CUCINA                                                           | BINI S.       | SESTRI - EX BIBL. BRUSCHI VIA VADO 17 (P. TERRA) |
| 87 | LA CULTURA ARTISTICA A GENOVA TRA FINE OTTOCENTO E INIZI NOVECENTO             | MANARA E.     | PEGLI - MUSEO NAVALE (SALONE ARGONAUTI)          |
| 88 | LA STORIA SIAMO NOI                                                            | ZUFFANTI S.   | PEGLI - SALONE PALAZZO COMUNALE                  |

## ELENCO ATTIVITÀ

| N°  | Titolo                                           | Docente                        | Sede                                                |
|-----|--------------------------------------------------|--------------------------------|-----------------------------------------------------|
| 89  | LA VECCHIA SESTRI Ponente                        | BOTTERO C.                     | SESTRI - EX BIBL. BRUSCHI<br>VIA VADO 17 (P. TERRA) |
| 90  | LABORATORIO TEATRALE                             | NICORA A.                      | SESTRI - AUDITORIUM                                 |
| 91  | LAVORAZIONE RAME A SBALZO E<br>INCISIONE ARDESIA | MASNATA G. / PARODI G. B.      | PEGLI - MUSEO NAVALE<br>(LABORATORIO)               |
| 92  | LE FRANÇAIS EN ACTION – PRIMO LIVELLO            | TORRINI R.                     | SESTRI - EX BIBL. BRUSCHI<br>VIA VADO 17 (P. TERRA) |
| 93  | LEGATORIA LIVELLO 1                              | VARINI C.                      | PEGLI - MUSEO NAVALE<br>(LABORATORIO)               |
| 94  | LETTERATURA ITALIANA<br>CONTEMPORANEA            | MILITELLO A.                   | PEGLI - MUSEO NAVALE<br>(SALONE ARGONAUTI)          |
| 95  | LETTURE DAL PURGATORIO (TERZA PARTE)             | PARODI E.                      | ONLINE                                              |
| 96  | LINEAMENTI DI STORIA DELL'ARTE. IL<br>NOVECENTO  | SPADA E.                       | VOLTRI - ORATORIO<br>"MORTE E ORAZIONE"             |
| 97  | LINGUA CINESE (2)                                | DE SOLE L.                     | PEGLI - SCUOLA RIZZO<br>(AULA 2 PIANO TERRA)        |
| 98  | LINGUA E STORIA GENOVESE                         | COSTANTINI P.                  | PEGLI - MUSEO NAVALE<br>(AULA CAMINO)               |
| 99  | LINGUA INGLESE E CIVILTÀ<br>ANGLOSASSONE         | BAZURO E.                      | PEGLI - SCUOLA RIZZO<br>(AULA 1 PIANO SECONDO)      |
| 100 | LO STRAORDINARIO MONDO DEI<br>MICROBI            | ROSSI V. / BALDI ZOCCOLA<br>A. | SESTRI - EX BIBL. BRUSCHI<br>VIA VADO 17 (P. TERRA) |
| 101 | MACRAMÈ (A)                                      | LANTERO A. / LASTRUCCI R.      | PEGLI - SCUOLA RIZZO<br>(AULA 1 PIANO TERRA)        |
| 102 | MACRAMÈ (B)                                      | GRASSO M.                      | SESTRI - EX BIBL. BRUSCHI<br>VIA VADO 17 (P. TERRA) |
| 103 | MAGLIA CON FERRI CIRCOLARI                       | RUSSO G.                       | VOLTRI - VIA GUALA 8                                |
| 104 | MAGLIA E UNCINETTO (A)                           | SETZU T.                       | PEGLI - CENTRO CULTURALE                            |
| 105 | MAGLIA E UNCINETTO (B)                           | MANFRIN MORELLI O.             | PRA' - PARROCCHIA S.<br>ROCCO                       |
| 106 | MAGLIA E UNCINETTO 1                             | CULLOTTA M. T.                 | PEGLI - CENTRO SOCIALE<br>"LUISA MONACO"            |
| 107 | MAGLIA E UNCINETTO 2                             | CULLOTTA M. T.                 | PEGLI - CENTRO SOCIALE<br>"LUISA MONACO"            |
| 108 | MEDICINA                                         | MOLINARI F.                    | PEGLI - CAPPELLA DORIA                              |
| 109 | MINDFULNESS                                      | PIERONI V.                     | ONLINE                                              |

## ELENCO ATTIVITÀ

| N°  | Titolo                                                         | Docente         | Sede                                             |
|-----|----------------------------------------------------------------|-----------------|--------------------------------------------------|
| 110 | MODELLISMO NAVALE STATICO ANTICO BASE                          | FRATONI G.      | PEGLI - MUSEO NAVALE (LABORATORIO)               |
| 111 | OLTRE LE NOZIONI BASE DI INFORMATICA: UN APPROCCIO INTERATTIVO | DI LUCIA C.     | PEGLI - MUSEO NAVALE (LAB. INFORMATICA)          |
| 112 | OMEOPATIA                                                      | PARODI A.       | ONLINE                                           |
| 113 | ORTICULTURA                                                    | CERVETTO L.     | PEGLI - MUSEO NAVALE (LABORATORIO)               |
| 114 | PALAZZI DI PONENTE                                             | CONTE P.        | PEGLI - CAPPELLA DORIA                           |
| 115 | PARLIAMO DI SCIENZA                                            | RISSO T.        | PEGLI - MUSEO NAVALE (AULA CAMINO)               |
| 116 | PARLONS DES FEMMES                                             | PIZZORNI M. P.  | PEGLI - SCUOLA ALESSI                            |
| 117 | PATCHWORK                                                      | PATRONE M.      | VOLTRI - VIA GUALA 8                             |
| 118 | PITTURA (A)                                                    | FIGLIOMENO V.   | PEGLI - CENTRO CULTURALE                         |
| 119 | PITTURA (B)                                                    | GARBERO L.      | PEGLI - CENTRO CULTURALE                         |
| 120 | PITTURA (C)                                                    | TOMASSINI P.    | PEGLI - MUSEO NAVALE (LABORATORIO)               |
| 121 | PORTOGHESE (4)                                                 | PONZ D.         | PEGLI - SCUOLA RIZZO (AULA 2 PIANO SECONDO)      |
| 122 | PSICOLOGIA - ANALISI TRANSAZIONALE                             | TAMPONI R.      | SESTRI - EX BIBL. BRUSCHI VIA VADO 17 (P. TERRA) |
| 123 | PSICOLOGIA E VITA                                              | ZAVATTONI V. F. | SESTRI - EX BIBL. BRUSCHI VIA VADO 17 (P. TERRA) |
| 124 | REGINE E PRINCIPESSE INGLES: LA DINASTIA WINDSOR (A)           | GISCARDO M.     | SESTRI - EX BIBL. BRUSCHI VIA VADO 17 (P. TERRA) |
| 125 | REGINE E PRINCIPESSE INGLES: LA DINASTIA WINDSOR (B)           | GISCARDO M.     | PEGLI - MUSEO NAVALE (AULA CAMINO)               |
| 126 | RESTAURO MOBILE ANTICO                                         | PICCARDO A.     | PEGLI - MUSEO NAVALE (LABORATORIO)               |
| 127 | RICAMO                                                         | BANCHERO M. A.  | PEGLI - SCUOLA RIZZO (AULA 1 PIANO TERRA)        |
| 128 | RICAMO PRINCIPIANTI                                            | PASTORINO C.    | PEGLI - SCUOLA RIZZO (AULA 1 PIANO TERRA)        |
| 129 | RUSSO INTERMEDIO                                               | BURTAVEL L. L.  | SESTRI - EX BIBL. BRUSCHI VIA VADO 17 (P. TERRA) |
| 130 | RUSSO PRINCIPIANTI                                             | BURTAVEL L. L.  | SESTRI - EX BIBL. BRUSCHI VIA VADO 17 (P. TERRA) |

## ELENCO ATTIVITÀ

| N°  | Titolo                                       | Docente                    | Sede                                    |
|-----|----------------------------------------------|----------------------------|-----------------------------------------|
| 131 | SCACCHI AVANZATO                             | CARLINI G.                 | PEGLI - COOP LIGURIA                    |
| 132 | SCACCHI PRINCIPIANTI                         | CARLINI G.                 | PEGLI - COOP LIGURIA                    |
| 133 | SCRITTURA CREATIVA                           | CORSO L.                   | PEGLI - COOP LIGURIA                    |
| 134 | SEMIOLOGIA FILOSOFIA PSICOLOGIA DEL CINEMA   | TANZI G.                   | PEGLI - MUSEO NAVALE (AULA CAMINO)      |
| 135 | SMARTPHONE BASE                              | OLIVERI U.                 | PEGLI - MUSEO NAVALE (LAB. INFORMATICA) |
| 136 | SPAGNOLO (2)                                 | ANSALDO M.                 | ONLINE                                  |
| 137 | SPAGNOLO (3)                                 | ANSALDO M.                 | ONLINE                                  |
| 138 | SPAGNOLO 1                                   | NONINO S.                  | PEGLI - MUSEO NAVALE (AULA CAMINO)      |
| 139 | SPAGNOLO 2                                   | NONINO S.                  | PEGLI - MUSEO NAVALE (AULA CAMINO)      |
| 140 | SPAGNOLO CONVERSAZIONE                       | ARISTU P.                  | PEGLI - COOP LIGURIA                    |
| 141 | SPAGNOLO CONVERSAZIONE E GRAMMATICA AVANZATA | NONINO S.                  | PEGLI - MUSEO NAVALE (AULA CAMINO)      |
| 142 | STORIA AMERICANA                             | MORA R.                    | PEGLI - CAPPELLA DORIA                  |
| 143 | STORIA D'ITALIA                              | REPETTO L.                 | PEGLI - MUSEO NAVALE (AULA CAMINO)      |
| 144 | STORIA DEL CINEMA                            | MARINI A.                  | PEGLI - CAPPELLA DORIA                  |
| 145 | STORIA DELL'OPERA LIRICA                     | SACCO M.                   | PEGLI - CAPPELLA DORIA                  |
| 146 | STORIA DI GENOVA E DI PEGLI                  | REPETTO M.                 | PEGLI - MUSEO NAVALE (AULA CAMINO)      |
| 147 | TAGLIO E CUCITO                              | TRAVERSO M.                | PEGLI - CENTRO CULTURALE                |
| 148 | TARSIE LIGNEE                                | DALL'ORTO N.               | PEGLI - CENTRO CULTURALE                |
| 149 | TEDESCO (2)                                  | ANSALDO M.                 | ONLINE                                  |
| 150 | TEDESCO (3)                                  | ANSALDO M.                 | ONLINE                                  |
| 151 | TEDESCO (4)                                  | ANSALDO M.                 | ONLINE                                  |
| 152 | TEDESCO BASE                                 | SPILINGA S.                | PEGLI - CAPPELLA DORIA                  |
| 153 | TEDESCO PLUS                                 | ANSALDO M.                 | ONLINE                                  |
| 154 | TESORI DALLE COLLEZIONI CIVICHE GENOVESI     | GARIBALDI P. / MOLINARI I. | PEGLI - MUSEO DI ARCHEOLOGIA LIGURE     |
| 155 | TOMBOLO E CHIACCHIERINO                      | COZZOLINO M. L.            | PEGLI - CENTRO CULTURALE                |

## ELENCO ATTIVITÀ

| N°                      | Titolo                                  | Docente                                                   | Sede                                                |
|-------------------------|-----------------------------------------|-----------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------|
| 156                     | TROMPE L'OIL E DECORAZIONE              | BARABINO M. L.                                            | PEGLI - MUSEO NAVALE (LABORATORIO)                  |
| 157                     | VIAGGIO NELLA MAGIA DEL DNA (A)         | PARODI B.                                                 | SESTRI - EX BIBL. BRUSCHI VIA VADO 17 (P. TERRA)    |
| 158                     | VIAGGIO NELLA MAGIA DEL DNA (B)         | PARODI B.                                                 | PEGLI - CAPPELLA DORIA                              |
| 159                     | VILLE STORICHE GENOVESI                 | MASSINO S.                                                | PEGLI - MUSEO NAVALE (SALONE ARGONAUTI)             |
| <b>CUP IN MOVIMENTO</b> |                                         |                                                           |                                                     |
| M1                      | BALLI DI GRUPPO 1 - BASE                | PERSICHETTI G.                                            | PEGLI - ASD MULTEDO 1930                            |
| M2                      | BALLI DI GRUPPO 2 - AVANZATO            | PERSICHETTI G.                                            | PEGLI - ASD MULTEDO 1930                            |
| M3                      | BALLO BOOGIE BOOGIE                     | MINNAI C.                                                 | PEGLI - ASD MULTEDO 1930                            |
| M4                      | BILIARDO CON STECCA 1 (PRINCIPIANTI)    | GNEMMI V.                                                 | PEGLI - VIA TEODORO DI MONFERRATO 5 (SALA BILIARDO) |
| M5                      | BILIARDO CON STECCA 2 (PERFEZIONAMENTO) | GNEMMI V.                                                 | PEGLI - VIA TEODORO DI MONFERRATO 5 (SALA BILIARDO) |
| M6                      | BIODANZA                                | CAPECCHI A.                                               | PEGLI - ASD MULTEDO 1930                            |
| M7                      | DANZE POPOLARI DEL MONDO                | CUTTICA M. R. / FOLEGANI P. / PARODI E. / PERASSOLO M. L. | SESTRI - EX BIBL. BRUSCHI VIA VADO 17 (PIANO PRIMO) |
| M8                      | GINNASTICA DOLCE (A)                    | VENERUSO S.                                               | PEGLI - ASD MULTEDO 1930                            |
| M9                      | GINNASTICA DOLCE (B)                    | VENERUSO S.                                               | PEGLI - ASD MULTEDO 1930                            |
| M10                     | GINNASTICA E BENESSERE (A)              | SACCO D.                                                  | PEGLI - ASD MULTEDO 1930                            |
| M11                     | GINNASTICA E BENESSERE (B)              | SACCO D.                                                  | PEGLI - ASD MULTEDO 1930                            |
| M12                     | HATHA YOGA                              | SASSOS M. I.                                              | SESTRI - AUDITORIUM                                 |
| M13                     | MOBILITY, PILATES & YOGA                | ARNONE R.                                                 | PRA' - PARROCCHIA S. ROCCO                          |
| M14                     | PADEL BASE (A)                          | MUNARETTO F.                                              | PRA' - CITY PADEL GENOVA                            |
| M15                     | PADEL BASE (B)                          | MUNARETTO F.                                              | PRA' - CITY PADEL GENOVA                            |
| M16                     | PAGAIAMO SUL DRAGONBOAT                 | FIORI N. / BOZZANO A.                                     | PRA' - GRUPPO SPORTIVO SPERANZA A.S.D.              |
| M17                     | SHIATSU                                 | CAZZULO P. M.                                             | PEGLI - MUSEO NAVALE (LOGGIA LEVANTE)               |

## ELENCO ATTIVITÀ

| N°  | Titolo                                          | Docente                       | Sede                                  |
|-----|-------------------------------------------------|-------------------------------|---------------------------------------|
| M18 | TAIJIQUAN STILE WU                              | RICCIO M. / LUPANO G. / RE G. | PEGLI - ASD MULTEDO 1930              |
| M19 | TANGO ARGENTINO MILONGA E VALS 1 (PRINCIPIANTI) | ROSSI A. T.                   | PEGLI - MUSEO NAVALE (SALONCINO)      |
| M20 | TANGO ARGENTINO MILONGA E VALS 2 (INTERMEDIO)   | ROSSI A. T.                   | PEGLI - MUSEO NAVALE (SALONCINO)      |
| M21 | TENNIS COLLETTIVO PER ADULTI (BASE)             | GIUNIO E.                     | PEGLI - TENNIS CLUB VIA SABOTINO      |
| M22 | TENNIS COLLETTIVO PER ADULTI (AVANZATO)         | GIUNIO E.                     | PEGLI - TENNIS CLUB VIA SABOTINO      |
| M23 | TENNIS PER PRINCIPIANTI (A)                     | BRUZZONE G.                   | PEGLI - TENNIS CLUB JUNIOR- VIA LONGO |
| M24 | TENNIS PER PRINCIPIANTI (B)                     | BRUZZONE G.                   | PEGLI - TENNIS CLUB JUNIOR- VIA LONGO |
| M25 | TENNIS PER PRINCIPIANTI (C)                     | BRUZZONE G.                   | PEGLI - TENNIS CLUB JUNIOR- VIA LONGO |

## ELENCO ATTIVITÀ PER SEDE

| N°                                    | Titolo                                           | Docente                       |
|---------------------------------------|--------------------------------------------------|-------------------------------|
| <b>SEDE: ONLINE</b>                   |                                                  |                               |
| 6                                     | ACQUARELLO ED INCHIOSTRO DELLA PITTURA ORIENTALE | SOMMARIVA G. F.               |
| 8                                     | ANALISI TRANSAZIONALE                            | PIERONI V.                    |
| 47                                    | FRANCESE (2)                                     | ANSALDO M.                    |
| 66                                    | INGLESE                                          | ANSALDO M.                    |
| 68                                    | INGLESE (2)                                      | ANSALDO M.                    |
| 69                                    | INGLESE (3)                                      | ANSALDO M.                    |
| 70                                    | INGLESE (4)                                      | ANSALDO M.                    |
| 83                                    | ITALIANO PER STRANIERI PER ESAME CILS A2         | GIOVINAZZO S.                 |
| 95                                    | LETTURE DAL PURGATORIO (TERZA PARTE)             | PARODI E.                     |
| 109                                   | MINDFULNESS                                      | PIERONI V.                    |
| 112                                   | OMEOPATIA                                        | PARODI A.                     |
| 136                                   | SPAGNOLO (2)                                     | ANSALDO M.                    |
| 137                                   | SPAGNOLO (3)                                     | ANSALDO M.                    |
| 149                                   | TEDESCO (2)                                      | ANSALDO M.                    |
| 150                                   | TEDESCO (3)                                      | ANSALDO M.                    |
| 151                                   | TEDESCO (4)                                      | ANSALDO M.                    |
| 153                                   | TEDESCO PLUS                                     | ANSALDO M.                    |
| <b>SEDE: PEGLI - ASD MULTEDO 1930</b> |                                                  |                               |
| M1                                    | BALLI DI GRUPPO 1 - BASE                         | PERSICHETTI G.                |
| M2                                    | BALLI DI GRUPPO 2 - AVANZATO                     | PERSICHETTI G.                |
| M3                                    | BALLO BOOGIE BOOGIE                              | MINNAI C.                     |
| M6                                    | BIODANZA                                         | CAPECCHI A.                   |
| M8                                    | GINNASTICA DOLCE (A)                             | VENERUSO S.                   |
| M9                                    | GINNASTICA DOLCE (B)                             | VENERUSO S.                   |
| M10                                   | GINNASTICA E BENESSERE (A)                       | SACCO D.                      |
| M11                                   | GINNASTICA E BENESSERE (B)                       | SACCO D.                      |
| M18                                   | TAIJIQUAN STILE WU                               | RICCIO M. / LUPANO G. / RE G. |
| <b>SEDE: PEGLI - CAPPELLA DORIA</b>   |                                                  |                               |

## ELENCO ATTIVITÀ PER SEDE

| N°  | Titolo                                                       | Docente            |
|-----|--------------------------------------------------------------|--------------------|
| 7   | ALDOUS HUXLEY, IL MONDO NUOVO                                | COPOLA PESCE L. F. |
| 9   | AROMATERAPIA                                                 | CECCONI A.         |
| 20  | CAPIRE IL NOSTRO PIANETA                                     | BOZZO E.           |
| 25  | CONVERSANDO DI FILOSOFIA, STORIA, SPIRITUALITÀ               | ALGERI R.          |
| 26  | COOL AS A CUCUMBER! CONVERSAZIONE INGLESE - LIVELLO AVANZATO | WOLOSHEN K.        |
| 34  | DIRITTO PENALE                                               | CALVI L.           |
| 38  | EDUCAZIONE NUTRIZIONALE                                      | SARDI L.           |
| 41  | FILOSOFIA GRECA                                              | ORSINI P.          |
| 42  | FILOSOFIA MODERNA                                            | ORSINI P.          |
| 52  | GEOGRAFIA DEL TURISMO                                        | SACCO M.           |
| 54  | I GRANDI DEL JAZZ                                            | BALOSSINO A.       |
| 56  | IGIENE E SICUREZZA ALIMENTARE                                | SARDI L.           |
| 57  | IL CONDOMINIO                                                | DI LORENZO D.      |
| 58  | IL FRANCESE NELLA CANZONE E NEI TESTI LETTERARI              | MEDUSI V.          |
| 59  | IL MONDO DELLA BIBBIA E GLI ANTICHI IMPERI D'ORIENTE (A)     | MARTINI G. B.      |
| 67  | INGLESE - A PICCOLI PASSI VERSO IL LIVELLO B1                | PAVESE C. A.       |
| 71  | INGLESE AVANZATO                                             | GHIO I.            |
| 72  | INGLESE BASE (LIVELLO A2)                                    | SPILINGA S.        |
| 76  | INGLESE INTERMEDIO (B)                                       | GHIO I.            |
| 77  | INGLESE INTERMEDIO (C)                                       | PRATI S.           |
| 78  | INGLESE INTERMEDIO (LIVELLO B1)                              | SPILINGA S.        |
| 79  | INGLESE PRE-INTERMEDIO                                       | GHIO I.            |
| 80  | INGLESE PRINCIPIANTI                                         | PRATI S.           |
| 108 | MEDICINA                                                     | MOLINARI F.        |
| 114 | PALAZZI DI PONENTE                                           | CONTE P.           |
| 142 | STORIA AMERICANA                                             | MORA R.            |
| 144 | STORIA DEL CINEMA                                            | MARINI A.          |
| 145 | STORIA DELL'OPERA LIRICA                                     | SACCO M.           |
| 152 | TEDESCO BASE                                                 | SPILINGA S.        |

## ELENCO ATTIVITÀ PER SEDE

| N°                                                 | Titolo                                                             | Docente                    |
|----------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------|----------------------------|
| 158                                                | VIAGGIO NELLA MAGIA DEL DNA (B)                                    | PARODI B.                  |
| <b>SEDE: PEGLI - CENTRO CULTURALE</b>              |                                                                    |                            |
| 4                                                  | ACQUAFORTE                                                         | COLLA T. / GELLI L.        |
| 5                                                  | ACQUARELLO CREATIVO                                                | RADICCHI I. A.             |
| 12                                                 | BATIK                                                              | INSOLERA A.                |
| 21                                                 | CERAMICA                                                           | SANNA M. V.                |
| 29                                                 | CUCITO CREATIVO BASE                                               | VENTURINI M. T.            |
| 31                                                 | DECORAZIONE FLOREALE                                               | ROSSI E.                   |
| 32                                                 | DECOUPAGE                                                          | PIANA P.                   |
| 61                                                 | IL MONDO DI DANTE: VITA OPERE E ALCUNI CANTI DELLA DIVINA COMMEDIA | VALENTINO L.               |
| 104                                                | MAGLIA E UNCINETTO (A)                                             | SETZU T.                   |
| 118                                                | PITTURA (A)                                                        | FIGLIOMENO V.              |
| 119                                                | PITTURA (B)                                                        | GARBERO L.                 |
| 147                                                | TAGLIO E CUCITO                                                    | TRAVERSO M.                |
| 148                                                | TARSIE LIGNEE                                                      | DALL'ORTO N.               |
| 155                                                | TOMBOLO E CHIACCHIERINO                                            | COZZOLINO M. L.            |
| <b>SEDE: PEGLI - CENTRO SOCIALE "LUIZA MONACO"</b> |                                                                    |                            |
| 2                                                  | A SCUOLA DI CUCINA                                                 | D'AMICO S.                 |
| 13                                                 | BRIDGE (A)                                                         | RISSOTTO F.                |
| 15                                                 | BURRACO PRINCIPIANTI ASSOLUTI                                      | SORBARA A.                 |
| 106                                                | MAGLIA E UNCINETTO 1                                               | CULLOTTA M. T.             |
| 107                                                | MAGLIA E UNCINETTO 2                                               | CULLOTTA M. T.             |
| <b>SEDE: PEGLI - COOP LIGURIA</b>                  |                                                                    |                            |
| 131                                                | SCACCHI AVANZATO                                                   | CARLINI G.                 |
| 132                                                | SCACCHI PRINCIPIANTI                                               | CARLINI G.                 |
| 133                                                | SCRITTURA CREATIVA                                                 | CORSO L.                   |
| 140                                                | SPAGNOLO CONVERSAZIONE                                             | ARISTU P.                  |
| <b>SEDE: PEGLI - MUSEO DI ARCHEOLOGIA LIGURE</b>   |                                                                    |                            |
| 154                                                | TESORI DALLE COLLEZIONI CIVICHE GENOVESI                           | GARIBALDI P. / MOLINARI I. |

## ELENCO ATTIVITÀ PER SEDE

| N°                                                   | Titolo                                                                 | Docente                     |
|------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|
| <b>SEDE: PEGLI - MUSEO NAVALE (AULA CAMINO)</b>      |                                                                        |                             |
| 3                                                    | A TU PER TU CON IL MEDICO                                              | GAGGERO A.                  |
| 10                                                   | ASTROLOGIA                                                             | CORTESE M. / BORGATTI R.    |
| 19                                                   | CANZONI DEL MONDO ANGLOSASSONE                                         | BENVENUTO E. S.             |
| 27                                                   | COSE DELL'ALTRO MONDO. IL MITO 3                                       | TANZI G.                    |
| 37                                                   | EDUCAZIONE FINANZIARIA                                                 | GAGGERO G.                  |
| 39                                                   | ENOGASTRONOMIA                                                         | DE BELATH B.                |
| 43                                                   | FITOTERAPIA                                                            | ZANGARI C. L.               |
| 44                                                   | FOTOGRAFIA BASE                                                        | CONTE P.                    |
| 46                                                   | FOTOGRAFIAMO INSIEME COL CELLULARE                                     | MINOTTI C. / BARBAGELATA L. |
| 63                                                   | IL VANGELO SECONDO MATTEO                                              | CATTANEO D. P.              |
| 73                                                   | INGLESE CONVERSAZIONE INTERMEDIO - SUPERIORE LIVELLO INDIPENDENTE (B2) | ASTARITA C.                 |
| 74                                                   | INGLESE CONVERSAZIONE INTERMEDIO/AVANZATO (B2/C1)                      | GHINELLI A.                 |
| 98                                                   | LINGUA E STORIA GENOVESE                                               | COSTANTINI P.               |
| 115                                                  | PARLIAMO DI SCIENZA                                                    | RISSO T.                    |
| 125                                                  | REGINE E PRINCIPESSA INGLESI: LA DINASTIA WINDSOR (B)                  | GISCARDO M.                 |
| 134                                                  | SEMILOGIA FILOSOFIA PSICOLOGIA DEL CINEMA                              | TANZI G.                    |
| 138                                                  | SPAGNOLO 1                                                             | NONINO S.                   |
| 139                                                  | SPAGNOLO 2                                                             | NONINO S.                   |
| 141                                                  | SPAGNOLO CONVERSAZIONE E GRAMMATICA AVANZATA                           | NONINO S.                   |
| 143                                                  | STORIA D'ITALIA                                                        | REPETTO L.                  |
| 146                                                  | STORIA DI GENOVA E DI PEGLI                                            | REPETTO M.                  |
| <b>SEDE: PEGLI - MUSEO NAVALE (LAB. INFORMATICA)</b> |                                                                        |                             |
| 1                                                    | A I - INTELLIGENZA ARTIFICIALE BASE                                    | OLIVERI U.                  |
| 64                                                   | INFORMATICA BASE (S.O. WINDOWS)                                        | OLIVERI U.                  |
| 65                                                   | INFORMATICA BASE, LO SMARTPHONE , LA DOMOTICA                          | CAVALLETTI C.               |
| 111                                                  | OLTRE LE NOZIONI BASE DI INFORMATICA: UN APPROCCIO INTERATTIVO         | DI LUCIA C.                 |

## ELENCO ATTIVITÀ PER SEDE

| N°                                                   | Titolo                                                                         | Docente                   |
|------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|
| 135                                                  | SMARTPHONE BASE                                                                | OLIVERI U.                |
| <b>SEDE: PEGLI - MUSEO NAVALE (LABORATORIO)</b>      |                                                                                |                           |
| 35                                                   | DISEGNO                                                                        | MANDICA A.                |
| 53                                                   | GIARDINAGGIO                                                                   | CERVETTO L.               |
| 81                                                   | INTAGLIO A PUNTA DI COLTELLO                                                   | PARODI G. B.              |
| 91                                                   | LAVORAZIONE RAME A SBALZO E INCISIONE ARDESIA                                  | MASNATA G. / PARODI G. B. |
| 93                                                   | LEGATORIA LIVELLO 1                                                            | VARINI C.                 |
| 110                                                  | MODELLISMO NAVALE STATICO ANTICO BASE                                          | FRATONI G.                |
| 113                                                  | ORTICULTURA                                                                    | CERVETTO L.               |
| 120                                                  | PITTURA (C)                                                                    | TOMASSINI P.              |
| 126                                                  | RESTAURO MOBILE ANTICO                                                         | PICCARDO A.               |
| 156                                                  | TROMPE L'OEIL E DECORAZIONE                                                    | BARABINO M. L.            |
| <b>SEDE: PEGLI - MUSEO NAVALE (LOGGIA LEVANTE)</b>   |                                                                                |                           |
| M17                                                  | SHIATSU                                                                        | CAZZULO P. M.             |
| <b>SEDE: PEGLI - MUSEO NAVALE (SALONCINO)</b>        |                                                                                |                           |
| 22                                                   | CHE FARE IN ATTESA DEL "1-1-8"                                                 | GALUPPI G.                |
| 82                                                   | ITALIANO PER STRANIERI                                                         | RUSSO I.                  |
| M19                                                  | TANGO ARGENTINO MILONGA E VALS 1 (PRINCIPIANTI)                                | ROSSI A. T.               |
| M20                                                  | TANGO ARGENTINO MILONGA E VALS 2 (INTERMEDIO)                                  | ROSSI A. T.               |
| <b>SEDE: PEGLI - MUSEO NAVALE (SALONE ARGONAUTI)</b> |                                                                                |                           |
| 30                                                   | CULTURA CLASSICA                                                               | MASSINO S.                |
| 50                                                   | GENOVA E LA SUA STORIA                                                         | DAGNINO E.                |
| 84                                                   | L'ARCHITETTURA DI GENOVA (E NON SOLO...) ATTRAVERSO LA STRATIFICAZIONE STORICA | PITTALUGA P.              |
| 87                                                   | LA CULTURA ARTISTICA A GENOVA TRA FINE OTTOCENTO E INIZI NOVECENTO             | MANARA E.                 |
| 94                                                   | LETTERATURA ITALIANA CONTEMPORANEA                                             | MILITELLO A.              |
| 159                                                  | VILLE STORICHE GENOVESI                                                        | MASSINO S.                |
| <b>SEDE: PEGLI - SALONE PALAZZO COMUNALE</b>         |                                                                                |                           |
| 88                                                   | LA STORIA SIAMO NOI                                                            | ZUFFANTI S.               |

## ELENCO ATTIVITÀ PER SEDE

| N°                                                              | Titolo                                                                | Docente                   |
|-----------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|---------------------------|
| <b>SEDE: PEGLI - SCUOLA ALESSI</b>                              |                                                                       |                           |
| 116                                                             | PARLONS DES FEMMES                                                    | PIZZORNI M. P.            |
| <b>SEDE: PEGLI - SCUOLA RIZZO (AULA 1 PIANO SECONDO)</b>        |                                                                       |                           |
| 49                                                              | FRANCESE: CONVERSAZIONE INTERATTIVA DIVERTENTE                        | PERATTI D.                |
| 99                                                              | LINGUA INGLESE E CIVILTÀ ANGLOSASSONE                                 | BAZURO E.                 |
| <b>SEDE: PEGLI - SCUOLA RIZZO (AULA 1 PIANO TERRA)</b>          |                                                                       |                           |
| 33                                                              | DIRITTO COSTITUZIONALE COMPARATO                                      | DURANTE E.                |
| 55                                                              | I MISTERI D'ITALIA TRA MAFIA E STRATEGIA DELLA TENSIONE               | VALENTINO L.              |
| 101                                                             | MACRAMÈ (A)                                                           | LANTERO A. / LASTRUCCI R. |
| 127                                                             | RICAMO                                                                | BANCHERO M. A.            |
| 128                                                             | RICAMO PRINCIPIANTI                                                   | PASTORINO C.              |
| <b>SEDE: PEGLI - SCUOLA RIZZO (AULA 2 PIANO SECONDO)</b>        |                                                                       |                           |
| 48                                                              | FRANCESE (3)                                                          | RATTOTTI M. / PONZ D.     |
| 121                                                             | PORTOGHESE (4)                                                        | PONZ D.                   |
| <b>SEDE: PEGLI - SCUOLA RIZZO (AULA 2 PIANO TERRA)</b>          |                                                                       |                           |
| 23                                                              | CHIACCHIERINO                                                         | COZZOLINO M. L.           |
| 24                                                              | CONOSCI TE STESSO (E CONOSCERAI L'UNIVERSO E GLI DEI TUTTI) [SOCRATE] | ZAPPA R.                  |
| 45                                                              | FOTOGRAFIA NATURALISTICA BASE                                         | DE SOLE L.                |
| 97                                                              | LINGUA CINESE (2)                                                     | DE SOLE L.                |
| <b>SEDE: PEGLI - TENNIS CLUB JUNIOR- VIA LONGO</b>              |                                                                       |                           |
| M23                                                             | TENNIS PER PRINCIPIANTI (A)                                           | BRUZZONE G.               |
| M24                                                             | TENNIS PER PRINCIPIANTI (B)                                           | BRUZZONE G.               |
| M25                                                             | TENNIS PER PRINCIPIANTI (C)                                           | BRUZZONE G.               |
| <b>SEDE: PEGLI - TENNIS CLUB VIA SABOTINO</b>                   |                                                                       |                           |
| M21                                                             | TENNIS COLLETTIVO PER ADULTI (BASE)                                   | GIUNIO E.                 |
| M22                                                             | TENNIS COLLETTIVO PER ADULTI (AVANZATO)                               | GIUNIO E.                 |
| <b>SEDE: PEGLI- VIA TEODORO DI MONFERRATO 5 (SALA BILIARDO)</b> |                                                                       |                           |
| M4                                                              | BILIARDO CON STECCA 1 (PRINCIPIANTI)                                  | GNEMMI V.                 |

## ELENCO ATTIVITÀ PER SEDE

| N°                                                            | Titolo                                                               | Docente                     |
|---------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------|-----------------------------|
| M5                                                            | BILIARDO CON STECCA 2 (PERFEZIONAMENTO)                              | GNEMMI V.                   |
| <b>SEDE: PRA' - CITY PADEL GENOVA</b>                         |                                                                      |                             |
| M14                                                           | PADEL BASE (A)                                                       | MUNARETTO F.                |
| M15                                                           | PADEL BASE (B)                                                       | MUNARETTO F.                |
| <b>SEDE: PRA' - GRUPPO SPORTIVO SPERANZA A.S.D.</b>           |                                                                      |                             |
| M16                                                           | PAGAIAMO SUL DRAGONBOAT                                              | FIORI N. / BOZZANO A.       |
| <b>SEDE: PRA' - PARROCCHIA S. ROCCO</b>                       |                                                                      |                             |
| 36                                                            | DISEGNO A CARBONCINO E PASTELLI                                      | DURANTE B.                  |
| 105                                                           | MAGLIA E UNCINETTO (B)                                               | MANFRIN MORELLI O.          |
| M13                                                           | MOBILITY, PILATES & YOGA                                             | ARNONE R.                   |
| <b>SEDE: SESTRI - AUDITORIUM</b>                              |                                                                      |                             |
| 51                                                            | GENOVA E LA SUA STORIA CIVILE E INDUSTRIALE                          | DAGNINO E.                  |
| 90                                                            | LABORATORIO TEATRALE                                                 | NICORA A.                   |
| M12                                                           | HATHA YOGA                                                           | SASSOS M. I.                |
| <b>SEDE: SESTRI - EX BIBL. BRUSCHI VIA VADO 17 (P. TERRA)</b> |                                                                      |                             |
| 40                                                            | ETRUSCOLOGIA ED ARCHEOLOGIA ITALICA                                  | CARLEVARO E. R.             |
| 60                                                            | IL MONDO DELLA BIBBIA E GLI ANTICHI IMPERI D'ORIENTE (B)             | MARTINI G. B.               |
| 62                                                            | IL SAECULUM OBSCURUM                                                 | MUNARETTO F.                |
| 75                                                            | INGLESE INTERMEDIO (A)                                               | FERRARI I.                  |
| 85                                                            | L'EVOLUZIONE DELL'EROE E DELL'ANTIEROE NELLA LETTERATURA OCCIDENTALE | ROMAGNOLI E.                |
| 86                                                            | LA CHIMICA IN CUCINA                                                 | BINI S.                     |
| 89                                                            | LA VECCHIA SESTRI Ponente                                            | BOTTERO C.                  |
| 92                                                            | LE FRANÇAIS EN ACTION – PRIMO LIVELLO                                | TORRINI R.                  |
| 100                                                           | LO STRAORDINARIO MONDO DEI MICROBI                                   | ROSSI V. / BALDI ZOCCOLA A. |
| 102                                                           | MACRAMÈ (B)                                                          | GRASSO M.                   |
| 122                                                           | PSICOLOGIA - ANALISI TRANSAZIONALE                                   | TAMPONI R.                  |
| 123                                                           | PSICOLOGIA E VITA                                                    | ZAVATTONI V. F.             |
| 124                                                           | REGINE E PRINCIPESSE INGLESI: LA DINASTIA WINDSOR (A)                | GISCARDO M.                 |

## ELENCO ATTIVITÀ PER SEDE

| N°                                                               | Titolo                                       | Docente                                                   |
|------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------|-----------------------------------------------------------|
| 129                                                              | RUSSO INTERMEDIO                             | BURTAVEL L. L.                                            |
| 130                                                              | RUSSO PRINCIPIANTI                           | BURTAVEL L. L.                                            |
| 157                                                              | VIAGGIO NELLA MAGIA DEL DNA (A)              | PARODI B.                                                 |
| <b>SEDE: SESTRI - EX BIBL. BRUSCHI VIA VADO 17 (PIANO PRIMO)</b> |                                              |                                                           |
| M7                                                               | DANZE POPOLARI DEL MONDO                     | CUTTICA M. R. / FOLEGANI P. / PARODI E. / PERASSOLO M. L. |
| <b>SEDE: SESTRI - SEDE A.N.A.</b>                                |                                              |                                                           |
| 14                                                               | BRIDGE (B)                                   | RISSOTTO F.                                               |
| <b>SEDE: VOLTRI - ORATORIO "MORTE E ORAZIONE"</b>                |                                              |                                                           |
| 11                                                               | ASTRONOMIA                                   | PESCE R.                                                  |
| 96                                                               | LINEAMENTI DI STORIA DELL'ARTE. IL NOVECENTO | SPADA E.                                                  |
| <b>SEDE: VOLTRI - VIA GUALA 8</b>                                |                                              |                                                           |
| 16                                                               | CAMICERIA E NON SOLO (A)                     | BENINCASA L.                                              |
| 17                                                               | CAMICERIA E NON SOLO (B)                     | BENINCASA L.                                              |
| 18                                                               | CAMICERIA E NON SOLO (C)                     | BENINCASA L.                                              |
| 28                                                               | CUCITO                                       | VICO M. G.                                                |
| 103                                                              | MAGLIA CON FERRI CIRCOLARI                   | RUSSO G.                                                  |
| 117                                                              | PATCHWORK                                    | PATRONE M.                                                |

## ELENCO ATTIVITÀ PER AMBITO DISCIPLINARE

| N°                                   | Titolo                                                                               | Docente                          | Sede                                                |
|--------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|-----------------------------------------------------|
| <b>AMBITO: ALIMENTAZIONE</b>         |                                                                                      |                                  |                                                     |
| 38                                   | EDUCAZIONE NUTRIZIONALE                                                              | SARDI L.                         | PEGLI - CAPPELLA DORIA                              |
| 56                                   | IGIENE E SICUREZZA ALIMENTARE                                                        | SARDI L.                         | PEGLI - CAPPELLA DORIA                              |
| <b>AMBITO: ARCHEOLOGIA</b>           |                                                                                      |                                  |                                                     |
| 40                                   | ETRUSCOLOGIA ED ARCHEOLOGIA ITALICA                                                  | CARLEVARO E. R.                  | SESTRI - EX BIBL. BRUSCHI<br>VIA VADO 17 (P. TERRA) |
| 154                                  | TESORI DALLE COLLEZIONI CIVICHE<br>GENOVESI                                          | GARIBALDI P. / MOLINARI I.       | PEGLI - MUSEO DI<br>ARCHEOLOGIA LIGURE              |
| <b>AMBITO: ARCHITETTURA</b>          |                                                                                      |                                  |                                                     |
| 84                                   | L'ARCHITETTURA DI GENOVA (E NON<br>SOLO...) ATTRAVERSO LA<br>STRATIFICAZIONE STORICA | PITTALUGA P.                     | PEGLI - MUSEO NAVALE<br>(SALONE ARGONAUTI)          |
| <b>AMBITO: ARTE</b>                  |                                                                                      |                                  |                                                     |
| 4                                    | ACQUAFORTE                                                                           | COLLA T. / GELLI L.              | PEGLI - CENTRO CULTURALE                            |
| 5                                    | ACQUARELLO CREATIVO                                                                  | RADICCHI I. A.                   | PEGLI - CENTRO CULTURALE                            |
| 6                                    | ACQUARELLO ED INCHIOSTRO DELLA<br>PITTURA ORIENTALE                                  | SOMMARIVA G. F.                  | ONLINE                                              |
| 35                                   | DISEGNO                                                                              | MANDICA A.                       | PEGLI - MUSEO NAVALE<br>(LABORATORIO)               |
| 36                                   | DISEGNO A CARBONCINO E PASTELLI                                                      | DURANTE B.                       | PRA' - PARROCCHIA S.<br>ROCCO                       |
| 96                                   | LINEAMENTI DI STORIA DELL'ARTE. IL<br>NOVECENTO                                      | SPADA E.                         | VOLTRI - ORATORIO<br>"MORTE E ORAZIONE"             |
| 118                                  | PITTURA (A)                                                                          | FIGLIOMENO V.                    | PEGLI - CENTRO CULTURALE                            |
| 119                                  | PITTURA (B)                                                                          | GARBERO L.                       | PEGLI - CENTRO CULTURALE                            |
| 120                                  | PITTURA (C)                                                                          | TOMASSINI P.                     | PEGLI - MUSEO NAVALE<br>(LABORATORIO)               |
| <b>AMBITO: ARTI MARZIALI</b>         |                                                                                      |                                  |                                                     |
| M18                                  | TAIJIQUAN STILE WU                                                                   | RICCIO M. / LUPANO G. / RE<br>G. | PEGLI - ASD MULTEDO 1930                            |
| <b>AMBITO: ARTIGIANATO ARTISTICO</b> |                                                                                      |                                  |                                                     |
| 12                                   | BATIK                                                                                | INSOLERA A.                      | PEGLI - CENTRO CULTURALE                            |
| 21                                   | CERAMICA                                                                             | SANNA M. V.                      | PEGLI - CENTRO CULTURALE                            |

## ELENCO ATTIVITÀ PER AMBITO DISCIPLINARE

| N°                        | Titolo                                           | Docente                   | Sede                                                |
|---------------------------|--------------------------------------------------|---------------------------|-----------------------------------------------------|
| 23                        | CHIACCHERINO                                     | COZZOLINO M. L.           | PEGLI - SCUOLA RIZZO<br>(AULA 2 PIANO TERRA)        |
| 31                        | DECORAZIONE FLOREALE                             | ROSSI E.                  | PEGLI - CENTRO CULTURALE                            |
| 32                        | DECOUPAGE                                        | PIANA P.                  | PEGLI - CENTRO CULTURALE                            |
| 81                        | INTAGLIO A PUNTA DI COLTELLO                     | PARODI G. B.              | PEGLI - MUSEO NAVALE<br>(LABORATORIO)               |
| 91                        | LAVORAZIONE RAME A SBALZO E<br>INCISIONE ARDESIA | MASNATA G. / PARODI G. B. | PEGLI - MUSEO NAVALE<br>(LABORATORIO)               |
| 93                        | LEGATORIA LIVELLO 1                              | VARINI C.                 | PEGLI - MUSEO NAVALE<br>(LABORATORIO)               |
| 101                       | MACRAMÈ (A)                                      | LANTERO A. / LASTRUCCI R. | PEGLI - SCUOLA RIZZO<br>(AULA 1 PIANO TERRA)        |
| 102                       | MACRAMÈ (B)                                      | GRASSO M.                 | SESTRI - EX BIBL. BRUSCHI<br>VIA VADO 17 (P. TERRA) |
| 103                       | MAGLIA CON FERRI CIRCOLARI                       | RUSSO G.                  | VOLTRI - VIA GUALA 8                                |
| 104                       | MAGLIA E UNCINETTO (A)                           | SETZU T.                  | PEGLI - CENTRO CULTURALE                            |
| 105                       | MAGLIA E UNCINETTO (B)                           | MANFRIN MORELLI O.        | PRA' - PARROCCHIA S.<br>ROCCO                       |
| 106                       | MAGLIA E UNCINETTO 1                             | CULLOTTA M. T.            | PEGLI - CENTRO SOCIALE<br>"LUISA MONACO"            |
| 107                       | MAGLIA E UNCINETTO 2                             | CULLOTTA M. T.            | PEGLI - CENTRO SOCIALE<br>"LUISA MONACO"            |
| 117                       | PATCHWORK                                        | PATRONE M.                | VOLTRI - VIA GUALA 8                                |
| 126                       | RESTAURO MOBILE ANTICO                           | PICCARDO A.               | PEGLI - MUSEO NAVALE<br>(LABORATORIO)               |
| 127                       | RICAMO                                           | BANCHERO M. A.            | PEGLI - SCUOLA RIZZO<br>(AULA 1 PIANO TERRA)        |
| 128                       | RICAMO PRINCIPIANTI                              | PASTORINO C.              | PEGLI - SCUOLA RIZZO<br>(AULA 1 PIANO TERRA)        |
| 148                       | TARSIE LIGNEE                                    | DALL'ORTO N.              | PEGLI - CENTRO CULTURALE                            |
| 155                       | TOMBOLO E CHIACCHERINO                           | COZZOLINO M. L.           | PEGLI - CENTRO CULTURALE                            |
| 156                       | TROMPE L'OEIL E DECORAZIONE                      | BARABINO M. L.            | PEGLI - MUSEO NAVALE<br>(LABORATORIO)               |
| <b>AMBITO: ASTROLOGIA</b> |                                                  |                           |                                                     |
| 10                        | ASTROLOGIA                                       | CORTESE M. / BORGATTI R.  | PEGLI - MUSEO NAVALE<br>(AULA CAMINO)               |

## ELENCO ATTIVITÀ PER AMBITO DISCIPLINARE

| N°                                     | Titolo                                                                | Docente                                                   | Sede                                                |
|----------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------|
| <b>AMBITO: CINEMA</b>                  |                                                                       |                                                           |                                                     |
| 134                                    | SEMIOLOGIA FILOSOFIA PSICOLOGIA DEL CINEMA                            | TANZI G.                                                  | PEGLI - MUSEO NAVALE (AULA CAMINO)                  |
| 144                                    | STORIA DEL CINEMA                                                     | MARINI A.                                                 | PEGLI - CAPPELLA DORIA                              |
| <b>AMBITO: DANZA</b>                   |                                                                       |                                                           |                                                     |
| M1                                     | BALLI DI GRUPPO 1 - BASE                                              | PERSICHETTI G.                                            | PEGLI - ASD MULTEDO 1930                            |
| M2                                     | BALLI DI GRUPPO 2 - AVANZATO                                          | PERSICHETTI G.                                            | PEGLI - ASD MULTEDO 1930                            |
| M3                                     | BALLO BOOGIE BOOGIE                                                   | MINNAI C.                                                 | PEGLI - ASD MULTEDO 1930                            |
| M7                                     | DANZE POPOLARI DEL MONDO                                              | CUTTICA M. R. / FOLEGANI P. / PARODI E. / PERASSOLO M. L. | SESTRI - EX BIBL. BRUSCHI VIA VADO 17 (PIANO PRIMO) |
| M19                                    | TANGO ARGENTINO MILONGA E VALS 1 (PRINCIPIANTI)                       | ROSSI A. T.                                               | PEGLI - MUSEO NAVALE (SALONCINO)                    |
| M20                                    | TANGO ARGENTINO MILONGA E VALS 2 (INTERMEDIO)                         | ROSSI A. T.                                               | PEGLI - MUSEO NAVALE (SALONCINO)                    |
| <b>AMBITO: DIRITTO</b>                 |                                                                       |                                                           |                                                     |
| 33                                     | DIRITTO COSTITUZIONALE COMPARATO                                      | DURANTE E.                                                | PEGLI - SCUOLA RIZZO (AULA 1 PIANO TERRA)           |
| 34                                     | DIRITTO PENALE                                                        | CALVI L.                                                  | PEGLI - CAPPELLA DORIA                              |
| 57                                     | IL CONDOMINIO                                                         | DI LORENZO D.                                             | PEGLI - CAPPELLA DORIA                              |
| <b>AMBITO: DISCIPLINE BIO-NATURALI</b> |                                                                       |                                                           |                                                     |
| M6                                     | BIODANZA                                                              | CAPECCHI A.                                               | PEGLI - ASD MULTEDO 1930                            |
| M12                                    | HATHA YOGA                                                            | SASSOS M. I.                                              | SESTRI - AUDITORIUM                                 |
| M17                                    | SHIATSU                                                               | CAZZULO P. M.                                             | PEGLI - MUSEO NAVALE (LOGGIA LEVANTE)               |
| <b>AMBITO: ECONOMIA</b>                |                                                                       |                                                           |                                                     |
| 37                                     | EDUCAZIONE FINANZIARIA                                                | GAGGERO G.                                                | PEGLI - MUSEO NAVALE (AULA CAMINO)                  |
| <b>AMBITO: FILOSOFIA</b>               |                                                                       |                                                           |                                                     |
| 24                                     | CONOSCI TE STESSO (E CONOSCERAI L'UNIVERSO E GLI DEI TUTTI) [SOCRATE] | ZAPPA R.                                                  | PEGLI - SCUOLA RIZZO (AULA 2 PIANO TERRA)           |
| 25                                     | CONVERSANDO DI FILOSOFIA, STORIA, SPIRITUALITÀ                        | ALGERI R.                                                 | PEGLI - CAPPELLA DORIA                              |
| 41                                     | FILOSOFIA GRECA                                                       | ORSINI P.                                                 | PEGLI - CAPPELLA DORIA                              |

## ELENCO ATTIVITÀ PER AMBITO DISCIPLINARE

| N°                              | Titolo                             | Docente                     | Sede                                      |
|---------------------------------|------------------------------------|-----------------------------|-------------------------------------------|
| 42                              | FILOSOFIA MODERNA                  | ORSINI P.                   | PEGLI - CAPPELLA DORIA                    |
| <b>AMBITO: FITNESS</b>          |                                    |                             |                                           |
| M8                              | GINNASTICA DOLCE (A)               | VENERUSO S.                 | PEGLI - ASD MULTEDO 1930                  |
| M9                              | GINNASTICA DOLCE (B)               | VENERUSO S.                 | PEGLI - ASD MULTEDO 1930                  |
| M10                             | GINNASTICA E BENESSERE (A)         | SACCO D.                    | PEGLI - ASD MULTEDO 1930                  |
| M11                             | GINNASTICA E BENESSERE (B)         | SACCO D.                    | PEGLI - ASD MULTEDO 1930                  |
| M13                             | MOBILITY, PILATES & YOGA           | ARNONE R.                   | PRA' - PARROCCHIA S. ROCCO                |
| <b>AMBITO: FOTOGRAFIA</b>       |                                    |                             |                                           |
| 44                              | FOTOGRAFIA BASE                    | CONTE P.                    | PEGLI - MUSEO NAVALE (AULA CAMINO)        |
| 45                              | FOTOGRAFIA NATURALISTICA BASE      | DE SOLE L.                  | PEGLI - SCUOLA RIZZO (AULA 2 PIANO TERRA) |
| 46                              | FOTOGRAFIAMO INSIEME COL CELLULARE | MINOTTI C. / BARBAGELATA L. | PEGLI - MUSEO NAVALE (AULA CAMINO)        |
| <b>AMBITO: GASTRONOMIA</b>      |                                    |                             |                                           |
| 2                               | A SCUOLA DI CUCINA                 | D'AMICO S.                  | PEGLI - CENTRO SOCIALE "LUISA MONACO"     |
| 39                              | ENOGASTRONOMIA                     | DE BELATH B.                | PEGLI - MUSEO NAVALE (AULA CAMINO)        |
| <b>AMBITO: GIARDINAGGIO</b>     |                                    |                             |                                           |
| 53                              | GIARDINAGGIO                       | CERVETTO L.                 | PEGLI - MUSEO NAVALE (LABORATORIO)        |
| 113                             | ORTICULTURA                        | CERVETTO L.                 | PEGLI - MUSEO NAVALE (LABORATORIO)        |
| <b>AMBITO: GIOCHI DA TAVOLO</b> |                                    |                             |                                           |
| 13                              | BRIDGE (A)                         | RISSOTTO F.                 | PEGLI - CENTRO SOCIALE "LUISA MONACO"     |
| 14                              | BRIDGE (B)                         | RISSOTTO F.                 | SESTRI - SEDE A.N.A.                      |
| 15                              | BURRACO PRINCIPIANTI ASSOLUTI      | SORBARA A.                  | PEGLI - CENTRO SOCIALE "LUISA MONACO"     |
| 131                             | SCACCHI AVANZATO                   | CARLINI G.                  | PEGLI - COOP LIGURIA                      |
| 132                             | SCACCHI PRINCIPIANTI               | CARLINI G.                  | PEGLI - COOP LIGURIA                      |

## ELENCO ATTIVITÀ PER AMBITO DISCIPLINARE

| N°                         | Titolo                                                             | Docente               | Sede                                             |
|----------------------------|--------------------------------------------------------------------|-----------------------|--------------------------------------------------|
| <b>AMBITO: INFORMATICA</b> |                                                                    |                       |                                                  |
| 1                          | A I - INTELLIGENZA ARTIFICIALE BASE                                | OLIVERI U.            | PEGLI - MUSEO NAVALE (LAB. INFORMATICA)          |
| 64                         | INFORMATICA BASE (S.O. WINDOWS)                                    | OLIVERI U.            | PEGLI - MUSEO NAVALE (LAB. INFORMATICA)          |
| 65                         | INFORMATICA BASE, LO SMARTPHONE , LA DOMOTICA                      | CAVALLETTI C.         | PEGLI - MUSEO NAVALE (LAB. INFORMATICA)          |
| 111                        | OLTRE LE NOZIONI BASE DI INFORMATICA: UN APPROCCIO INTERATTIVO     | DI LUCIA C.           | PEGLI - MUSEO NAVALE (LAB. INFORMATICA)          |
| 135                        | SMARTPHONE BASE                                                    | OLIVERI U.            | PEGLI - MUSEO NAVALE (LAB. INFORMATICA)          |
| <b>AMBITO: LETTERATURA</b> |                                                                    |                       |                                                  |
| 61                         | IL MONDO DI DANTE: VITA OPERE E ALCUNI CANTI DELLA DIVINA COMMEDIA | VALENTINO L.          | PEGLI - CENTRO CULTURALE                         |
| 85                         | L'EVOLUZIONE DELL'EROE E DELL'ANTIEROE NELLA LETTERATURA           | ROMAGNOLI E.          | SESTRI - EX BIBL. BRUSCHI VIA VADO 17 (P. TERRA) |
| 94                         | LETTERATURA ITALIANA CONTEMPORANEA                                 | MILITELLO A.          | PEGLI - MUSEO NAVALE (SALONE ARGONAUTI)          |
| 95                         | LETTURE DAL PURGATORIO (TERZA PARTE)                               | PARODI E.             | ONLINE                                           |
| 133                        | SCRITTURA CREATIVA                                                 | CORSO L.              | PEGLI - COOP LIGURIA                             |
| <b>AMBITO: LINGUE</b>      |                                                                    |                       |                                                  |
| 7                          | ALDOUS HUXLEY, IL MONDO NUOVO                                      | COPIA PESCE L. F.     | PEGLI - CAPPELLA DORIA                           |
| 26                         | COOL AS A CUCUMBER! CONVERSAZIONE INGLESE - LIVELLO AVANZATO       | WOLOSHEN K.           | PEGLI - CAPPELLA DORIA                           |
| 47                         | FRANCESE (2)                                                       | ANSALDO M.            | ONLINE                                           |
| 48                         | FRANCESE (3)                                                       | RATTOTTI M. / PONZ D. | PEGLI - SCUOLA RIZZO (AULA 2 PIANO SECONDO)      |
| 49                         | FRANCESE: CONVERSAZIONE INTERATTIVA DIVERTENTE                     | PERATTI D.            | PEGLI - SCUOLA RIZZO (AULA 1 PIANO SECONDO)      |
| 58                         | IL FRANCESE NELLA CANZONE E NEI TESTI LETTERARI                    | MEDUSI V.             | PEGLI - CAPPELLA DORIA                           |
| 66                         | INGLESE                                                            | ANSALDO M.            | ONLINE                                           |
| 67                         | INGLESE - A PICCOLI PASSI VERSO IL LIVELLO B1                      | PAVESE C. A.          | PEGLI - CAPPELLA DORIA                           |
| 68                         | INGLESE (2)                                                        | ANSALDO M.            | ONLINE                                           |

## ELENCO ATTIVITÀ PER AMBITO DISCIPLINARE

| N°  | Titolo                                                                 | Docente        | Sede                                             |
|-----|------------------------------------------------------------------------|----------------|--------------------------------------------------|
| 69  | INGLESE (3)                                                            | ANSALDO M.     | ONLINE                                           |
| 70  | INGLESE (4)                                                            | ANSALDO M.     | ONLINE                                           |
| 71  | INGLESE AVANZATO                                                       | GHIO I.        | PEGLI - CAPPELLA DORIA                           |
| 72  | INGLESE BASE (LIVELLO A2)                                              | SPILINGA S.    | PEGLI - CAPPELLA DORIA                           |
| 73  | INGLESE CONVERSAZIONE INTERMEDIO - SUPERIORE LIVELLO INDIPENDENTE (B2) | ASTARITA C.    | PEGLI - MUSEO NAVALE (AULA CAMINO)               |
| 74  | INGLESE CONVERSAZIONE INTERMEDIO/AVANZATO (B2/C1)                      | GHINELLI A.    | PEGLI - MUSEO NAVALE (AULA CAMINO)               |
| 75  | INGLESE INTERMEDIO (A)                                                 | FERRARI I.     | SESTRI - EX BIBL. BRUSCHI VIA VADO 17 (P. TERRA) |
| 76  | INGLESE INTERMEDIO (B)                                                 | GHIO I.        | PEGLI - CAPPELLA DORIA                           |
| 77  | INGLESE INTERMEDIO (C)                                                 | PRATI S.       | PEGLI - CAPPELLA DORIA                           |
| 78  | INGLESE INTERMEDIO (LIVELLO B1)                                        | SPILINGA S.    | PEGLI - CAPPELLA DORIA                           |
| 79  | INGLESE PRE-INTERMEDIO                                                 | GHIO I.        | PEGLI - CAPPELLA DORIA                           |
| 80  | INGLESE PRINCIPIANTI                                                   | PRATI S.       | PEGLI - CAPPELLA DORIA                           |
| 82  | ITALIANO PER STRANIERI                                                 | RUSSO I.       | PEGLI - MUSEO NAVALE (SALONCINO)                 |
| 83  | ITALIANO PER STRANIERI PER ESAME CILS A2                               | GIOVINAZZO S.  | ONLINE                                           |
| 92  | LE FRANÇAIS EN ACTION – PRIMO LIVELLO                                  | TORRINI R.     | SESTRI - EX BIBL. BRUSCHI VIA VADO 17 (P. TERRA) |
| 97  | LINGUA CINESE (2)                                                      | DE SOLE L.     | PEGLI - SCUOLA RIZZO (AULA 2 PIANO TERRA)        |
| 98  | LINGUA E STORIA GENOVESE                                               | COSTANTINI P.  | PEGLI - MUSEO NAVALE (AULA CAMINO)               |
| 99  | LINGUA INGLESE E CIVILTÀ ANGLOSASSONE                                  | BAZURO E.      | PEGLI - SCUOLA RIZZO (AULA 1 PIANO SECONDO)      |
| 116 | PARLONS DES FEMMES                                                     | PIZZORNI M. P. | PEGLI - SCUOLA ALESSI                            |
| 121 | PORTOGHESE (4)                                                         | PONZ D.        | PEGLI - SCUOLA RIZZO (AULA 2 PIANO SECONDO)      |
| 129 | RUSSO INTERMEDIO                                                       | BURTAVEL L. L. | SESTRI - EX BIBL. BRUSCHI VIA VADO 17 (P. TERRA) |
| 130 | RUSSO PRINCIPIANTI                                                     | BURTAVEL L. L. | SESTRI - EX BIBL. BRUSCHI VIA VADO 17 (P. TERRA) |
| 136 | SPAGNOLO (2)                                                           | ANSALDO M.     | ONLINE                                           |

## ELENCO ATTIVITÀ PER AMBITO DISCIPLINARE

| N°                                  | Titolo                                       | Docente         | Sede                               |
|-------------------------------------|----------------------------------------------|-----------------|------------------------------------|
| 137                                 | SPAGNOLO (3)                                 | ANSALDO M.      | ONLINE                             |
| 138                                 | SPAGNOLO 1                                   | NONINO S.       | PEGLI - MUSEO NAVALE (AULA CAMINO) |
| 139                                 | SPAGNOLO 2                                   | NONINO S.       | PEGLI - MUSEO NAVALE (AULA CAMINO) |
| 140                                 | SPAGNOLO CONVERSAZIONE                       | ARISTU P.       | PEGLI - COOP LIGURIA               |
| 141                                 | SPAGNOLO CONVERSAZIONE E GRAMMATICA AVANZATA | NONINO S.       | PEGLI - MUSEO NAVALE (AULA CAMINO) |
| 149                                 | TEDESCO (2)                                  | ANSALDO M.      | ONLINE                             |
| 150                                 | TEDESCO (3)                                  | ANSALDO M.      | ONLINE                             |
| 151                                 | TEDESCO (4)                                  | ANSALDO M.      | ONLINE                             |
| 152                                 | TEDESCO BASE                                 | SPILINGA S.     | PEGLI - CAPPELLA DORIA             |
| 153                                 | TEDESCO PLUS                                 | ANSALDO M.      | ONLINE                             |
| <b>AMBITO: LINGUISTICO MUSICALE</b> |                                              |                 |                                    |
| 19                                  | CANZONI DEL MONDO ANGLOSASSONE               | BENVENUTO E. S. | PEGLI - MUSEO NAVALE (AULA CAMINO) |
| <b>AMBITO: MEDICINA</b>             |                                              |                 |                                    |
| 3                                   | A TU PER TU CON IL MEDICO                    | GAGGERO A.      | PEGLI - MUSEO NAVALE (AULA CAMINO) |
| 22                                  | CHE FARE IN ATTESA DEL "1-1-8"               | GALUPPI G.      | PEGLI - MUSEO NAVALE (SALONCINO)   |
| 108                                 | MEDICINA                                     | MOLINARI F.     | PEGLI - CAPPELLA DORIA             |
| <b>AMBITO: MEDICINA ALTERNATIVA</b> |                                              |                 |                                    |
| 9                                   | AROMATERAPIA                                 | CECCONI A.      | PEGLI - CAPPELLA DORIA             |
| 43                                  | FITOTERAPIA                                  | ZANGARI C. L.   | PEGLI - MUSEO NAVALE (AULA CAMINO) |
| 112                                 | OMEOPATIA                                    | PARODI A.       | ONLINE                             |
| <b>AMBITO: MITOLOGIA</b>            |                                              |                 |                                    |
| 27                                  | COSE DELL'ALTRO MONDO. IL MITO 3             | TANZI G.        | PEGLI - MUSEO NAVALE (AULA CAMINO) |
| <b>AMBITO: MODELLISMO</b>           |                                              |                 |                                    |
| 110                                 | MODELLISMO NAVALE STATICO ANTICO BASE        | FRATONI G.      | PEGLI - MUSEO NAVALE (LABORATORIO) |

## ELENCO ATTIVITÀ PER AMBITO DISCIPLINARE

| N°                         | Titolo                             | Docente                     | Sede                                                |
|----------------------------|------------------------------------|-----------------------------|-----------------------------------------------------|
| <b>AMBITO: MUSICA</b>      |                                    |                             |                                                     |
| 54                         | I GRANDI DEL JAZZ                  | BALOSSINO A.                | PEGLI - CAPPELLA DORIA                              |
| 145                        | STORIA DELL'OPERA LIRICA           | SACCO M.                    | PEGLI - CAPPELLA DORIA                              |
| <b>AMBITO: PSICOLOGIA</b>  |                                    |                             |                                                     |
| 8                          | ANALISI TRANSAZIONALE              | PIERONI V.                  | ONLINE                                              |
| 109                        | MINDFULNESS                        | PIERONI V.                  | ONLINE                                              |
| 122                        | PSICOLOGIA - ANALISI TRANSAZIONALE | TAMPONI R.                  | SESTRI - EX BIBL. BRUSCHI<br>VIA VADO 17 (P. TERRA) |
| 123                        | PSICOLOGIA E VITA                  | ZAVATTONI V. F.             | SESTRI - EX BIBL. BRUSCHI<br>VIA VADO 17 (P. TERRA) |
| <b>AMBITO: RECITAZIONE</b> |                                    |                             |                                                     |
| 90                         | LABORATORIO TEATRALE               | NICORA A.                   | SESTRI - AUDITORIUM                                 |
| <b>AMBITO: RELIGIONI</b>   |                                    |                             |                                                     |
| 63                         | IL VANGELO SECONDO MATTEO          | CATTANEO D. P.              | PEGLI - MUSEO NAVALE<br>(AULA CAMINO)               |
| <b>AMBITO: SARTORIA</b>    |                                    |                             |                                                     |
| 16                         | CAMICERIA E NON SOLO (A)           | BENINCASA L.                | VOLTRI - VIA GUALA 8                                |
| 17                         | CAMICERIA E NON SOLO (B)           | BENINCASA L.                | VOLTRI - VIA GUALA 8                                |
| 18                         | CAMICERIA E NON SOLO (C)           | BENINCASA L.                | VOLTRI - VIA GUALA 8                                |
| 28                         | CUCITO                             | VICO M. G.                  | VOLTRI - VIA GUALA 8                                |
| 29                         | CUCITO CREATIVO BASE               | VENTURINI M. T.             | PEGLI - CENTRO CULTURALE                            |
| 147                        | TAGLIO E CUCITO                    | TRAVERSO M.                 | PEGLI - CENTRO CULTURALE                            |
| <b>AMBITO: SCIENZE</b>     |                                    |                             |                                                     |
| 11                         | ASTRONOMIA                         | PESCE R.                    | VOLTRI - ORATORIO<br>"MORTE E ORAZIONE"             |
| 20                         | CAPIRE IL NOSTRO PIANETA           | BOZZO E.                    | PEGLI - CAPPELLA DORIA                              |
| 86                         | LA CHIMICA IN CUCINA               | BINI S.                     | SESTRI - EX BIBL. BRUSCHI<br>VIA VADO 17 (P. TERRA) |
| 100                        | LO STRAORDINARIO MONDO DEI MICROBI | ROSSI V. / BALDI ZOCCOLA A. | SESTRI - EX BIBL. BRUSCHI<br>VIA VADO 17 (P. TERRA) |
| 115                        | PARLIAMO DI SCIENZA                | RISSO T.                    | PEGLI - MUSEO NAVALE<br>(AULA CAMINO)               |

## ELENCO ATTIVITÀ PER AMBITO DISCIPLINARE

| N°                                 | Titolo                                                      | Docente               | Sede                                                     |
|------------------------------------|-------------------------------------------------------------|-----------------------|----------------------------------------------------------|
| 157                                | VIAGGIO NELLA MAGIA DEL DNA (A)                             | PARODI B.             | SESTRI - EX BIBL. BRUSCHI<br>VIA VADO 17 (P. TERRA)      |
| 158                                | VIAGGIO NELLA MAGIA DEL DNA (B)                             | PARODI B.             | PEGLI - CAPPELLA DORIA                                   |
| <b>AMBITO: SPORT ACQUATICI</b>     |                                                             |                       |                                                          |
| M16                                | PAGAIAMO SUL DRAGONBOAT                                     | FIORI N. / BOZZANO A. | PRA' - GRUPPO SPORTIVO<br>SPERANZA A.S.D.                |
| <b>AMBITO: SPORT DA RACCHETTA</b>  |                                                             |                       |                                                          |
| M14                                | PADEL BASE (A)                                              | MUNARETTO F.          | PRA' - CITY PADEL GENOVA                                 |
| M15                                | PADEL BASE (B)                                              | MUNARETTO F.          | PRA' - CITY PADEL GENOVA                                 |
| M21                                | TENNIS COLLETTIVO PER ADULTI (BASE)                         | GIUNIO E.             | PEGLI - TENNIS CLUB VIA<br>SABOTINO                      |
| M22                                | TENNIS COLLETTIVO PER ADULTI<br>(AVANZATO)                  | GIUNIO E.             | PEGLI - TENNIS CLUB VIA<br>SABOTINO                      |
| M23                                | TENNIS PER PRINCIPIANTI (A)                                 | BRUZZONE G.           | PEGLI - TENNIS CLUB<br>JUNIOR- VIA LONGO                 |
| M24                                | TENNIS PER PRINCIPIANTI (B)                                 | BRUZZONE G.           | PEGLI - TENNIS CLUB<br>JUNIOR- VIA LONGO                 |
| M25                                | TENNIS PER PRINCIPIANTI (C)                                 | BRUZZONE G.           | PEGLI - TENNIS CLUB<br>JUNIOR- VIA LONGO                 |
| <b>AMBITO: SPORT DI PRECISIONE</b> |                                                             |                       |                                                          |
| M4                                 | BILIARDO CON STECCA 1 (PRINCIPIANTI)                        | GNEMMI V.             | PEGLI- VIA TEODORO DI<br>MONFERRATO 5 (SALA<br>BILIARDO) |
| M5                                 | BILIARDO CON STECCA 2<br>(PERFEZIONAMENTO)                  | GNEMMI V.             | PEGLI- VIA TEODORO DI<br>MONFERRATO 5 (SALA<br>BILIARDO) |
| <b>AMBITO: STORIA</b>              |                                                             |                       |                                                          |
| 30                                 | CULTURA CLASSICA                                            | MASSINO S.            | PEGLI - MUSEO NAVALE<br>(SALONE ARGONAUTI)               |
| 55                                 | I MISTERI D'ITALIA TRA MAFIA E<br>STRATEGIA DELLA TENSIONE  | VALENTINO L.          | PEGLI - SCUOLA RIZZO<br>(AULA 1 PIANO TERRA)             |
| 59                                 | IL MONDO DELLA BIBBIA E GLI ANTICHI<br>IMPERI D'ORIENTE (A) | MARTINI G. B.         | PEGLI - CAPPELLA DORIA                                   |
| 60                                 | IL MONDO DELLA BIBBIA E GLI ANTICHI<br>IMPERI D'ORIENTE (B) | MARTINI G. B.         | SESTRI - EX BIBL. BRUSCHI<br>VIA VADO 17 (P. TERRA)      |

## ELENCO ATTIVITÀ PER AMBITO DISCIPLINARE

| N°                           | Titolo                                                                | Docente      | Sede                                                |
|------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|--------------|-----------------------------------------------------|
| 62                           | IL SAECULUM OBSCURUM                                                  | MUNARETTO F. | SESTRI - EX BIBL. BRUSCHI<br>VIA VADO 17 (P. TERRA) |
| 88                           | LA STORIA SIAMO NOI                                                   | ZUFFANTI S.  | PEGLI - SALONE PALAZZO<br>COMUNALE                  |
| 124                          | REGINE E PRINCIPESSA INGLESI: LA<br>DINASTIA WINDSOR (A)              | GISCARDO M.  | SESTRI - EX BIBL. BRUSCHI<br>VIA VADO 17 (P. TERRA) |
| 125                          | REGINE E PRINCIPESSA INGLESI: LA<br>DINASTIA WINDSOR (B)              | GISCARDO M.  | PEGLI - MUSEO NAVALE<br>(AULA CAMINO)               |
| 142                          | STORIA AMERICANA                                                      | MORA R.      | PEGLI - CAPPELLA DORIA                              |
| 143                          | STORIA D'ITALIA                                                       | REPETTO L.   | PEGLI - MUSEO NAVALE<br>(AULA CAMINO)               |
| <b>AMBITO: STORIA LOCALE</b> |                                                                       |              |                                                     |
| 50                           | GENOVA E LA SUA STORIA                                                | DAGNINO E.   | PEGLI - MUSEO NAVALE<br>(SALONE ARGONAUTI)          |
| 51                           | GENOVA E LA SUA STORIA CIVILE E<br>INDUSTRIALE                        | DAGNINO E.   | SESTRI - AUDITORIUM                                 |
| 87                           | LA CULTURA ARTISTICA A GENOVA TRA<br>FINE OTTOCENTO E INIZI NOVECENTO | MANARA E.    | PEGLI - MUSEO NAVALE<br>(SALONE ARGONAUTI)          |
| 89                           | LA VECCHIA SESTRI PONENTE                                             | BOTTERO C.   | SESTRI - EX BIBL. BRUSCHI<br>VIA VADO 17 (P. TERRA) |
| 114                          | PALAZZI DI PONENTE                                                    | CONTE P.     | PEGLI - CAPPELLA DORIA                              |
| 146                          | STORIA DI GENOVA E DI PEGLI                                           | REPETTO M.   | PEGLI - MUSEO NAVALE<br>(AULA CAMINO)               |
| 159                          | VILLE STORICHE GENOVESI                                               | MASSINO S.   | PEGLI - MUSEO NAVALE<br>(SALONE ARGONAUTI)          |
| <b>AMBITO: TURISMO</b>       |                                                                       |              |                                                     |
| 52                           | GEOGRAFIA DEL TURISMO                                                 | SACCO M.     | PEGLI - CAPPELLA DORIA                              |

## ELENCO CORSI PER GIORNO SETTIMANALE

| Ora                   | Sede                                             | N°  | Titolo                                         | Docente                  |
|-----------------------|--------------------------------------------------|-----|------------------------------------------------|--------------------------|
| <b>GIORNO: LUNEDI</b> |                                                  |     |                                                |                          |
| 08:30                 | PEGLI - CENTRO CULTURALE                         | 104 | MAGLIA E UNCINETTO (A)                         | SETZU T.                 |
| 09:00                 | PEGLI - CAPPELLA DORIA                           | 7   | ALDOUS HUXLEY, IL MONDO NUOVO                  | COPOLA PESCE L. F.       |
| 09:00                 | PEGLI - MUSEO NAVALE (LABORATORIO)               | 53  | GIARDINAGGIO                                   | CERVETTO L.              |
| 09:00                 | PRA' - CITY PADEL GENOVA                         | M14 | PADEL BASE (A)                                 | MUNARETTO F.             |
| 09:30                 | PEGLI - CAPPELLA DORIA                           | 25  | CONVERSANDO DI FILOSOFIA, STORIA, SPIRITUALITÀ | ALGERI R.                |
| 09:30                 | PEGLI - MUSEO NAVALE (AULA CAMINO)               | 10  | ASTROLOGIA                                     | CORTESE M. / BORGATTI R. |
| 09:30                 | SESTRI - AUDITORIUM                              | M12 | HATHA YOGA                                     | SASSOS M. I.             |
| 09:30                 | VOLTRI - VIA GUALA 8                             | 117 | PATCHWORK                                      | PATRONE M.               |
| 10:00                 | PEGLI - CAPPELLA DORIA                           | 114 | PALAZZI DI PONENTE                             | CONTE P.                 |
| 10:00                 | PEGLI - MUSEO NAVALE (AULA CAMINO)               | 115 | PARLIAMO DI SCIENZA                            | RISSO T.                 |
| 10:00                 | PRA' - CITY PADEL GENOVA                         | M15 | PADEL BASE (B)                                 | MUNARETTO F.             |
| 10:00                 | SESTRI - EX BIBL. BRUSCHI VIA VADO 17 (P. TERRA) | 92  | LE FRANÇAIS EN ACTION – PRIMO LIVELLO          | TORRINI R.               |
| 14:30                 | PEGLI - CAPPELLA DORIA                           | 9   | AROMATERAPIA                                   | CECCONI A.               |
| 14:30                 | PEGLI - CENTRO CULTURALE                         | 4   | ACQUAFORTE                                     | COLLA T. / GELLI L.      |
| 14:30                 | VOLTRI - VIA GUALA 8                             | 16  | CAMICERIA E NON SOLO (A)                       | BENINCASA L.             |
| 15:00                 | ONLINE                                           | 66  | INGLESE                                        | ANSALDO M.               |
| 15:00                 | PEGLI - ASD MULTEDO 1930                         | M8  | GINNASTICA DOLCE (A)                           | VENERUSO S.              |
| 15:00                 | PEGLI - CAPPELLA DORIA                           | 52  | GEOGRAFIA DEL TURISMO                          | SACCO M.                 |
| 15:00                 | SESTRI - EX BIBL. BRUSCHI VIA VADO 17 (P. TERRA) | 157 | VIAGGIO NELLA MAGIA DEL DNA (A)                | PARODI B.                |
| 16:00                 | PEGLI - ASD MULTEDO 1930                         | M9  | GINNASTICA DOLCE (B)                           | VENERUSO S.              |
| 16:00                 | PEGLI - MUSEO NAVALE (AULA CAMINO)               | 138 | SPAGNOLO 1                                     | NONINO S.                |

## ELENCO CORSI PER GIORNO SETTIMANALE

| Ora                    | Sede                                             | N°  | Titolo                                                               | Docente         |
|------------------------|--------------------------------------------------|-----|----------------------------------------------------------------------|-----------------|
| 16:00                  | PEGLI - SALONE PALAZZO COMUNALE                  | 88  | LA STORIA SIAMO NOI                                                  | ZUFFANTI S.     |
| 16:30                  | ONLINE                                           | 70  | INGLESE (4)                                                          | ANSALDO M.      |
| 16:30                  | PRA' - PARROCCHIA S. ROCCO                       | 36  | DISEGNO A CARBONCINO E PASTELLI                                      | DURANTE B.      |
| 17:00                  | PEGLI - CAPPELLA DORIA                           | 79  | INGLESE PRE-INTERMEDIO                                               | GHIO I.         |
| 17:00                  | PEGLI - CENTRO CULTURALE                         | 155 | TOMBOLO E CHIACCHIERINO                                              | COZZOLINO M. L. |
| 17:00                  | PEGLI - CENTRO SOCIALE "LUISA MONACO"            | 13  | BRIDGE (A)                                                           | RISSOTTO F.     |
| 17:00                  | PEGLI - MUSEO NAVALE (AULA CAMINO)               | 139 | SPAGNOLO 2                                                           | NONINO S.       |
| 17:00                  | SESTRI - EX BIBL. BRUSCHI VIA VADO 17 (P. TERRA) | 130 | RUSSO PRINCIPIANTI                                                   | BURTAVEL L. L.  |
| 17:30                  | ONLINE                                           | 83  | ITALIANO PER STRANIERI PER ESAME CILS A2                             | GIOVINAZZO S.   |
| 18:00                  | SESTRI - EX BIBL. BRUSCHI VIA VADO 17 (P. TERRA) | 129 | RUSSO INTERMEDIO                                                     | BURTAVEL L. L.  |
| 18:15                  | PEGLI - CAPPELLA DORIA                           | 34  | DIRITTO PENALE                                                       | CALVI L.        |
| <b>GIORNO: MARTEDI</b> |                                                  |     |                                                                      |                 |
| 09:00                  | PEGLI - ASD MULTEDO 1930                         | M10 | GINNASTICA E BENESSERE (A)                                           | SACCO D.        |
| 09:00                  | PEGLI - MUSEO NAVALE (AULA CAMINO)               | 27  | COSE DELL'ALTRO MONDO. IL MITO 3                                     | TANZI G.        |
| 09:00                  | PEGLI - MUSEO NAVALE (AULA CAMINO)               | 44  | FOTOGRAFIA BASE                                                      | CONTE P.        |
| 09:30                  | PEGLI - CENTRO CULTURALE                         | 12  | BATIK                                                                | INSOLERA A.     |
| 09:30                  | PEGLI - MUSEO NAVALE (LABORATORIO)               | 110 | MODELLISMO NAVALE STATICO ANTICO BASE                                | FRATONI G.      |
| 09:30                  | SESTRI - EX BIBL. BRUSCHI VIA VADO 17 (P. TERRA) | 85  | L'EVOLUZIONE DELL'EROE E DELL'ANTIEROE NELLA LETTERATURA OCCIDENTALE | ROMAGNOLI E.    |
| 09:30                  | VOLTRI - VIA GUALA 8                             | 103 | MAGLIA CON FERRI CIRCOLARI                                           | RUSSO G.        |
| 10:00                  | ONLINE                                           | 8   | ANALISI TRANSAZIONALE                                                | PIERONI V.      |
| 10:00                  | PEGLI - COOP LIGURIA                             | 133 | SCRITTURA CREATIVA                                                   | CORSO L.        |

## ELENCO CORSI PER GIORNO SETTIMANALE

| Ora   | Sede                                             | N°  | Titolo                                                                         | Docente                     |
|-------|--------------------------------------------------|-----|--------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|
| 10:00 | PEGLI - ASD MULTEDO 1930                         | M11 | GINNASTICA E BENESSERE (B)                                                     | SACCO D.                    |
| 10:00 | PEGLI - CAPPELLA DORIA                           | 72  | INGLESE BASE (LIVELLO A2)                                                      | SPILINGA S.                 |
| 10:00 | SESTRI - EX BIBL. BRUSCHI VIA VADO 17 (P. TERRA) | 86  | LA CHIMICA IN CUCINA                                                           | BINI S.                     |
| 10:30 | PEGLI - COOP LIGURIA                             | 140 | SPAGNOLO CONVERSAZIONE                                                         | ARISTU P.                   |
| 11:00 | PEGLI - CAPPELLA DORIA                           | 78  | INGLESE INTERMEDIO (LIVELLO B1)                                                | SPILINGA S.                 |
| 11:00 | PEGLI - MUSEO NAVALE (AULA CAMINO)               | 37  | EDUCAZIONE FINANZIARIA                                                         | GAGGERO G.                  |
| 11:00 | PEGLI -TENNIS CLUB VIA SABOTINO                  | M21 | TENNIS COLLETTIVO PER ADULTI (BASE)                                            | GIUNIO E.                   |
| 12:00 | PEGLI -TENNIS CLUB VIA SABOTINO                  | M22 | TENNIS COLLETTIVO PER ADULTI (AVANZATO)                                        | GIUNIO E.                   |
| 14:30 | PEGLI - CENTRO CULTURALE                         | 118 | PITTURA (A)                                                                    | FIGLIOMENO V.               |
| 14:30 | PEGLI - CENTRO CULTURALE                         | 119 | PITTURA (B)                                                                    | GARBERO L.                  |
| 14:30 | PEGLI - MUSEO NAVALE (AULA CAMINO)               | 46  | FOTOGRAFIAMO INSIEME COL CELLULARE                                             | MINOTTI C. / BARBAGELATA L. |
| 15:00 | ONLINE                                           | 150 | TEDESCO (3)                                                                    | ANSALDO M.                  |
| 15:00 | PEGLI - COOP LIGURIA                             | 132 | SCACCHI PRINCIPIANTI                                                           | CARLINI G.                  |
| 15:00 | PEGLI - CAPPELLA DORIA                           | 54  | I GRANDI DEL JAZZ                                                              | BALOSSINO A.                |
| 15:00 | PEGLI - CAPPELLA DORIA                           | 59  | IL MONDO DELLA BIBBIA E GLI ANTICHI IMPERI D'ORIENTE (A)                       | MARTINI G. B.               |
| 15:00 | PEGLI - MUSEO NAVALE (AULA CAMINO)               | 125 | REGINE E PRINCIPESSA INGLESI: LA DINASTIA WINDSOR (B)                          | GISCARDO M.                 |
| 15:00 | PEGLI - MUSEO NAVALE (LABORATORIO)               | 91  | LAVORAZIONE RAME A SBALZO E INCISIONE ARDESIA                                  | MASNATA G. / PARODI G. B.   |
| 15:00 | PEGLI - MUSEO NAVALE (LOGGIA LEVANTE)            | M17 | SHIATSU                                                                        | CAZZULO P. M.               |
| 15:00 | PEGLI - MUSEO NAVALE (SALONE ARGONAUTI)          | 84  | L'ARCHITETTURA DI GENOVA (E NON SOLO...) ATTRAVERSO LA STRATIFICAZIONE STORICA | PITTALUGA P.                |
| 15:00 | PEGLI - SCUOLA RIZZO (AULA 1 PIANO SECONDO)      | 49  | FRANCESE: CONVERSAZIONE INTERATTIVA DIVERTENTE                                 | PERATTI D.                  |

## ELENCO CORSI PER GIORNO SETTIMANALE

| Ora                      | Sede                                                | N°  | Titolo                                                | Docente                                                   |
|--------------------------|-----------------------------------------------------|-----|-------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------|
| 15:00                    | PEGLI - SCUOLA RIZZO (AULA 1 PIANO TERRA)           | 128 | RICAMO PRINCIPIANTI                                   | PASTORINO C.                                              |
| 15:00                    | SESTRI - AUDITORIUM                                 | 90  | LABORATORIO TEATRALE                                  | NICORA A.                                                 |
| 15:00                    | SESTRI - EX BIBL. BRUSCHI VIA VADO 17 (P. TERRA)    | 40  | ETRUSCOLOGIA ED ARCHEOLOGIA ITALICA                   | CARLEVARO E. R.                                           |
| 15:00                    | SESTRI - EX BIBL. BRUSCHI VIA VADO 17 (P. TERRA)    | 124 | REGINE E PRINCIPESSA INGLESI: LA DINASTIA WINDSOR (A) | GISCARDO M.                                               |
| 15:30                    | PEGLI - SCUOLA RIZZO (AULA 1 PIANO TERRA)           | 127 | RICAMO                                                | BANCHERO M. A.                                            |
| 15:30                    | PEGLI - SCUOLA RIZZO (AULA 2 PIANO TERRA)           | 23  | CHIACCHERINO                                          | COZZOLINO M. L.                                           |
| 16:00                    | ONLINE                                              | 112 | OMEOPATIA                                             | PARODI A.                                                 |
| 16:30                    | ONLINE                                              | 6   | ACQUARELLO ED INCHIOSTRO DELLA PITTURA ORIENTALE      | SOMMARIVA G. F.                                           |
| 16:30                    | ONLINE                                              | 151 | TEDESCO (4)                                           | ANSALDO M.                                                |
| 16:30                    | PEGLI - COOP LIGURIA                                | 131 | SCACCHI AVANZATO                                      | CARLINI G.                                                |
| 16:30                    | PEGLI - CAPPELLA DORIA                              | 57  | IL CONDOMINIO                                         | DI LORENZO D.                                             |
| 16:30                    | PEGLI - MUSEO NAVALE (AULA CAMINO)                  | 3   | A TU PER TU CON IL MEDICO                             | GAGGERO A.                                                |
| 16:30                    | PEGLI - MUSEO NAVALE (AULA CAMINO)                  | 146 | STORIA DI GENOVA E DI PEGLI                           | REPETTO M.                                                |
| 16:30                    | PEGLI - MUSEO NAVALE (SALONE ARGONAUTI)             | 50  | GENOVA E LA SUA STORIA                                | DAGNINO E.                                                |
| 16:30                    | SESTRI - EX BIBL. BRUSCHI VIA VADO 17 (PIANO PRIMO) | M7  | DANZE POPOLARI DEL MONDO                              | CUTTICA M. R. / FOLEGANI P. / PARODI E. / PERASSOLO M. L. |
| 16:30                    | SESTRI - SEDE A.N.A.                                | 14  | BRIDGE (B)                                            | RISSOTTO F.                                               |
| 17:00                    | PEGLI - CENTRO CULTURALE                            | 21  | CERAMICA                                              | SANNA M. V.                                               |
| 17:00                    | PEGLI - SCUOLA ALESSI                               | 116 | PARLONS DES FEMMES                                    | PIZZORNI M. P.                                            |
| 17:30                    | PEGLI - CAPPELLA DORIA                              | 108 | MEDICINA                                              | MOLINARI F.                                               |
| <b>GIORNO: MERCOLEDI</b> |                                                     |     |                                                       |                                                           |
| 09:00                    | PEGLI - MUSEO NAVALE (AULA CAMINO)                  | 134 | SEMILOGIA FILOSOFIA PSICOLOGIA DEL CINEMA             | TANZI G.                                                  |
| 09:30                    | PEGLI - CENTRO CULTURALE                            | 32  | DECOUPAGE                                             | PIANA P.                                                  |

## ELENCO CORSI PER GIORNO SETTIMANALE

| Ora   | Sede                                               | N°  | Titolo                                                                 | Docente         |
|-------|----------------------------------------------------|-----|------------------------------------------------------------------------|-----------------|
| 09:30 | PEGLI - MUSEO NAVALE (LABORATORIO)                 | 156 | TROMPE L'OEIL E DECORAZIONE                                            | BARABINO M. L.  |
| 09:30 | SESTRI - EX BIBL. BRUSCHI VIA VADO 17 (P. TERRA)   | 62  | IL SAECULUM OBSCURUM                                                   | MUNARETTO F.    |
| 09:30 | SESTRI - EX BIBL. BRUSCHI VIA VADO 17 (P. TERRA)   | 122 | PSICOLOGIA - ANALISI TRANSAZIONALE                                     | TAMPONI R.      |
| 10:00 | ONLINE                                             | 109 | MINDFULNESS                                                            | PIERONI V.      |
| 10:00 | PEGLI - CAPPELLA DORIA                             | 41  | FILOSOFIA GRECA                                                        | ORSINI P.       |
| 10:00 | PEGLI - MUSEO NAVALE (AULA CAMINO)                 | 73  | INGLESE CONVERSAZIONE INTERMEDIO - SUPERIORE LIVELLO INDIPENDENTE (B2) | ASTARITA C.     |
| 10:30 | PEGLI - MUSEO NAVALE (AULA CAMINO)                 | 19  | CANZONI DEL MONDO ANGLOSASSONE                                         | BENVENUTO E. S. |
| 10:30 | PEGLI- VIA TEODORO DI MONFERRATO 5 (SALA BILIARDO) | M5  | BILIARDO CON STECCA 2 (PERFEZIONAMENTO)                                | GNEMMI V.       |
| 11:00 | PEGLI - CAPPELLA DORIA                             | 42  | FILOSOFIA MODERNA                                                      | ORSINI P.       |
| 14:30 | SESTRI - EX BIBL. BRUSCHI VIA VADO 17 (P. TERRA)   | 102 | MACRAMÈ (B)                                                            | GRASSO M.       |
| 14:30 | VOLTRI - VIA GUALA 8                               | 28  | CUCITO                                                                 | VICO M. G.      |
| 15:00 | ONLINE                                             | 153 | TEDESCO PLUS                                                           | ANSALDO M.      |
| 15:00 | PEGLI - ASD MULTEDO 1930                           | M3  | BALLO BOOGIE BOOGIE                                                    | MINNAI C.       |
| 15:00 | PEGLI - CAPPELLA DORIA                             | 76  | INGLESE INTERMEDIO (B)                                                 | GHIO I.         |
| 15:00 | PEGLI - CENTRO CULTURALE                           | 148 | TARSIE LIGNEE                                                          | DALL'ORTO N.    |
| 15:00 | PEGLI - MUSEO NAVALE (LAB. INFORMATICA)            | 1   | A I - INTELLIGENZA ARTIFICIALE BASE                                    | OLIVERI U.      |
| 15:00 | PEGLI - MUSEO NAVALE (LAB. INFORMATICA)            | 64  | INFORMATICA BASE (S.O. WINDOWS)                                        | OLIVERI U.      |
| 15:00 | PEGLI - MUSEO NAVALE (LAB. INFORMATICA)            | 135 | SMARTPHONE BASE                                                        | OLIVERI U.      |
| 15:00 | PEGLI - MUSEO NAVALE (LABORATORIO)                 | 81  | INTAGLIO A PUNTA DI COLTELLO                                           | PARODI G. B.    |
| 15:00 | PEGLI - SCUOLA RIZZO (AULA 2 PIANO TERRA)          | 45  | FOTOGRAFIA NATURALISTICA BASE                                          | DE SOLE L.      |

## ELENCO CORSI PER GIORNO SETTIMANALE

| Ora                    | Sede                                                | N°  | Titolo                                                                      | Docente                   |
|------------------------|-----------------------------------------------------|-----|-----------------------------------------------------------------------------|---------------------------|
| 15:00                  | PEGLI - SCUOLA RIZZO<br>(AULA 2 PIANO TERRA)        | 97  | LINGUA CINESE (2)                                                           | DE SOLE L.                |
| 16:00                  | PEGLI - CAPPELLA DORIA                              | 56  | IGIENE E SICUREZZA ALIMENTARE                                               | SARDI L.                  |
| 16:00                  | PEGLI - CAPPELLA DORIA                              | 142 | STORIA AMERICANA                                                            | MORA R.                   |
| 16:00                  | PEGLI - SCUOLA RIZZO<br>(AULA 1 PIANO TERRA)        | 33  | DIRITTO COSTITUZIONALE<br>COMPARATO                                         | DURANTE E.                |
| 16:30                  | ONLINE                                              | 137 | SPAGNOLO (3)                                                                | ANSALDO M.                |
| 16:30                  | PEGLI - SCUOLA RIZZO<br>(AULA 1 PIANO SECONDO)      | 99  | LINGUA INGLESE E CIVILTÀ<br>ANGLOSASSONE                                    | BAZURO E.                 |
| 16:30                  | PEGLI - SCUOLA RIZZO<br>(AULA 1 PIANO TERRA)        | 101 | MACRAMÈ (A)                                                                 | LANTERO A. / LASTRUCCI R. |
| 16:30                  | PEGLI - SCUOLA RIZZO<br>(AULA 2 PIANO SECONDO)      | 48  | FRANCESE (3)                                                                | RATTOTTI M. / PONZ D.     |
| 16:30                  | SESTRI - EX BIBL. BRUSCHI<br>VIA VADO 17 (P. TERRA) | 60  | IL MONDO DELLA BIBBIA E GLI<br>ANTICHI IMPERI D'ORIENTE (B)                 | MARTINI G. B.             |
| 17:00                  | PEGLI - CENTRO SOCIALE<br>"LUISA MONACO"            | 15  | BURRACO PRINCIPIANTI<br>ASSOLUTI                                            | SORBARA A.                |
| 17:00                  | PEGLI - MUSEO NAVALE<br>(SALONCINO)                 | M19 | TANGO ARGENTINO MILONGA E<br>VALS 1 (PRINCIPIANTI)                          | ROSSI A. T.               |
| 17:00                  | PEGLI - MUSEO NAVALE<br>(SALONE ARGONAUTI)          | 87  | LA CULTURA ARTISTICA A<br>GENOVA TRA FINE OTTOCENTO E<br>INIZI NOVECENTO    | MANARA E.                 |
| 17:00                  | PEGLI - SCUOLA RIZZO<br>(AULA 1 PIANO TERRA)        | 55  | I MISTERI D'ITALIA TRA MAFIA E<br>STRATEGIA DELLA TENSIONE                  | VALENTINO L.              |
| 17:00                  | PEGLI - SCUOLA RIZZO<br>(AULA 2 PIANO TERRA)        | 24  | CONOSCI TE STESSO (E<br>CONOSCERAI L'UNIVERSO E GLI<br>DEI TUTTI) [SOCRATE] | ZAPPA R.                  |
| 17:15                  | PEGLI - CAPPELLA DORIA                              | 38  | EDUCAZIONE NUTRIZIONALE                                                     | SARDI L.                  |
| 17:30                  | PEGLI - CAPPELLA DORIA                              | 144 | STORIA DEL CINEMA                                                           | MARINI A.                 |
| 17:30                  | PEGLI - SCUOLA RIZZO<br>(AULA 2 PIANO SECONDO)      | 121 | PORTOGHESE (4)                                                              | PONZ D.                   |
| 18:00                  | PEGLI - MUSEO NAVALE<br>(SALONCINO)                 | M20 | TANGO ARGENTINO MILONGA E<br>VALS 2 (INTERMEDIO)                            | ROSSI A. T.               |
| <b>GIORNO: GIOVEDÌ</b> |                                                     |     |                                                                             |                           |
| 08:30                  | VOLTRI - VIA GUALA 8                                | 17  | CAMICERIA E NON SOLO (B)                                                    | BENINCASA L.              |
| 09:00                  | PEGLI - ASD MULTEDO<br>1930                         | M1  | BALLI DI GRUPPO 1 - BASE                                                    | PERSICHETTI G.            |

## ELENCO CORSI PER GIORNO SETTIMANALE

| Ora   | Sede                                             | N°  | Titolo                                                         | Docente                    |
|-------|--------------------------------------------------|-----|----------------------------------------------------------------|----------------------------|
| 09:00 | PEGLI - CAPPELLA DORIA                           | 67  | INGLESE - A PICCOLI PASSI VERSO IL LIVELLO B1                  | PAVESE C. A.               |
| 09:00 | PEGLI - TENNIS CLUB JUNIOR- VIA LONGO            | M23 | TENNIS PER PRINCIPIANTI (A)                                    | BRUZZONE G.                |
| 09:15 | PEGLI - CENTRO CULTURALE                         | 147 | TAGLIO E CUCITO                                                | TRAVERSO M.                |
| 09:30 | PEGLI - MUSEO NAVALE (AULA CAMINO)               | 43  | FITOTERAPIA                                                    | ZANGARI C. L.              |
| 09:30 | PEGLI - MUSEO NAVALE (AULA CAMINO)               | 74  | INGLESE CONVERSAZIONE INTERMEDIO/AVANZATO (B2/C1)              | GHINELLI A.                |
| 09:30 | PEGLI - MUSEO NAVALE (LAB. INFORMATICA)          | 111 | OLTRE LE NOZIONI BASE DI INFORMATICA: UN APPROCCIO INTERATTIVO | DI LUCIA C.                |
| 10:00 | PEGLI - CAPPELLA DORIA                           | 77  | INGLESE INTERMEDIO (C)                                         | PRATI S.                   |
| 10:00 | PEGLI - MUSEO NAVALE (LABORATORIO)               | 93  | LEGATORIA LIVELLO 1                                            | VARINI C.                  |
| 10:00 | PEGLI - MUSEO NAVALE (SALONCINO)                 | 82  | ITALIANO PER STRANIERI                                         | RUSSO I.                   |
| 10:00 | PEGLI - TENNIS CLUB JUNIOR- VIA LONGO            | M24 | TENNIS PER PRINCIPIANTI (B)                                    | BRUZZONE G.                |
| 10:00 | SESTRI - EX BIBL. BRUSCHI VIA VADO 17 (P. TERRA) | 123 | PSICOLOGIA E VITA                                              | ZAVATTONI V. F.            |
| 10:15 | PEGLI - ASD MULTEDO 1930                         | M2  | BALLI DI GRUPPO 2 - AVANZATO                                   | PERSICHETTI G.             |
| 11:00 | PEGLI - CAPPELLA DORIA                           | 80  | INGLESE PRINCIPIANTI                                           | PRATI S.                   |
| 11:00 | PEGLI - MUSEO NAVALE (AULA CAMINO)               | 141 | SPAGNOLO CONVERSAZIONE E GRAMMATICA AVANZATA                   | NONINO S.                  |
| 11:00 | PEGLI - TENNIS CLUB JUNIOR- VIA LONGO            | M25 | TENNIS PER PRINCIPIANTI (C)                                    | BRUZZONE G.                |
| 15:00 | ONLINE                                           | 68  | INGLESE (2)                                                    | ANSALDO M.                 |
| 15:00 | PEGLI - CAPPELLA DORIA                           | 158 | VIAGGIO NELLA MAGIA DEL DNA (B)                                | PARODI B.                  |
| 15:00 | PEGLI - CENTRO CULTURALE                         | 5   | ACQUARELLO CREATIVO                                            | RADICCHI I. A.             |
| 15:00 | PEGLI - CENTRO CULTURALE                         | 29  | CUCITO CREATIVO BASE                                           | VENTURINI M. T.            |
| 15:00 | PEGLI - MUSEO DI ARCHEOLOGIA LIGURE              | 154 | TESORI DALLE COLLEZIONI CIVICHE GENOVESI                       | GARIBALDI P. / MOLINARI I. |

## ELENCO CORSI PER GIORNO SETTIMANALE

| Ora   | Sede                                             | N°  | Titolo                                                             | Docente                     |
|-------|--------------------------------------------------|-----|--------------------------------------------------------------------|-----------------------------|
| 15:00 | PEGLI - MUSEO NAVALE (SALONE ARGONAUTI)          | 30  | CULTURA CLASSICA                                                   | MASSINO S.                  |
| 15:00 | PRA' - PARROCCHIA S. ROCCO                       | 105 | MAGLIA E UNCINETTO (B)                                             | MANFRIN MORELLI O.          |
| 15:30 | PEGLI - ASD MULTEDO 1930                         | M6  | BIODANZA                                                           | CAPECCHI A.                 |
| 15:30 | PEGLI - MUSEO NAVALE (AULA CAMINO)               | 63  | IL VANGELO SECONDO MATTEO                                          | CATTANEO D. P.              |
| 15:30 | PEGLI - MUSEO NAVALE (LAB. INFORMATICA)          | 65  | INFORMATICA BASE, LO SMARTPHONE , LA DOMOTICA                      | CAVALLETTI C.               |
| 15:30 | PEGLI - MUSEO NAVALE (LABORATORIO)               | 126 | RESTAURO MOBILE ANTICO                                             | PICCARDO A.                 |
| 15:30 | SESTRI - EX BIBL. BRUSCHI VIA VADO 17 (P. TERRA) | 75  | INGLESE INTERMEDIO (A)                                             | FERRARI I.                  |
| 15:30 | SESTRI - EX BIBL. BRUSCHI VIA VADO 17 (P. TERRA) | 89  | LA VECCHIA SESTRI Ponente                                          | BOTTERO C.                  |
| 16:00 | ONLINE                                           | 149 | TEDESCO (2)                                                        | ANSALDO M.                  |
| 16:00 | PEGLI - CAPPELLA DORIA                           | 152 | TEDESCO BASE                                                       | SPIILINGA S.                |
| 16:00 | PEGLI - MUSEO NAVALE (LABORATORIO)               | 120 | PITTURA (C)                                                        | TOMASSINI P.                |
| 16:00 | SESTRI - AUDITORIUM                              | 51  | GENOVA E LA SUA STORIA CIVILE E INDUSTRIALE                        | DAGNINO E.                  |
| 16:30 | PEGLI - MUSEO NAVALE (SALONE ARGONAUTI)          | 159 | VILLE STORICHE GENOVESI                                            | MASSINO S.                  |
| 16:45 | PEGLI - MUSEO NAVALE (AULA CAMINO)               | 143 | STORIA D'ITALIA                                                    | REPETTO L.                  |
| 17:00 | ONLINE                                           | 136 | SPAGNOLO (2)                                                       | ANSALDO M.                  |
| 17:00 | PEGLI - CENTRO CULTURALE                         | 61  | IL MONDO DI DANTE: VITA OPERE E ALCUNI CANTI DELLA DIVINA COMMEDIA | VALENTINO L.                |
| 17:00 | PEGLI - MUSEO NAVALE (SALONE ARGONAUTI)          | 94  | LETTERATURA ITALIANA CONTEMPORANEA                                 | MILITELLO A.                |
| 17:00 | SESTRI - EX BIBL. BRUSCHI VIA VADO 17 (P. TERRA) | 100 | LO STRAORDINARIO MONDO DEI MICROBI                                 | ROSSI V. / BALDI ZOCCOLA A. |
| 17:00 | VOLTRI - ORATORIO "MORTE E ORAZIONE"             | 96  | LINEAMENTI DI STORIA DELL'ARTE. IL NOVECENTO                       | SPADA E.                    |
| 18:00 | ONLINE                                           | 95  | LETTURE DAL PURGATORIO (TERZA PARTE)                               | PARODI E.                   |

## ELENCO CORSI PER GIORNO SETTIMANALE

| Ora                    | Sede                                               | N°  | Titolo                                                          | Docente                       |
|------------------------|----------------------------------------------------|-----|-----------------------------------------------------------------|-------------------------------|
| 18:00                  | PEGLI - CAPPELLA DORIA                             | 71  | INGLESE AVANZATO                                                | GHIO I.                       |
| 18:00                  | PEGLI - MUSEO NAVALE (SALONCINO)                   | 22  | CHE FARE IN ATTESA DEL "1-1-8"                                  | GALUPPI G.                    |
| <b>GIORNO: VENERDI</b> |                                                    |     |                                                                 |                               |
| 09:00                  | PEGLI - ASD MULTEDO 1930                           | M18 | TAIJIQUAN STILE WU                                              | RICCIO M. / LUPANO G. / RE G. |
| 09:00                  | PEGLI - MUSEO NAVALE (LABORATORIO)                 | 113 | ORTICULTURA                                                     | CERVETTO L.                   |
| 09:30                  | PEGLI - CAPPELLA DORIA                             | 26  | COOL AS A CUCUMBER!<br>CONVERSAZIONE INGLESE - LIVELLO AVANZATO | WOLOSHEN K.                   |
| 09:30                  | PEGLI - CAPPELLA DORIA                             | 58  | IL FRANCESE NELLA CANZONE E NEI TESTI LETTERARI                 | MEDUSI V.                     |
| 09:30                  | PEGLI - CENTRO CULTURALE                           | 31  | DECORAZIONE FLOREALE                                            | ROSSI E.                      |
| 09:30                  | PEGLI - CENTRO SOCIALE "LUISA MONACO"              | 2   | A SCUOLA DI CUCINA                                              | D'AMICO S.                    |
| 10:30                  | PEGLI- VIA TEODORO DI MONFERRATO 5 (SALA BILIARDO) | M4  | BILIARDO CON STECCA 1 (PRINCIPIANTI)                            | GNEMMI V.                     |
| 10:30                  | PRA' - PARROCCHIA S. ROCCO                         | M13 | MOBILITY, PILATES & YOGA                                        | ARNONE R.                     |
| 14:30                  | VOLTRI - VIA GUALA 8                               | 18  | CAMICERIA E NON SOLO (C)                                        | BENINCASA L.                  |
| 15:00                  | ONLINE                                             | 69  | INGLESE (3)                                                     | ANSALDO M.                    |
| 15:00                  | PEGLI - CAPPELLA DORIA                             | 20  | CAPIRE IL NOSTRO PIANETA                                        | BOZZO E.                      |
| 15:00                  | PEGLI - CAPPELLA DORIA                             | 145 | STORIA DELL'OPERA LIRICA                                        | SACCO M.                      |
| 15:00                  | PEGLI - CENTRO SOCIALE "LUISA MONACO"              | 106 | MAGLIA E UNCINETTO 1                                            | CULLOTTA M. T.                |
| 15:00                  | PEGLI - MUSEO NAVALE (AULA CAMINO)                 | 98  | LINGUA E STORIA GENOVESE                                        | COSTANTINI P.                 |
| 16:00                  | PEGLI - MUSEO NAVALE (LABORATORIO)                 | 35  | DISEGNO                                                         | MANDICA A.                    |
| 16:30                  | ONLINE                                             | 47  | FRANCESE (2)                                                    | ANSALDO M.                    |
| 16:30                  | VOLTRI - ORATORIO "MORTE E ORAZIONE"               | 11  | ASTRONOMIA                                                      | PESCE R.                      |
| 17:00                  | PEGLI - CENTRO SOCIALE "LUISA MONACO"              | 107 | MAGLIA E UNCINETTO 2                                            | CULLOTTA M. T.                |

## ELENCO CORSI PER GIORNO SETTIMANALE

| Ora                   | Sede                                      | N°  | Titolo                  | Docente               |
|-----------------------|-------------------------------------------|-----|-------------------------|-----------------------|
| 17:00                 | PEGLI - MUSEO NAVALE<br>(AULA CAMINO)     | 39  | ENOGASTRONOMIA          | DE BELATH B.          |
| <b>GIORNO: SABATO</b> |                                           |     |                         |                       |
| 09:30                 | PRA' - GRUPPO SPORTIVO<br>SPERANZA A.S.D. | M16 | PAGAIAMO SUL DRAGONBOAT | FIORI N. / BOZZANO A. |

# **PROGRAMMA ATTIVITÀ IN AULA**

## **ORARIO LEZIONI E SEDI**

## A I - INTELLIGENZA ARTIFICIALE BASE

---

|                                     |
|-------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>OLIVERI UBALDO |
|-------------------------------------|

|                       |                                                |
|-----------------------|------------------------------------------------|
| <b>Sede</b>           | <b>PEGLI - MUSEO NAVALE (LAB. INFORMATICA)</b> |
| <b>Frequenza</b>      | <b>MENSILE MERCOLEDI</b>                       |
| <b>Orario lezione</b> | <b>15:00 - 16:30</b>                           |
| <b>Date</b>           | <b>2027</b>                                    |
|                       | Gennaio 27                                     |
|                       | Febbraio 24                                    |
|                       | Marzo 24                                       |
|                       | Aprile 21                                      |
|                       | Maggio 5                                       |

---

### Programma

Cos'è un'AI. Chat e come vi si accede. Come comunicare con l'AI. Scrivere una lettera formale. Spiegare un termine difficile. Consigli di lettura e cinema. Mostrare gli oggetti all'AI. Traduzioni immediate. Parlare anziché scrivere. L'AI può sbagliare. Cosa NON dire all'AI. Come difendersi dalle truffe moderne.

---

### Nota

## A SCUOLA DI CUCINA

---

|                                       |
|---------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>D'AMICO STEFANIA |
|---------------------------------------|

|                       |                                              |               |             |                  |
|-----------------------|----------------------------------------------|---------------|-------------|------------------|
| <b>Sede</b>           | <b>PEGLI - CENTRO SOCIALE "LUISA MONACO"</b> |               |             |                  |
| <b>Frequenza</b>      | <b>QUINDICINALE VENERDI</b>                  |               |             |                  |
| <b>Orario lezione</b> | <b>09:30 - 11:30</b>                         |               |             |                  |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                                  |               | <b>2027</b> |                  |
|                       | Ottobre                                      | <b>16, 30</b> | Gennaio     | <b>8, 22</b>     |
|                       | Novembre                                     | <b>13, 27</b> | Febbraio    | <b>5, 19</b>     |
|                       | Dicembre                                     | <b>11</b>     | Marzo       | <b>5, 19</b>     |
|                       |                                              |               | Aprile      | <b>2, 16, 30</b> |
|                       |                                              |               | Maggio      | <b>14</b>        |

---

### Programma

- Organizzazione della cucina: spesa, creazione del menù settimanale e utilizzo degli attrezzi base (pentole, coltelli, etc.)
- Tecniche di cottura: bollitura, brasatura, frittura e arrosto
- Ricette: antipasti, primi piatti classici e regionali, secondi di carne e pesce, contorni e torte salate
- Dolci
- Panificazione.

---

### Nota

La cucina è passione e voglia di stare insieme. Ti aspettiamo per scoprire nuove ricette, assaggiare le nostre creazioni e divertirci.

## A TU PER TU CON IL MEDICO

---

|                                   |
|-----------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>GAGGERO ALBA |
|-----------------------------------|

|                       |                                           |        |             |        |
|-----------------------|-------------------------------------------|--------|-------------|--------|
| <b>Sede</b>           | <b>PEGLI - MUSEO NAVALE (AULA CAMINO)</b> |        |             |        |
| <b>Frequenza</b>      | <b>QUINDICINALE MARTEDI</b>               |        |             |        |
| <b>Orario lezione</b> | <b>16:30 - 18:00</b>                      |        |             |        |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                               |        | <b>2027</b> |        |
|                       | Ottobre                                   | 27     | Gennaio     | 19     |
|                       | Novembre                                  | 10, 24 | Febbraio    | 2, 16  |
|                       | Dicembre                                  | 22     | Marzo       | 2, 16  |
|                       |                                           |        | Aprile      | 13, 27 |
|                       |                                           |        | Maggio      | 11     |

---

### Programma

Approfondiremo la conoscenza del nostro corpo e dei meccanismi psico fisici che governano la nostra vita non solo personale, ma anche sociale allo scopo di vivere pienamente la terza età senza rinunciare all'affettività e alla socializzazione. A tale scopo verrà dato ampio spazio alla prevenzione, nonché ai vari presidi che la moderna tecnologia, compresa l'Intelligenza Artificiale, ci mette a disposizione.

---

### Nota

Sono semplicemente richieste voglia di vivere e determinazione a non mollare mai di fronte alle inevitabili difficoltà della vita.

## ACQUAFORTE

---

**Docente/i:**

COLLA TERESA / GELLI LAURA

|                       |                                 |                         |             |                      |
|-----------------------|---------------------------------|-------------------------|-------------|----------------------|
| <b>Sede</b>           | <b>PEGLI - CENTRO CULTURALE</b> |                         |             |                      |
| <b>Frequenza</b>      | <b>SETTIMANALE LUNEDI</b>       |                         |             |                      |
| <b>Orario lezione</b> | <b>14:30 - 16:45</b>            |                         |             |                      |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                     |                         | <b>2027</b> |                      |
|                       | Ottobre                         | <b>19, 26</b>           | Gennaio     | <b>11, 18, 25</b>    |
|                       | Novembre                        | <b>2, 9, 16, 23, 30</b> | Febbraio    | <b>1, 15, 22</b>     |
|                       | Dicembre                        | <b>14, 21</b>           | Marzo       | <b>1, 8, 15, 22</b>  |
|                       |                                 |                         | Aprile      | <b>5, 12, 19, 26</b> |
|                       |                                 |                         | Maggio      | <b>3, 10</b>         |

---

### Programma

Continueremo a sperimentare le tecniche di incisione sia diretta che indiretta, divertendoci con una forma artistica non facile, ma sicuramente gratificante.

---

### Nota

## ACQUARELLO CREATIVO

---

|                                         |
|-----------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>RADICCHI IONE ANNA |
|-----------------------------------------|

|                       |                                 |              |             |               |
|-----------------------|---------------------------------|--------------|-------------|---------------|
| <b>Sede</b>           | <b>PEGLI - CENTRO CULTURALE</b> |              |             |               |
| <b>Frequenza</b>      | <b>QUINDICINALE GIOVEDI</b>     |              |             |               |
| <b>Orario lezione</b> | <b>15:00 - 17:00</b>            |              |             |               |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                     |              | <b>2027</b> |               |
|                       | Ottobre                         | <b>22</b>    | Gennaio     | <b>14, 28</b> |
|                       | Novembre                        | <b>5, 19</b> | Febbraio    | <b>11, 25</b> |
|                       | Dicembre                        | <b>3, 17</b> | Marzo       | <b>11</b>     |
|                       |                                 |              | Aprile      | <b>8, 22</b>  |
|                       |                                 |              | Maggio      | <b>6</b>      |

---

### Programma

Nozioni base e sperimentazione del trattamento del colore.

---

### Nota

## ACQUARELLO ED INCHIOSTRO DELLA PITTURA ORIENTALE

---

**Docente/i:**

SOMMARIVA GIOVANNI FRANCESCO

|                       |                             |              |             |               |
|-----------------------|-----------------------------|--------------|-------------|---------------|
| <b>Sede</b>           | <b>ONLINE</b>               |              |             |               |
| <b>Frequenza</b>      | <b>QUINDICINALE MARTEDI</b> |              |             |               |
| <b>Orario lezione</b> | <b>16:30 - 18:30</b>        |              |             |               |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                 |              | <b>2027</b> |               |
|                       | Ottobre                     | <b>20</b>    | Gennaio     | <b>12, 26</b> |
|                       | Novembre                    | <b>3, 17</b> | Febbraio    | <b>23</b>     |
|                       | Dicembre                    | <b>1, 15</b> | Marzo       | <b>9, 23</b>  |
|                       |                             |              | Aprile      | <b>6, 20</b>  |
|                       |                             |              | Maggio      | <b>4</b>      |

---

### Programma

Il corso si propone di avvicinare i discenti alla sensibilità pittorica dell'estremo oriente, utilizzando il materiale adatto allo scopo e qualche accenno culturale.

---

### Nota

## ALDOUS HUXLEY, IL MONDO NUOVO

---

**Docente/i:**

COPOLA PESCE LUIGIA FRANCA

|                       |                               |             |        |  |
|-----------------------|-------------------------------|-------------|--------|--|
| <b>Sede</b>           | <b>PEGLI - CAPPELLA DORIA</b> |             |        |  |
| <b>Frequenza</b>      | <b>QUINDICINALE LUNEDI</b>    |             |        |  |
| <b>Orario lezione</b> | <b>09:00 - 10:00</b>          |             |        |  |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                   | <b>2027</b> |        |  |
|                       | Ottobre 19                    | Gennaio     | 11, 25 |  |
|                       | Novembre 2, 16, 30            | Febbraio    | 22     |  |
|                       | Dicembre 14                   | Marzo       | 8, 22  |  |
|                       |                               | Aprile      | 5, 19  |  |
|                       |                               | Maggio      | 3      |  |

---

### Programma

Il corso, ispirandosi al famoso romanzo, dà rilevanza al modo di vivere e di interagire di un'umanità proiettata in un lontano futuro.

---

### Nota

E' richiesta una conoscenza della lingua inglese di medio livello.

## ANALISI TRANSAZIONALE

---

|                                        |
|----------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>PIERONI VALENTINA |
|----------------------------------------|

|                       |                             |               |             |               |
|-----------------------|-----------------------------|---------------|-------------|---------------|
| <b>Sede</b>           | <b>ONLINE</b>               |               |             |               |
| <b>Frequenza</b>      | <b>QUINDICINALE MARTEDI</b> |               |             |               |
| <b>Orario lezione</b> | <b>10:00 - 12:00</b>        |               |             |               |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                 |               | <b>2027</b> |               |
|                       | Ottobre                     | <b>27</b>     | Gennaio     | <b>19</b>     |
|                       | Novembre                    | <b>10, 24</b> | Febbraio    | <b>2, 16</b>  |
|                       | Dicembre                    | <b>22</b>     | Marzo       | <b>2, 16</b>  |
|                       |                             |               | Aprile      | <b>13, 27</b> |
|                       |                             |               | Maggio      | <b>11</b>     |

---

### Programma

Origini e filosofia dell'Analisi Transazionale: già nelle intenzioni del fondatore Eric Berne, l'Analisi Transazionale offre un modello teorico di agevole comprensione per accrescere la consapevolezza di sé. Analisi Transazionale significa analisi della comunicazione, le trans-azioni sono i messaggi che gli esseri umani si scambiano fra loro.

---

### Nota

## AROMATERAPIA

---

|                                         |
|-----------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>CECCONI ALESSANDRA |
|-----------------------------------------|

|                       |                               |              |             |               |
|-----------------------|-------------------------------|--------------|-------------|---------------|
| <b>Sede</b>           | <b>PEGLI - CAPPELLA DORIA</b> |              |             |               |
| <b>Frequenza</b>      | <b>QUINDICINALE LUNEDI</b>    |              |             |               |
| <b>Orario lezione</b> | <b>14:30 - 15:30</b>          |              |             |               |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                   |              | <b>2027</b> |               |
|                       | Ottobre                       | <b>26</b>    | Gennaio     | <b>18</b>     |
|                       | Novembre                      | <b>9, 23</b> | Febbraio    | <b>1, 15</b>  |
|                       | Dicembre                      | <b>21</b>    | Marzo       | <b>1, 15</b>  |
|                       |                               |              | Aprile      | <b>12, 26</b> |
|                       |                               |              | Maggio      | <b>10</b>     |

---

### Programma

Cos'è l'aromaterapia: basi scientifiche, applicazione pratica, aromaterapia clinica, aromaterapia emozionale, aromaterapia energetica.

---

### Nota

## ASTROLOGIA

---

**Docente/i:**

CORTESE MARIA / BORGATTI ROBERTA

|                       |                                           |  |                |  |
|-----------------------|-------------------------------------------|--|----------------|--|
| <b>Sede</b>           | <b>PEGLI - MUSEO NAVALE (AULA CAMINO)</b> |  |                |  |
| <b>Frequenza</b>      | <b>QUINDICINALE LUNEDI</b>                |  |                |  |
| <b>Orario lezione</b> | <b>09:30 - 11:30</b>                      |  |                |  |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                               |  | <b>2027</b>    |  |
|                       | Ottobre 26                                |  | Gennaio 18     |  |
|                       | Novembre 9, 23                            |  | Febbraio 1, 15 |  |
|                       | Dicembre 21                               |  | Marzo 1, 15    |  |
|                       |                                           |  | Aprile 12, 26  |  |
|                       |                                           |  | Maggio 10      |  |

---

### Programma

L'Astrologia può essere considerata come la più antica forma di psicologia. Imparare a decifrare cosa si nasconde dietro ad un grafico zodiacale ed approfondire il significato di Segni, Case, Pianeti etc. può aiutarci a comprendere meglio noi stessi e chi ci vive accanto. Nella seconda parte affronteremo temi più attuali e tecniche più complesse.

---

### Nota

## ASTRONOMIA

---

|                                    |
|------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>PESCE ROBERTO |
|------------------------------------|

|                       |                                             |             |           |  |
|-----------------------|---------------------------------------------|-------------|-----------|--|
| <b>Sede</b>           | <b>VOLTRI - ORATORIO "MORTE E ORAZIONE"</b> |             |           |  |
| <b>Frequenza</b>      | <b>QUINDICINALE VENERDI</b>                 |             |           |  |
| <b>Orario lezione</b> | <b>16:30 - 18:30</b>                        |             |           |  |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                                 | <b>2027</b> |           |  |
|                       | Ottobre 16, 30                              | Gennaio     | 8, 22     |  |
|                       | Novembre 13, 27                             | Febbraio    | 5, 19     |  |
|                       | Dicembre 11                                 | Marzo       | 5, 19     |  |
|                       |                                             | Aprile      | 2, 16, 30 |  |
|                       |                                             | Maggio      | 14        |  |

---

### Programma

La sfera celeste. Il Sistema Solare. Le stelle e la loro evoluzione. Oggetti di profondo cielo (nebulose, ammassi, galassie). La storia dell'universo. Le astroparticelle. Fenomeni astronomici. Strumenti per l'osservazione del cielo.

---

### Nota

## BATIK

---

|                                     |
|-------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>INSOLERA ALFIA |
|-------------------------------------|

|                       |                                 |               |             |               |
|-----------------------|---------------------------------|---------------|-------------|---------------|
| <b>Sede</b>           | <b>PEGLI - CENTRO CULTURALE</b> |               |             |               |
| <b>Frequenza</b>      | <b>QUINDICINALE MARTEDI</b>     |               |             |               |
| <b>Orario lezione</b> | <b>09:30 - 12:00</b>            |               |             |               |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                     |               | <b>2027</b> |               |
|                       | Ottobre                         | <b>27</b>     | Gennaio     | <b>19</b>     |
|                       | Novembre                        | <b>10, 24</b> | Febbraio    | <b>2, 16</b>  |
|                       | Dicembre                        | <b>22</b>     | Marzo       | <b>2, 16</b>  |
|                       |                                 |               | Aprile      | <b>13, 27</b> |
|                       |                                 |               | Maggio      | <b>11</b>     |

---

### Programma

L'arte di dipingere su tessuto, una tecnica antica, ma sempre attuale e sorprendente, proposta con nuove realizzazioni.

---

### Nota

## BRIDGE (A)

---

|                                       |
|---------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>RISSOTTO FILIPPO |
|---------------------------------------|

|                       |                                              |              |             |               |
|-----------------------|----------------------------------------------|--------------|-------------|---------------|
| <b>Sede</b>           | <b>PEGLI - CENTRO SOCIALE "LUISA MONACO"</b> |              |             |               |
| <b>Frequenza</b>      | <b>QUINDICINALE LUNEDI</b>                   |              |             |               |
| <b>Orario lezione</b> | <b>17:00 - 19:00</b>                         |              |             |               |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                                  |              | <b>2027</b> |               |
|                       | Ottobre                                      | <b>26</b>    | Gennaio     | <b>18</b>     |
|                       | Novembre                                     | <b>9, 23</b> | Febbraio    | <b>1, 15</b>  |
|                       | Dicembre                                     | <b>21</b>    | Marzo       | <b>1, 15</b>  |
|                       |                                              |              | Aprile      | <b>12, 26</b> |
|                       |                                              |              | Maggio      | <b>10</b>     |

---

### Programma

Primo giro di dichiarazione, in base al sistema "Quinta nobile - quadri quarte". Analisi delle "convenzioni" più diffuse. Gioco della carta.

---

### Nota

Al corso potranno partecipare sia i frequentatori dell'Anno 2025-26, sia gli iscritti per la prima volta al corso.

## BRIDGE (B)

---

|                                       |
|---------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>RISSOTTO FILIPPO |
|---------------------------------------|

|                       |                             |  |                |  |
|-----------------------|-----------------------------|--|----------------|--|
| <b>Sede</b>           | <b>SESTRI - SEDE A.N.A.</b> |  |                |  |
| <b>Frequenza</b>      | <b>QUINDICINALE MARTEDI</b> |  |                |  |
| <b>Orario lezione</b> | <b>16:30 - 18:30</b>        |  |                |  |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                 |  | <b>2027</b>    |  |
|                       | Ottobre 20                  |  | Gennaio 12, 26 |  |
|                       | Novembre 3, 17              |  | Febbraio 23    |  |
|                       | Dicembre 1, 15              |  | Marzo 9, 23    |  |
|                       |                             |  | Aprile 6, 20   |  |
|                       |                             |  | Maggio 4       |  |

---

### Programma

Primo giro di dichiarazione, in base al sistema "Quinta nobile - quadri quarte". Analisi delle "convenzioni" più diffuse. Gioco della carta.

---

### Nota

Al corso potranno partecipare sia i frequentatori dell'Anno 2025-26, sia gli iscritti per la prima volta al corso.

## BURRACO PRINCIPIANTI ASSOLUTI

---

|                                       |
|---------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>SORBARA ANTONINO |
|---------------------------------------|

|                       |                                              |                      |             |                          |
|-----------------------|----------------------------------------------|----------------------|-------------|--------------------------|
| <b>Sede</b>           | <b>PEGLI - CENTRO SOCIALE "LUISA MONACO"</b> |                      |             |                          |
| <b>Frequenza</b>      | <b>SETTIMANALE MERCOLEDI</b>                 |                      |             |                          |
| <b>Orario lezione</b> | <b>17:00 - 18:30</b>                         |                      |             |                          |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                                  |                      | <b>2027</b> |                          |
|                       | Ottobre                                      | <b>21, 28</b>        | Gennaio     | <b>13, 20, 27</b>        |
|                       | Novembre                                     | <b>4, 11, 18, 25</b> | Febbraio    | <b>3, 10, 17, 24</b>     |
|                       | Dicembre                                     | <b>2, 9, 16</b>      | Marzo       | <b>3, 10, 17, 24, 31</b> |
|                       |                                              |                      | Aprile      | <b>7, 14, 21, 28</b>     |
|                       |                                              |                      | Maggio      | <b>5, 12</b>             |

---

### Programma

Insegnamento completo dei primi rudimenti con spiegazione delle metodologie atte a raggiungere un livello di gioco base.

---

### Nota

Possono iscriversi solo coloro che non hanno partecipato ai corsi precedenti. E' indispensabile, oltre ad una certa predisposizione, la costanza nel seguire le lezioni.

## CAMICERIA E NON SOLO (A)

---

|                                     |
|-------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>BENINCASA LINA |
|-------------------------------------|

|                       |                             |                         |             |                      |
|-----------------------|-----------------------------|-------------------------|-------------|----------------------|
| <b>Sede</b>           | <b>VOLTRI - VIA GUALA 8</b> |                         |             |                      |
| <b>Frequenza</b>      | <b>SETTIMANALE LUNEDI</b>   |                         |             |                      |
| <b>Orario lezione</b> | <b>14:30 - 18:00</b>        |                         |             |                      |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                 |                         | <b>2027</b> |                      |
|                       | Ottobre                     | <b>19, 26</b>           | Gennaio     | <b>11, 18, 25</b>    |
|                       | Novembre                    | <b>2, 9, 16, 23, 30</b> | Febbraio    | <b>1, 15, 22</b>     |
|                       | Dicembre                    | <b>14, 21</b>           | Marzo       | <b>1, 8, 15, 22</b>  |
|                       |                             |                         | Aprile      | <b>5, 12, 19, 26</b> |
|                       |                             |                         | Maggio      | <b>3, 10</b>         |

---

### Programma

Camiceria e cucito creativo. Durante il corso si possono eseguire capi di abbigliamento. I modelli saranno ricavati dalle riviste: Burda e La mia boutique. Verranno realizzate anche: borse, beauty case, pochette e altro.

---

### Nota

L'occorrente per ciascun progetto sarà indicato ad inizio corso.

## CAMICERIA E NON SOLO (B)

---

|                                     |
|-------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>BENINCASA LINA |
|-------------------------------------|

|                       |                             |                         |  |  |
|-----------------------|-----------------------------|-------------------------|--|--|
| <b>Sede</b>           | <b>VOLTRI - VIA GUALA 8</b> |                         |  |  |
| <b>Frequenza</b>      | <b>SETTIMANALE GIOVEDI</b>  |                         |  |  |
| <b>Orario lezione</b> | <b>08:30 - 12:00</b>        |                         |  |  |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                 | <b>2027</b>             |  |  |
|                       | Ottobre 15, 22, 29          | Gennaio 7, 14, 21, 28   |  |  |
|                       | Novembre 5, 12, 19, 26      | Febbraio 4, 11, 18, 25  |  |  |
|                       | Dicembre 3, 10, 17          | Marzo 4, 11, 18         |  |  |
|                       |                             | Aprile 1, 8, 15, 22, 29 |  |  |
|                       |                             | Maggio 6, 13            |  |  |

---

### Programma

Camiceria e cucito creativo. Durante il corso si possono eseguire capi di abbigliamento. I modelli saranno ricavati dalle riviste: Burda e La mia boutique. Verranno realizzate anche: borse, beauty case, pochette e altro.

---

### Nota

L'occorrente per ciascun progetto sarà indicato ad inizio corso.

## CAMICERIA E NON SOLO (C)

---

|                                     |
|-------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>BENINCASA LINA |
|-------------------------------------|

|                       |                             |                      |             |                         |
|-----------------------|-----------------------------|----------------------|-------------|-------------------------|
| <b>Sede</b>           | <b>VOLTRI - VIA GUALA 8</b> |                      |             |                         |
| <b>Frequenza</b>      | <b>SETTIMANALE VENERDI</b>  |                      |             |                         |
| <b>Orario lezione</b> | <b>14:30 - 18:00</b>        |                      |             |                         |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                 |                      | <b>2027</b> |                         |
|                       | Ottobre                     | <b>16, 23, 30</b>    | Gennaio     | <b>8, 15, 22, 29</b>    |
|                       | Novembre                    | <b>6, 13, 20, 27</b> | Febbraio    | <b>5, 12, 19, 26</b>    |
|                       | Dicembre                    | <b>4, 11, 18</b>     | Marzo       | <b>5, 12, 19</b>        |
|                       |                             |                      | Aprile      | <b>2, 9, 16, 23, 30</b> |
|                       |                             |                      | Maggio      | <b>7, 14</b>            |

---

### Programma

Camiceria e cucito creativo. Durante il corso si possono eseguire capi di abbigliamento. I modelli saranno ricavati dalle riviste: Burda e La mia boutique. Verranno realizzate anche: borse, beauty case, pochette e altro.

---

### Nota

L'occorrente per ciascun progetto sarà indicato ad inizio corso.

## CANZONI DEL MONDO ANGLOSASSONE

---

|                                           |
|-------------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>BENVENUTO EVA SILVIA |
|-------------------------------------------|

|                       |                                           |              |             |               |
|-----------------------|-------------------------------------------|--------------|-------------|---------------|
| <b>Sede</b>           | <b>PEGLI - MUSEO NAVALE (AULA CAMINO)</b> |              |             |               |
| <b>Frequenza</b>      | <b>QUINDICINALE MERCOLEDI</b>             |              |             |               |
| <b>Orario lezione</b> | <b>10:30 - 12:30</b>                      |              |             |               |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                               |              | <b>2027</b> |               |
|                       | Ottobre                                   | <b>21</b>    | Gennaio     | <b>13, 27</b> |
|                       | Novembre                                  | <b>4, 18</b> | Febbraio    | <b>10, 24</b> |
|                       | Dicembre                                  | <b>2, 16</b> | Marzo       | <b>10, 24</b> |
|                       |                                           |              | Aprile      | <b>7, 21</b>  |
|                       |                                           |              | Maggio      | <b>5</b>      |

---

### Programma

Ascolto di canzoni in lingua inglese cantate e suonate alla chitarra dalla docente e in seguito con tutti i corsisti. Comprensione e discussione del testo con riferimenti di analisi logico-grammaticale e lessicale.

---

### Nota

## CAPIRE IL NOSTRO PIANETA

---

|                                     |
|-------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>BOZZO EMANUELE |
|-------------------------------------|

|                       |                               |  |                    |  |
|-----------------------|-------------------------------|--|--------------------|--|
| <b>Sede</b>           | <b>PEGLI - CAPPELLA DORIA</b> |  |                    |  |
| <b>Frequenza</b>      | <b>MENSILE VENERDI</b>        |  |                    |  |
| <b>Orario lezione</b> | <b>15:00 - 17:00</b>          |  |                    |  |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                   |  | <b>2027</b>        |  |
|                       | Ottobre <b>23</b>             |  | Gennaio <b>15</b>  |  |
|                       | Novembre <b>20</b>            |  | Febbraio <b>12</b> |  |
|                       | Dicembre <b>4</b>             |  | Marzo <b>12</b>    |  |
|                       |                               |  | Aprile <b>9</b>    |  |
|                       |                               |  | Maggio <b>7</b>    |  |

---

### Programma

La Terra è una piccola parte di un vasto universo, ma è la nostra casa. Pertanto una conoscenza e comprensione del nostro Pianeta è critica e vitale per la nostra esistenza e sopravvivenza. Un importante risultato della Scienza moderna è la constatazione che la Terra è un gigantesco sistema multidimensionale: il nostro Pianeta infatti consiste di molte parti separate, ma interagenti. L'ambizione del corso risiede nel tentativo di inquadrare le conoscenze relative alle forze immense che operano all'interno della Terra.

---

### Nota

## CERAMICA

---

|                                          |
|------------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>SANNA MARIA VITALIA |
|------------------------------------------|

|                       |                                 |               |             |               |
|-----------------------|---------------------------------|---------------|-------------|---------------|
| <b>Sede</b>           | <b>PEGLI - CENTRO CULTURALE</b> |               |             |               |
| <b>Frequenza</b>      | <b>QUINDICINALE MARTEDI</b>     |               |             |               |
| <b>Orario lezione</b> | <b>17:00 - 19:00</b>            |               |             |               |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                     |               | <b>2027</b> |               |
|                       | Ottobre                         | <b>27</b>     | Gennaio     | <b>19</b>     |
|                       | Novembre                        | <b>10, 24</b> | Febbraio    | <b>2, 16</b>  |
|                       | Dicembre                        | <b>22</b>     | Marzo       | <b>2, 16</b>  |
|                       |                                 |               | Aprile      | <b>13, 27</b> |
|                       |                                 |               | Maggio      | <b>11</b>     |

---

### Programma

Tecniche di base. Approfondimento. Scultura e bassorilievo.

---

### Nota

## CHE FARE IN ATTESA DEL "1-1-8"

---

|                                      |
|--------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>GALUPPI GAETANO |
|--------------------------------------|

|                       |                                         |               |             |                  |
|-----------------------|-----------------------------------------|---------------|-------------|------------------|
| <b>Sede</b>           | <b>PEGLI - MUSEO NAVALE (SALONCINO)</b> |               |             |                  |
| <b>Frequenza</b>      | <b>QUINDICINALE GIOVEDÌ</b>             |               |             |                  |
| <b>Orario lezione</b> | <b>18:00 - 19:30</b>                    |               |             |                  |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                             |               | <b>2027</b> |                  |
|                       | Ottobre                                 | <b>15, 29</b> | Gennaio     | <b>7, 21</b>     |
|                       | Novembre                                | <b>12, 26</b> | Febbraio    | <b>4, 18</b>     |
|                       | Dicembre                                | <b>10</b>     | Marzo       | <b>4, 18</b>     |
|                       |                                         |               | Aprile      | <b>1, 15, 29</b> |
|                       |                                         |               | Maggio      | <b>13</b>        |

---

### Programma

1) Cos'è e come funziona il Servizio di Emergenza Territoriale (S.E.T.) 1-1-8. 2) È necessario fare qualcosa in attesa del "1-1-8"? 3) Che cosa è opportuno fare in caso di arresto cardiaco. 4) Che cosa è opportuno fare in caso di soffocamento e/o di emorragia grave. 5) Che cosa è opportuno fare, ma soprattutto non fare in caso di malore (ictus, dolore toracico, convulsioni, ecc.). 6) Che cosa è opportuno fare, ma soprattutto non fare in caso di infortunio (contusioni, ferite, fratture ossee, lussazioni, ustioni, ecc.). 7) Come muovere e trasportare una persona infortunata.

---

### Nota

Sotto la voce "infortunio" sono comprese molte altre situazioni, come intossicazione, reazione allergica, elettrocuzione, danni da animali, ecc. Se fosse necessario qualche incontro aggiuntivo sarà concordato di volta in volta.

## CHIACCHIERINO

---

|                                            |
|--------------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>COZZOLINO MARIA LUGIA |
|--------------------------------------------|

|                       |                                                  |                      |             |                      |
|-----------------------|--------------------------------------------------|----------------------|-------------|----------------------|
| <b>Sede</b>           | <b>PEGLI - SCUOLA RIZZO (AULA 2 PIANO TERRA)</b> |                      |             |                      |
| <b>Frequenza</b>      | <b>SETTIMANALE MARTEDI</b>                       |                      |             |                      |
| <b>Orario lezione</b> | <b>15:30 - 18:30</b>                             |                      |             |                      |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                                      |                      | <b>2027</b> |                      |
|                       | Ottobre                                          | <b>20, 27</b>        | Gennaio     | <b>12, 19, 26</b>    |
|                       | Novembre                                         | <b>3, 10, 17, 24</b> | Febbraio    | <b>2, 16, 23</b>     |
|                       | Dicembre                                         | <b>1, 15, 22</b>     | Marzo       | <b>2, 9, 16, 23</b>  |
|                       |                                                  |                      | Aprile      | <b>6, 13, 20, 27</b> |
|                       |                                                  |                      | Maggio      | <b>4, 11</b>         |

---

### Programma

Il chiacchierino è un tipo di merletto costruito con una serie di anelli, nodi e catene. Il corso prevede di adattarsi alla composizione della classe, partendo dalle nozioni di base a quelle, di volta in volta, di livello superiore in base alla risposta di apprendimento delle allieve/i.

---

### Nota

## CONOSCI TE STESSO (E CONOSCERAI L'UNIVERSO E GLI DEI TUTTI) [SOCRATE]

---

|                                    |
|------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>ZAPPA ROBERTO |
|------------------------------------|

|                       |                                                  |               |             |                   |
|-----------------------|--------------------------------------------------|---------------|-------------|-------------------|
| <b>Sede</b>           | <b>PEGLI - SCUOLA RIZZO (AULA 2 PIANO TERRA)</b> |               |             |                   |
| <b>Frequenza</b>      | <b>SETTIMANALE MERCOLEDI</b>                     |               |             |                   |
| <b>Orario lezione</b> | <b>17:00 - 18:30</b>                             |               |             |                   |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                                      |               | <b>2027</b> |                   |
|                       | Ottobre                                          | 21, 28        | Gennaio     | 13, 20, 27        |
|                       | Novembre                                         | 4, 11, 18, 25 | Febbraio    | 3, 10, 17, 24     |
|                       | Dicembre                                         | 2, 9, 16      | Marzo       | 3, 10, 17, 24, 31 |
|                       |                                                  |               | Aprile      | 7, 14, 21, 28     |
|                       |                                                  |               | Maggio      | 5, 12             |

---

### Programma

Nasciamo senza libretto delle istruzioni ed è per questo che combiniamo disastri. Cercheremo di porvi rimedio parlando di parole, filosofia, fisica, metafisica, biologia, medicina, religione, spiritualità, arte e quant'altro. Proveremo a capire come funzioniamo noi e come funziona l'universo. Quali le leggi che ci governano, quali i meccanismi che ci condizionano, quali le illusioni che ci ingannano.

---

### Nota

All'apparenza può sembrare un corso teorico, ma è, in realtà, molto pratico. E per nulla barboso!

## CONVERSANDO DI FILOSOFIA, STORIA, SPIRITUALITÀ

---

|                                    |
|------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>ALGERI RENATO |
|------------------------------------|

|                       |                               |              |             |               |
|-----------------------|-------------------------------|--------------|-------------|---------------|
| <b>Sede</b>           | <b>PEGLI - CAPPELLA DORIA</b> |              |             |               |
| <b>Frequenza</b>      | <b>QUINDICINALE LUNEDI</b>    |              |             |               |
| <b>Orario lezione</b> | <b>09:30 - 11:30</b>          |              |             |               |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                   |              | <b>2027</b> |               |
|                       | Ottobre                       | <b>26</b>    | Gennaio     | <b>18</b>     |
|                       | Novembre                      | <b>9, 23</b> | Febbraio    | <b>1, 15</b>  |
|                       | Dicembre                      | <b>21</b>    | Marzo       | <b>1, 15</b>  |
|                       |                               |              | Aprile      | <b>12, 26</b> |
|                       |                               |              | Maggio      | <b>10</b>     |

---

### Programma

Il corso verterà sul tema della fraternità, con riferimento ad aspetti/esempi filosofici, storici e riflessioni personali.

---

### Nota

## COOL AS A CUCUMBER! CONVERSAZIONE INGLESE - LIVELLO AVANZATO

---

|                                         |
|-----------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>WOLOSHEN KIMBERLEE |
|-----------------------------------------|

|                       |                               |           |             |           |
|-----------------------|-------------------------------|-----------|-------------|-----------|
| <b>Sede</b>           | <b>PEGLI - CAPPELLA DORIA</b> |           |             |           |
| <b>Frequenza</b>      | <b>MENSILE VENERDI</b>        |           |             |           |
| <b>Orario lezione</b> | <b>09:30 - 11:00</b>          |           |             |           |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                   |           | <b>2027</b> |           |
|                       | Ottobre                       | <b>23</b> | Gennaio     | <b>15</b> |
|                       | Novembre                      | <b>20</b> | Febbraio    | <b>12</b> |
|                       | Dicembre                      | <b>4</b>  | Marzo       | <b>12</b> |
|                       |                               |           | Aprile      | <b>9</b>  |
|                       |                               |           | Maggio      | <b>7</b>  |

---

### Programma

Corso di conversazione di lingua inglese, livello avanzato, rivolto a chi conosce già l'inglese, ma vuole tenersi allenato o accrescere le proprie conoscenze. Incentrato sullo speaking ed il lessico (modi di dire, verbi fraseologici, espressioni idiomatiche, etc.). Tutto questo in un ambiente molto informale e leggero. Be as cool as a cucumber when you speak English!

---

### Nota

## COSE DELL'ALTRO MONDO. IL MITO 3

---

|                                   |
|-----------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>TANZI GRAZIA |
|-----------------------------------|

|                       |                                           |             |        |  |
|-----------------------|-------------------------------------------|-------------|--------|--|
| <b>Sede</b>           | <b>PEGLI - MUSEO NAVALE (AULA CAMINO)</b> |             |        |  |
| <b>Frequenza</b>      | <b>QUINDICINALE MARTEDI</b>               |             |        |  |
| <b>Orario lezione</b> | <b>09:00 - 11:00</b>                      |             |        |  |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                               | <b>2027</b> |        |  |
|                       | Ottobre 27                                | Gennaio     | 19     |  |
|                       | Novembre 10, 24                           | Febbraio    | 2, 16  |  |
|                       | Dicembre 22                               | Marzo       | 2, 16  |  |
|                       |                                           | Aprile      | 13, 27 |  |
|                       |                                           | Maggio      | 11     |  |

---

### Programma

Un altro mondo per capire questo mondo. Il mito è presente in tutte le popolazioni, da quelle a struttura tribale alle civiltà più complesse; "spiega" poeticamente, illustrandolo in figure esemplari, ogni aspetto della condizione umana, i rapporti fra gli uomini e le loro leggi, il potere divino e quello terreno; dà conto in modo immaginifico della natura e dell'universo. I miti hanno percorso i millenni, si sono stratificati, arricchendosi di varianti e di significati; hanno ispirato la poesia, l'arte e la musica; molte opere senza la conoscenza del mito sarebbero incomprensibili.

---

### Nota

## CUCITO

---

|                                            |
|--------------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>VICO MARIA GIUSEPPINA |
|--------------------------------------------|

|                       |                              |                      |             |                          |
|-----------------------|------------------------------|----------------------|-------------|--------------------------|
| <b>Sede</b>           | <b>VOLTRI - VIA GUALA 8</b>  |                      |             |                          |
| <b>Frequenza</b>      | <b>SETTIMANALE MERCOLEDI</b> |                      |             |                          |
| <b>Orario lezione</b> | <b>14:30 - 17:30</b>         |                      |             |                          |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                  |                      | <b>2027</b> |                          |
|                       | Ottobre                      | <b>21, 28</b>        | Gennaio     | <b>13, 20, 27</b>        |
|                       | Novembre                     | <b>4, 11, 18, 25</b> | Febbraio    | <b>3, 10, 17, 24</b>     |
|                       | Dicembre                     | <b>2, 9, 16</b>      | Marzo       | <b>3, 10, 17, 24, 31</b> |
|                       |                              |                      | Aprile      | <b>7, 14, 21, 28</b>     |
|                       |                              |                      | Maggio      | <b>5, 12</b>             |

---

### Programma

Tecniche di cucito (a mano e a macchina). Riparazione indumenti (cambio cerniera, orli, riadattamento indumenti). Riciclo tessuti. Realizzazione di semplici capi di abbigliamento con modellistica ricavata dalle riviste Burda e La mia Boutique. Cucito creativo per la casa.

---

### Nota

Materiale per cucire a mano e a macchina: forbici - carta velina - ditale - spilli - aghi per macchina e a mano - centimetro - filo per cucire - spolette - gessetto - matita - stoffe.

## CUCITO CREATIVO BASE

---

|                                             |
|---------------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>VENTURINI MARIA TERESA |
|---------------------------------------------|

|                       |                                 |             |           |  |
|-----------------------|---------------------------------|-------------|-----------|--|
| <b>Sede</b>           | <b>PEGLI - CENTRO CULTURALE</b> |             |           |  |
| <b>Frequenza</b>      | <b>QUINDICINALE GIOVEDÌ</b>     |             |           |  |
| <b>Orario lezione</b> | <b>15:00 - 17:00</b>            |             |           |  |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                     | <b>2027</b> |           |  |
|                       | Ottobre 15, 29                  | Gennaio     | 7, 21     |  |
|                       | Novembre 12, 26                 | Febbraio    | 4, 18     |  |
|                       | Dicembre 10                     | Marzo       | 4, 18     |  |
|                       |                                 | Aprile      | 1, 15, 29 |  |
|                       |                                 | Maggio      | 13        |  |

---

### Programma

Imparare, in maniera divertente, le basi del cucito già dal primo incontro realizzando, col materiale che porterò, un semplice oggetto. Utilizzeremo punti che risolveranno in seguito necessità spicciole come attaccare una cerniera, un orlo in tessuti elasticizzati e non. Oltre alla possibilità di creare pupazzi, borse etc. proveremo a realizzare delle vostre proposte.

---

### Nota

Portare al primo incontro aghi, filo, forbici, centimetro, spilli.

## CULTURA CLASSICA

---

|                                      |
|--------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>MASSINO SILVANA |
|--------------------------------------|

|                       |                                                |               |             |                  |
|-----------------------|------------------------------------------------|---------------|-------------|------------------|
| <b>Sede</b>           | <b>PEGLI - MUSEO NAVALE (SALONE ARGONAUTI)</b> |               |             |                  |
| <b>Frequenza</b>      | <b>QUINDICINALE GIOVEDÌ</b>                    |               |             |                  |
| <b>Orario lezione</b> | <b>15:00 - 16:30</b>                           |               |             |                  |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                                    |               | <b>2027</b> |                  |
|                       | Ottobre                                        | <b>15, 29</b> | Gennaio     | <b>7, 21</b>     |
|                       | Novembre                                       | <b>12, 26</b> | Febbraio    | <b>4, 18</b>     |
|                       | Dicembre                                       | <b>10</b>     | Marzo       | <b>4, 18</b>     |
|                       |                                                |               | Aprile      | <b>1, 15, 29</b> |
|                       |                                                |               | Maggio      | <b>13</b>        |

---

### Programma

Il corso si articolerà in due moduli: 1. Itinerario storico archeologico nella Grecia antica e in Magna Grecia. 2. Gli autori greci e latini ci parlano di amore, avventura, guerra, morte...

---

### Nota

Corso articolato in due moduli.

## DECORAZIONE FLOREALE

---

|                                   |
|-----------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>ROSSI ENRICA |
|-----------------------------------|

|                       |                                 |               |             |                  |
|-----------------------|---------------------------------|---------------|-------------|------------------|
| <b>Sede</b>           | <b>PEGLI - CENTRO CULTURALE</b> |               |             |                  |
| <b>Frequenza</b>      | <b>QUINDICINALE VENERDI</b>     |               |             |                  |
| <b>Orario lezione</b> | <b>09:30 - 11:30</b>            |               |             |                  |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                     |               | <b>2027</b> |                  |
|                       | Ottobre                         | <b>16, 30</b> | Gennaio     | <b>8, 22</b>     |
|                       | Novembre                        | <b>13, 27</b> | Febbraio    | <b>5, 19</b>     |
|                       | Dicembre                        | <b>11</b>     | Marzo       | <b>5, 19</b>     |
|                       |                                 |               | Aprile      | <b>2, 16, 30</b> |
|                       |                                 |               | Maggio      | <b>14</b>        |

---

### Programma

Creazione di composizioni floreali di linee diverse e per occasioni varie, speciale Natale e Pasqua.

---

### Nota

## DECOUPAGE

---

|                                  |
|----------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>PIANA PAOLA |
|----------------------------------|

|                       |                                 |       |             |        |
|-----------------------|---------------------------------|-------|-------------|--------|
| <b>Sede</b>           | <b>PEGLI - CENTRO CULTURALE</b> |       |             |        |
| <b>Frequenza</b>      | <b>QUINDICINALE MERCOLEDI</b>   |       |             |        |
| <b>Orario lezione</b> | <b>09:30 - 12:00</b>            |       |             |        |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                     |       | <b>2027</b> |        |
|                       | Ottobre                         | 21    | Gennaio     | 13, 27 |
|                       | Novembre                        | 4, 18 | Febbraio    | 10, 24 |
|                       | Dicembre                        | 2, 16 | Marzo       | 10, 24 |
|                       |                                 |       | Aprile      | 7, 21  |
|                       |                                 |       | Maggio      | 5      |

---

### Programma

Tecniche di base ed avanzate.

---

### Nota

Materiali a carico dei corsisti.

## DIRITTO COSTITUZIONALE COMPARATO

---

|                                       |
|---------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>DURANTE EMANUELA |
|---------------------------------------|

|                       |                                                  |             |           |
|-----------------------|--------------------------------------------------|-------------|-----------|
| <b>Sede</b>           | <b>PEGLI - SCUOLA RIZZO (AULA 1 PIANO TERRA)</b> |             |           |
| <b>Frequenza</b>      | <b>QUINDICINALE MERCOLEDI</b>                    |             |           |
| <b>Orario lezione</b> | <b>16:00 - 17:00</b>                             |             |           |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                                      | <b>2027</b> |           |
|                       | Ottobre 28                                       | Gennaio     | 20        |
|                       | Novembre 11, 25                                  | Febbraio    | 3, 17     |
|                       | Dicembre 9                                       | Marzo       | 3, 17, 31 |
|                       |                                                  | Aprile      | 14, 28    |
|                       |                                                  | Maggio      | 12        |

---

### Programma

Nel suo secondo anno, il corso illustrerà i principi alla base delle forme di governo dello stato costituzionale, con particolare attenzione alla comparazione degli elementi sintomatici del federalismo, in rapporto alle sue applicazioni negli USA, in alcuni stati dell'America latina e nei principali stati europei. Esperienze di parlamentarismo razionalizzato. Cenni sull'evoluzione storica del diritto comparato. Rapporti tra forme di governo e sistemi elettorali.

---

### Nota

**DIRITTO PENALE**

---

**Docente/i:**  
CALVI LORENZO

|                       |                               |              |             |               |
|-----------------------|-------------------------------|--------------|-------------|---------------|
| <b>Sede</b>           | <b>PEGLI - CAPPELLA DORIA</b> |              |             |               |
| <b>Frequenza</b>      | <b>QUINDICINALE LUNEDI</b>    |              |             |               |
| <b>Orario lezione</b> | <b>18:15 - 19:15</b>          |              |             |               |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                   |              | <b>2027</b> |               |
|                       | Ottobre                       | <b>26</b>    | Gennaio     | <b>18</b>     |
|                       | Novembre                      | <b>9, 23</b> | Febbraio    | <b>1, 15</b>  |
|                       | Dicembre                      | <b>21</b>    | Marzo       | <b>1, 15</b>  |
|                       |                               |              | Aprile      | <b>12, 26</b> |
|                       |                               |              | Maggio      | <b>10</b>     |

---

**Programma**

Prosecuzione dei corsi già avviati, concentrandosi sui principi del diritto e con un occhio ai fatti di cronaca, per capire come vengono gestiti dai Tribunali penali.

---

**Nota**

## DISEGNO

---

|                                         |
|-----------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>MANDICA ALESSANDRA |
|-----------------------------------------|

|                       |                                           |               |             |                  |
|-----------------------|-------------------------------------------|---------------|-------------|------------------|
| <b>Sede</b>           | <b>PEGLI - MUSEO NAVALE (LABORATORIO)</b> |               |             |                  |
| <b>Frequenza</b>      | <b>QUINDICINALE VENERDI</b>               |               |             |                  |
| <b>Orario lezione</b> | <b>16:00 - 18:00</b>                      |               |             |                  |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                               |               | <b>2027</b> |                  |
|                       | Ottobre                                   | <b>16, 30</b> | Gennaio     | <b>8, 22</b>     |
|                       | Novembre                                  | <b>13, 27</b> | Febbraio    | <b>5, 19</b>     |
|                       | Dicembre                                  | <b>11</b>     | Marzo       | <b>5, 19</b>     |
|                       |                                           |               | Aprile      | <b>2, 16, 30</b> |
|                       |                                           |               | Maggio      | <b>14</b>        |

---

### Programma

Introduzione al disegno e copia dal vero con elaborazione pittorica.

---

### Nota

Alla prima lezione portare: album da disegno (24 cm - 33 cm), matite HB e 2B, temperino, gomma, righello, squadre e quaderno degli appunti.

## DISEGNO A CARBONCINO E PASTELLI

---

|                                         |
|-----------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>DURANTE BARTOLOMEO |
|-----------------------------------------|

|                       |                                   |                         |             |                      |
|-----------------------|-----------------------------------|-------------------------|-------------|----------------------|
| <b>Sede</b>           | <b>PRA' - PARROCCHIA S. ROCCO</b> |                         |             |                      |
| <b>Frequenza</b>      | <b>SETTIMANALE LUNEDI</b>         |                         |             |                      |
| <b>Orario lezione</b> | <b>16:30 - 18:00</b>              |                         |             |                      |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                       |                         | <b>2027</b> |                      |
|                       | Ottobre                           | <b>19, 26</b>           | Gennaio     | <b>11, 18, 25</b>    |
|                       | Novembre                          | <b>2, 9, 16, 23, 30</b> | Febbraio    | <b>1, 15, 22</b>     |
|                       | Dicembre                          | <b>14, 21</b>           | Marzo       | <b>1, 8, 15, 22</b>  |
|                       |                                   |                         | Aprile      | <b>5, 12, 19, 26</b> |
|                       |                                   |                         | Maggio      | <b>3, 10</b>         |

---

### Programma

Primi rudimenti del disegno a carboncino con integrazione del disegno a pastello.

---

### Nota

Occorrente: matita a carboncino nero, set pastelli acquerellabili, set matite Carbothello facoltativo, matita HB, gomma pane, gomma matita, squadra 30 cm, 2 squadrette, blocco carta disegno 33x24, g.110-tipo ruvido, confezione cottonfioc normali, confezione cottonfioc testa grande, temperino, compasso facoltativo.

## EDUCAZIONE FINANZIARIA

---

|                                       |
|---------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>GAGGERO GIULIANA |
|---------------------------------------|

|                       |                                           |                      |             |                      |
|-----------------------|-------------------------------------------|----------------------|-------------|----------------------|
| <b>Sede</b>           | <b>PEGLI - MUSEO NAVALE (AULA CAMINO)</b> |                      |             |                      |
| <b>Frequenza</b>      | <b>SETTIMANALE MARTEDI</b>                |                      |             |                      |
| <b>Orario lezione</b> | <b>11:00 - 12:00</b>                      |                      |             |                      |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                               |                      | <b>2027</b> |                      |
|                       | Ottobre                                   | <b>20, 27</b>        | Gennaio     | <b>12, 19, 26</b>    |
|                       | Novembre                                  | <b>3, 10, 17, 24</b> | Febbraio    | <b>2, 16, 23</b>     |
|                       | Dicembre                                  | <b>1, 15, 22</b>     | Marzo       | <b>2, 9, 16, 23</b>  |
|                       |                                           |                      | Aprile      | <b>6, 13, 20, 27</b> |
|                       |                                           |                      | Maggio      | <b>4, 11</b>         |

---

### Programma

Temi di base dell'economia e della finanza e analisi degli strumenti utili ad acquisire le competenze economico-finanziarie necessarie anche per effettuare scelte consapevoli.

---

### Nota

## EDUCAZIONE NUTRIZIONALE

---

|                                     |
|-------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>SARDI LOREDANA |
|-------------------------------------|

|                       |                               |  |             |        |
|-----------------------|-------------------------------|--|-------------|--------|
| <b>Sede</b>           | <b>PEGLI - CAPPELLA DORIA</b> |  |             |        |
| <b>Frequenza</b>      | <b>QUINDICINALE MERCOLEDI</b> |  |             |        |
| <b>Orario lezione</b> | <b>17:15 - 18:30</b>          |  |             |        |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                   |  | <b>2027</b> |        |
|                       | Ottobre 21                    |  | Gennaio     | 13, 27 |
|                       | Novembre 4, 18                |  | Febbraio    | 10, 24 |
|                       | Dicembre 2, 16                |  | Marzo       | 10, 24 |
|                       |                               |  | Aprile      | 7, 21  |
|                       |                               |  | Maggio      | 5      |

---

### Programma

Educare ad uno stile di vita salutare attraverso l'acquisizione di conoscenze nutrizionali e abitudini alimentari funzionali ai bisogni dell'organismo in base all'età. Guidare ad un corretto regime alimentare che faciliti il raggiungimento del benessere psico-fisico, della salute e della longevità. Conoscere i principali alimenti e i loro componenti anche nell'ottica della Nutraceutica (polifenoli, antiossidanti e smartfood). Riflessioni sulle diverse piramidi alimentari della Dieta Mediterranea e sulle altre nuove diete (dieta della longevità, del digiuno intermittente etc.) .

---

### Nota

## ENOGASTRONOMIA

---

|                                         |
|-----------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>DE BELATH BRUNELLO |
|-----------------------------------------|

|                       |                                           |                         |  |  |
|-----------------------|-------------------------------------------|-------------------------|--|--|
| <b>Sede</b>           | <b>PEGLI - MUSEO NAVALE (AULA CAMINO)</b> |                         |  |  |
| <b>Frequenza</b>      | <b>SETTIMANALE VENERDI</b>                |                         |  |  |
| <b>Orario lezione</b> | <b>17:00 - 19:00</b>                      |                         |  |  |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                               | <b>2027</b>             |  |  |
|                       | Ottobre 16, 23, 30                        | Gennaio 8, 15, 22, 29   |  |  |
|                       | Novembre 6, 13, 20, 27                    | Febbraio 5, 12, 19, 26  |  |  |
|                       | Dicembre 4, 11, 18                        | Marzo 5, 12, 19         |  |  |
|                       |                                           | Aprile 2, 9, 16, 23, 30 |  |  |
|                       |                                           | Maggio 7, 14            |  |  |

---

### Programma

Cucina regionale italiana e di tutto il mondo.

---

### Nota

## ETRUSCOLOGIA ED ARCHEOLOGIA ITALICA

---

**Docente/i:**

CARLEVARO EMANUELA RITA

|                       |                                                         |                       |  |
|-----------------------|---------------------------------------------------------|-----------------------|--|
| <b>Sede</b>           | <b>SESTRI - EX BIBL. BRUSCHI VIA VADO 17 (P. TERRA)</b> |                       |  |
| <b>Frequenza</b>      | <b>QUINDICINALE MARTEDI</b>                             |                       |  |
| <b>Orario lezione</b> | <b>15:00 - 16:30</b>                                    |                       |  |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                                             | <b>2027</b>           |  |
|                       | Ottobre <b>20</b>                                       | Gennaio <b>12, 26</b> |  |
|                       | Novembre <b>3, 17</b>                                   | Febbraio <b>23</b>    |  |
|                       | Dicembre <b>1, 15</b>                                   | Marzo <b>9, 23</b>    |  |
|                       |                                                         | Aprile <b>6, 20</b>   |  |
|                       |                                                         | Maggio <b>4</b>       |  |

---

### Programma

Cenni generali sulla civiltà etrusca: origini, lingua, religione, sviluppo politico, sociale ed economico. L'aspetto fisico e la moda, la famiglia etrusca, le case e la vita quotidiana. La cucina etrusca e la cultura etrusca attraverso il cibo.

---

### Nota

Saranno organizzate visite al museo archeologico di Genova Pegli, alla fondazione Rovati di Milano e, se possibile, gite nei luoghi etruschi.

## FILOSOFIA GRECA

---

|                                    |
|------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>ORSINI PIETRO |
|------------------------------------|

|                       |                               |                      |             |                          |
|-----------------------|-------------------------------|----------------------|-------------|--------------------------|
| <b>Sede</b>           | <b>PEGLI - CAPPELLA DORIA</b> |                      |             |                          |
| <b>Frequenza</b>      | <b>SETTIMANALE MERCOLEDI</b>  |                      |             |                          |
| <b>Orario lezione</b> | <b>10:00 - 11:00</b>          |                      |             |                          |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                   |                      | <b>2027</b> |                          |
|                       | Ottobre                       | <b>21, 28</b>        | Gennaio     | <b>13, 20, 27</b>        |
|                       | Novembre                      | <b>4, 11, 18, 25</b> | Febbraio    | <b>3, 10, 17, 24</b>     |
|                       | Dicembre                      | <b>2, 9, 16</b>      | Marzo       | <b>3, 10, 17, 24, 31</b> |
|                       |                               |                      | Aprile      | <b>7, 14, 21, 28</b>     |
|                       |                               |                      | Maggio      | <b>5, 12</b>             |

---

### Programma

Caratteristiche generali del pensiero filosofico. La nascita della filosofia greca. Mito e Logos. I Presocratici (Anassimandro, Eraclito, Parmenide, i Pluralisti). La filosofia greca nell'età classica (Sofisti, Socrate, Platone e Aristotele). La filosofia greca nell'età ellenistica (Epicuro).

---

### Nota

## FILOSOFIA MODERNA

---

|                                    |
|------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>ORSINI PIETRO |
|------------------------------------|

|                       |                               |                      |             |                          |
|-----------------------|-------------------------------|----------------------|-------------|--------------------------|
| <b>Sede</b>           | <b>PEGLI - CAPPELLA DORIA</b> |                      |             |                          |
| <b>Frequenza</b>      | <b>SETTIMANALE MERCOLEDI</b>  |                      |             |                          |
| <b>Orario lezione</b> | <b>11:00 - 12:00</b>          |                      |             |                          |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                   |                      | <b>2027</b> |                          |
|                       | Ottobre                       | <b>21, 28</b>        | Gennaio     | <b>13, 20, 27</b>        |
|                       | Novembre                      | <b>4, 11, 18, 25</b> | Febbraio    | <b>3, 10, 17, 24</b>     |
|                       | Dicembre                      | <b>2, 9, 16</b>      | Marzo       | <b>3, 10, 17, 24, 31</b> |
|                       |                               |                      | Aprile      | <b>7, 14, 21, 28</b>     |
|                       |                               |                      | Maggio      | <b>5, 12</b>             |

---

### Programma

Rinascimento: Machiavelli e Giordano Bruno. Seicento: la rivoluzione scientifica (Galilei e Bacone). Cartesio e la Metafisica soggettiva. Pascal e la scommessa su Dio. Spinoza e il Determinismo. Locke e il liberalismo. La pedagogia scientifica di Comenio. Leibniz e l'armonia prestabilita.

---

### Nota

## FITOTERAPIA

---

|                                           |
|-------------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>ZANGARI CARMELA LINA |
|-------------------------------------------|

|                       |                                           |       |             |        |
|-----------------------|-------------------------------------------|-------|-------------|--------|
| <b>Sede</b>           | <b>PEGLI - MUSEO NAVALE (AULA CAMINO)</b> |       |             |        |
| <b>Frequenza</b>      | <b>QUINDICINALE GIOVEDÌ</b>               |       |             |        |
| <b>Orario lezione</b> | <b>09:30 - 11:30</b>                      |       |             |        |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                               |       | <b>2027</b> |        |
|                       | Ottobre                                   | 22    | Gennaio     | 14, 28 |
|                       | Novembre                                  | 5, 19 | Febbraio    | 11, 25 |
|                       | Dicembre                                  | 3, 17 | Marzo       | 11     |
|                       |                                           |       | Aprile      | 8, 22  |
|                       |                                           |       | Maggio      | 6      |

---

### Programma

Erbe e piante spontanee del nostro territorio: caratteristiche, proprietà curative ed uso alimentare.

---

### Nota

## FOTOGRAFIA BASE

---

|                                  |
|----------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>CONTE PAOLO |
|----------------------------------|

|                       |                                           |  |                |  |
|-----------------------|-------------------------------------------|--|----------------|--|
| <b>Sede</b>           | <b>PEGLI - MUSEO NAVALE (AULA CAMINO)</b> |  |                |  |
| <b>Frequenza</b>      | <b>QUINDICINALE MARTEDI</b>               |  |                |  |
| <b>Orario lezione</b> | <b>09:00 - 11:00</b>                      |  |                |  |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                               |  | <b>2027</b>    |  |
|                       | Ottobre 20                                |  | Gennaio 12, 26 |  |
|                       | Novembre 3, 17                            |  | Febbraio 23    |  |
|                       | Dicembre 1, 15                            |  | Marzo 9, 23    |  |
|                       |                                           |  | Aprile 6, 20   |  |
|                       |                                           |  | Maggio 4       |  |

---

### Programma

Un po' di storia da Niepce al fotogramma optoelettronico. La fotocamera: ottica, otturatore, mirino e/o schermo. Dosare la luce: tempi e diaframmi, la regola del 16, ISO ed esposimetro. Messa a fuoco, profondità di campo, il telemetro e la reflex. Lunghezza focale ed angolo di campo. L'iperfocale, autofocus... manuale. Il panning. L'arte del B/N, solo geometria e luce, il gioco dei contrasti. Fotocamera e cellulare. Uscite sul campo per una categoria di soggetti: il mare, i palazzi storici, la ferrovia, il lavoro, gli impianti industriali. Le regole della privacy. L'originalità nel dettaglio.

---

### Nota

Lezioni supportate da esemplari storici di fotocamere ed ottiche semiprofessionali ed amatoriali.

## FOTOGRAFIA NATURALISTICA BASE

---

|                                       |
|---------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>DE SOLE LOREDANA |
|---------------------------------------|

|                       |                                                  |             |        |  |
|-----------------------|--------------------------------------------------|-------------|--------|--|
| <b>Sede</b>           | <b>PEGLI - SCUOLA RIZZO (AULA 2 PIANO TERRA)</b> |             |        |  |
| <b>Frequenza</b>      | <b>QUINDICINALE MERCOLEDI</b>                    |             |        |  |
| <b>Orario lezione</b> | <b>15:00 - 17:00</b>                             |             |        |  |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                                      | <b>2027</b> |        |  |
|                       | Ottobre 21                                       | Gennaio     | 13, 27 |  |
|                       | Novembre 4, 18                                   | Febbraio    | 10, 24 |  |
|                       | Dicembre 2, 16                                   | Marzo       | 10, 24 |  |
|                       |                                                  | Aprile      | 7, 21  |  |
|                       |                                                  | Maggio      | 5      |  |

---

### Programma

Cosa è la fotografia naturalistica: paesaggistica, macrofotografia, appostamento per wildlife, fototrappolaggio, tecniche di avvicinamento, mimetismo, ETICA. Utilizzo della propria macchina: manuale, priorità tempo o diaframma, raffica. Gestione degli ISO. Obiettivi e loro caratteristiche. Gestione del micromosso. Messa a fuoco diaframmi e profondità di campo. Correzione dell'esposizione. Impostazioni della propria macchina. Bilanciamento del bianco. Composizione. Prove pratiche in aula. Cenni di postproduzione.

---

### Nota

OBBLIGATORIO avere una macchina fotografica reflex digitale, mirrorless o compatta evoluta, NO CELLULARE. Sono previste uscite fotografiche con le opportune autorizzazioni.

## FOTOGRAFIAMO INSIEME COL CELLULARE

---

**Docente/i:**

MINOTTI CARLO / BARBAGELATA LUIGI

|                       |                                           |               |             |               |
|-----------------------|-------------------------------------------|---------------|-------------|---------------|
| <b>Sede</b>           | <b>PEGLI - MUSEO NAVALE (AULA CAMINO)</b> |               |             |               |
| <b>Frequenza</b>      | <b>QUINDICINALE MARTEDI</b>               |               |             |               |
| <b>Orario lezione</b> | <b>14:30 - 16:30</b>                      |               |             |               |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                               |               | <b>2027</b> |               |
|                       | Ottobre                                   | <b>27</b>     | Gennaio     | <b>19</b>     |
|                       | Novembre                                  | <b>10, 24</b> | Febbraio    | <b>2, 16</b>  |
|                       | Dicembre                                  | <b>22</b>     | Marzo       | <b>2, 16</b>  |
|                       |                                           |               | Aprile      | <b>13, 27</b> |
|                       |                                           |               | Maggio      | <b>11</b>     |

---

### Programma

Vari utilizzi del cellulare come strumento di ripresa fotografica: possibilità espressive (tipologia, caratteristiche e limiti). Approfondimenti tecnici ed espressivi.

---

### Nota

Sono previste uscite fotografiche con le opportune autorizzazioni.

## FRANCESE (2)

---

|                                    |
|------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>ANSALDO MARIA |
|------------------------------------|

|                       |                            |                      |             |                         |
|-----------------------|----------------------------|----------------------|-------------|-------------------------|
| <b>Sede</b>           | <b>ONLINE</b>              |                      |             |                         |
| <b>Frequenza</b>      | <b>SETTIMANALE VENERDI</b> |                      |             |                         |
| <b>Orario lezione</b> | <b>16:30 - 17:30</b>       |                      |             |                         |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                |                      | <b>2027</b> |                         |
|                       | Ottobre                    | <b>16, 23, 30</b>    | Gennaio     | <b>8, 15, 22, 29</b>    |
|                       | Novembre                   | <b>6, 13, 20, 27</b> | Febbraio    | <b>5, 12, 19, 26</b>    |
|                       | Dicembre                   | <b>4, 11, 18</b>     | Marzo       | <b>5, 12, 19</b>        |
|                       |                            |                      | Aprile      | <b>2, 9, 16, 23, 30</b> |
|                       |                            |                      | Maggio      | <b>7, 14</b>            |

---

### Programma

Introduzione di nuove nozioni linguistiche.

---

### Nota

Sarà necessario un libro di testo che verrà comunicato durante le prime lezioni.

## FRANCESE (3)

---

|                                                    |
|----------------------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>RATTOTTI MARINA / PONZ DENIZE |
|----------------------------------------------------|

|                       |                                                    |                      |             |                          |
|-----------------------|----------------------------------------------------|----------------------|-------------|--------------------------|
| <b>Sede</b>           | <b>PEGLI - SCUOLA RIZZO (AULA 2 PIANO SECONDO)</b> |                      |             |                          |
| <b>Frequenza</b>      | <b>SETTIMANALE MERCOLEDI</b>                       |                      |             |                          |
| <b>Orario lezione</b> | <b>16:30 - 17:30</b>                               |                      |             |                          |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                                        |                      | <b>2027</b> |                          |
|                       | Ottobre                                            | <b>21, 28</b>        | Gennaio     | <b>13, 20, 27</b>        |
|                       | Novembre                                           | <b>4, 11, 18, 25</b> | Febbraio    | <b>3, 10, 17, 24</b>     |
|                       | Dicembre                                           | <b>2, 9, 16</b>      | Marzo       | <b>3, 10, 17, 24, 31</b> |
|                       |                                                    |                      | Aprile      | <b>7, 14, 21, 28</b>     |
|                       |                                                    |                      | Maggio      | <b>5, 12</b>             |

---

### Programma

Il corso focalizza l'attenzione sull'apprendimento, sulla comprensione orale e scritta della lingua straniera.

---

### Nota

Passeggiate urbane e visite museali con opportune autorizzazioni.

## FRANCESE: CONVERSAZIONE INTERATTIVA DIVERTENTE

---

|                                   |
|-----------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>PERATTI DORA |
|-----------------------------------|

|                       |                                                    |             |               |  |
|-----------------------|----------------------------------------------------|-------------|---------------|--|
| <b>Sede</b>           | <b>PEGLI - SCUOLA RIZZO (AULA 1 PIANO SECONDO)</b> |             |               |  |
| <b>Frequenza</b>      | <b>SETTIMANALE MARTEDI</b>                         |             |               |  |
| <b>Orario lezione</b> | <b>15:00 - 16:30</b>                               |             |               |  |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                                        | <b>2027</b> |               |  |
|                       | Ottobre 20, 27                                     | Gennaio     | 12, 19, 26    |  |
|                       | Novembre 3, 10, 17, 24                             | Febbraio    | 2, 16, 23     |  |
|                       | Dicembre 1, 15, 22                                 | Marzo       | 2, 9, 16, 23  |  |
|                       |                                                    | Aprile      | 6, 13, 20, 27 |  |
|                       |                                                    | Maggio      | 4, 11         |  |

---

### Programma

Conversazione su temi vari che riguardano le abitudini, la cucina, l'attualità francese. Presentazione di mete turistiche e regioni francesi. Lettura e comprensione di brevi brani tratti da libri, riviste che diano spunto per discussioni leggere e divertenti. Ascolto di brani musicali moderni di cantautori francesi per spunti di dibattito e per migliorare la comprensione.

---

### Nota

Corso rivolto a persone che abbiano acquisito almeno livello intermedio.

## GENOVA E LA SUA STORIA

---

|                                   |
|-----------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>DAGNINO ENZO |
|-----------------------------------|

|                       |                                                |  |                    |  |
|-----------------------|------------------------------------------------|--|--------------------|--|
| <b>Sede</b>           | <b>PEGLI - MUSEO NAVALE (SALONE ARGONAUTI)</b> |  |                    |  |
| <b>Frequenza</b>      | <b>MENSILE MARTEDI</b>                         |  |                    |  |
| <b>Orario lezione</b> | <b>16:30 - 18:00</b>                           |  |                    |  |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                                    |  | <b>2027</b>        |  |
|                       | Novembre <b>10</b>                             |  | Gennaio <b>12</b>  |  |
|                       | Dicembre <b>15</b>                             |  | Febbraio <b>16</b> |  |
|                       |                                                |  | Marzo <b>16</b>    |  |
|                       |                                                |  | Aprile <b>13</b>   |  |
|                       |                                                |  | Maggio <b>11</b>   |  |

---

### Programma

I grandi cambiamenti politici, industriali e sociali dal XIX al XX secolo. Il Risorgimento. Il Porto. L'industria moderna. L'industria cantieristica. Le grandi Navi. Storia e Leggende.

---

### Nota

Previste due uscite in città previa autorizzazione.

## GENOVA E LA SUA STORIA CIVILE E INDUSTRIALE

---

|                                   |
|-----------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>DAGNINO ENZO |
|-----------------------------------|

|                       |                            |           |             |           |
|-----------------------|----------------------------|-----------|-------------|-----------|
| <b>Sede</b>           | <b>SESTRI - AUDITORIUM</b> |           |             |           |
| <b>Frequenza</b>      | <b>MENSILE GIOVEDÌ</b>     |           |             |           |
| <b>Orario lezione</b> | <b>16:00 - 17:30</b>       |           |             |           |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                |           | <b>2027</b> |           |
|                       | Ottobre                    | <b>22</b> | Gennaio     | <b>14</b> |
|                       | Dicembre                   | <b>10</b> | Febbraio    | <b>11</b> |
|                       |                            |           | Marzo       | <b>11</b> |
|                       |                            |           | Aprile      | <b>8</b>  |
|                       |                            |           | Maggio      | <b>6</b>  |

---

### Programma

La città, l'artigianato e l'industria - la sua evoluzione dal XI secolo ad oggi attraverso l'urbanistica, l'espansione territoriale e le sue delegazioni.

---

### Nota

Riedizione del corso svolto nel 2025/26 a Pegli. Previste due uscite in città previa autorizzazione.

## GEOGRAFIA DEL TURISMO

---

|                                    |
|------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>SACCO MASSIMO |
|------------------------------------|

|                       |                               |  |                |  |
|-----------------------|-------------------------------|--|----------------|--|
| <b>Sede</b>           | <b>PEGLI - CAPPELLA DORIA</b> |  |                |  |
| <b>Frequenza</b>      | <b>QUINDICINALE LUNEDI</b>    |  |                |  |
| <b>Orario lezione</b> | <b>15:00 - 16:00</b>          |  |                |  |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                   |  | <b>2027</b>    |  |
|                       | Ottobre 19                    |  | Gennaio 11, 25 |  |
|                       | Novembre 2, 16, 30            |  | Febbraio 22    |  |
|                       | Dicembre 14                   |  | Marzo 8, 22    |  |
|                       |                               |  | Aprile 5, 19   |  |
|                       |                               |  | Maggio 3       |  |

---

### Programma

Il corso analizza le principali mete del turismo internazionale esplorandone gli aspetti storici, artistici e paesaggistici. Attraverso slides, mappe e analisi visuale, si studieranno le attrazioni che definiscono l'identità turistica dei grandi paesi.

---

### Nota

## GIARDINAGGIO

---

|                                     |
|-------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>CERVETTO LUIGI |
|-------------------------------------|

|                       |                                           |             |               |  |
|-----------------------|-------------------------------------------|-------------|---------------|--|
| <b>Sede</b>           | <b>PEGLI - MUSEO NAVALE (LABORATORIO)</b> |             |               |  |
| <b>Frequenza</b>      | <b>SETTIMANALE LUNEDI</b>                 |             |               |  |
| <b>Orario lezione</b> | <b>09:00 - 11:00</b>                      |             |               |  |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                               | <b>2027</b> |               |  |
|                       | Ottobre 19, 26                            | Gennaio     | 11, 18, 25    |  |
|                       | Novembre 2, 9, 16, 23, 30                 | Febbraio    | 1, 15, 22     |  |
|                       | Dicembre 14, 21                           | Marzo       | 1, 8, 15, 22  |  |
|                       |                                           | Aprile      | 5, 12, 19, 26 |  |
|                       |                                           | Maggio      | 3, 10         |  |

---

### Programma

Nozioni elementari di botanica, il terreno agrario, la riproduzione gamica e agamica, il trapianto e l'impianto, la concimazione, l'annaffiatura, la potatura, le principali malattie delle piante. La progettazione di un'aiuola.

---

### Nota

Si consiglia il testo: Scuola di giardinaggio di Eliana Ferioli edizioni Demetra

## I GRANDI DEL JAZZ

---

|                                           |
|-------------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>BALOSSINO ALESSANDRO |
|-------------------------------------------|

|                       |                               |               |             |               |
|-----------------------|-------------------------------|---------------|-------------|---------------|
| <b>Sede</b>           | <b>PEGLI - CAPPELLA DORIA</b> |               |             |               |
| <b>Frequenza</b>      | <b>QUINDICINALE MARTEDI</b>   |               |             |               |
| <b>Orario lezione</b> | <b>15:00 - 17:00</b>          |               |             |               |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                   |               | <b>2027</b> |               |
|                       | Ottobre                       | <b>27</b>     | Gennaio     | <b>19</b>     |
|                       | Novembre                      | <b>10, 24</b> | Febbraio    | <b>2, 16</b>  |
|                       | Dicembre                      | <b>22</b>     | Marzo       | <b>2, 16</b>  |
|                       |                               |               | Aprile      | <b>13, 27</b> |
|                       |                               |               | Maggio      | <b>11</b>     |

---

### Programma

Un viaggio storico-musicale nel mondo della musica afro-americana ripercorrendo, attraverso i "Grandi", l'intero arco della Storia del jazz rivivendo gli aspetti e i brani di maggior rilevanza, dalle origini alle avanguardie.

---

### Nota

## I MISTERI D'ITALIA TRA MAFIA E STRATEGIA DELLA TENSIONE

---

|                                         |
|-----------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>VALENTINO LUDOVICO |
|-----------------------------------------|

|                       |                                                  |               |             |                  |
|-----------------------|--------------------------------------------------|---------------|-------------|------------------|
| <b>Sede</b>           | <b>PEGLI - SCUOLA RIZZO (AULA 1 PIANO TERRA)</b> |               |             |                  |
| <b>Frequenza</b>      | <b>QUINDICINALE MERCOLEDI</b>                    |               |             |                  |
| <b>Orario lezione</b> | <b>17:00 - 18:30</b>                             |               |             |                  |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                                      |               | <b>2027</b> |                  |
|                       | Ottobre                                          | <b>28</b>     | Gennaio     | <b>20</b>        |
|                       | Novembre                                         | <b>11, 25</b> | Febbraio    | <b>3, 17</b>     |
|                       | Dicembre                                         | <b>9</b>      | Marzo       | <b>3, 17, 31</b> |
|                       |                                                  |               | Aprile      | <b>14, 28</b>    |
|                       |                                                  |               | Maggio      | <b>12</b>        |

---

### Programma

Il corso approfondirà i legami tra mafia e vita politica, economica e sociale italiana durante il periodo della "guerra fredda". Verrà preso in esame il ruolo di questa organizzazione criminale negli attentati che hanno insanguinato il nostro Paese durante gli anni della cosiddetta "Strategia della tensione", fino agli omicidi "Eccellenti" (Mattarella, Falcone, Borsellino).

---

### Nota

## IGIENE E SICUREZZA ALIMENTARE

---

|                                     |
|-------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>SARDI LOREDANA |
|-------------------------------------|

|                       |                               |  |                 |  |
|-----------------------|-------------------------------|--|-----------------|--|
| <b>Sede</b>           | <b>PEGLI - CAPPELLA DORIA</b> |  |                 |  |
| <b>Frequenza</b>      | <b>QUINDICINALE MERCOLEDI</b> |  |                 |  |
| <b>Orario lezione</b> | <b>16:00 - 17:15</b>          |  |                 |  |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                   |  | <b>2027</b>     |  |
|                       | Ottobre 21                    |  | Gennaio 13, 27  |  |
|                       | Novembre 4, 18                |  | Febbraio 10, 24 |  |
|                       | Dicembre 2, 16                |  | Marzo 10, 24    |  |
|                       |                               |  | Aprile 7, 21    |  |
|                       |                               |  | Maggio 5        |  |

---

### Programma

Sicurezza nutrizionale degli alimenti durante i processi di produzione/trasformazione/conservazione e cottura. Cibi processati e ultra processati. Igiene delle derrate alimentari. Sicurezza alimentare in relazione a contaminanti biologici e chimici. Lettura/analisi delle etichette (importanza della tracciabilità). Coloranti e additivi alimentari. L'agricoltura biologica e biodinamica. Prodotti tipici e certificazione di qualità (DOP, DOC, IGP, STG, etc.). Lo spreco alimentare e l'utilizzo degli scarti.

---

### Nota

## IL CONDOMINIO

---

|                                       |
|---------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>DI LORENZO DARIO |
|---------------------------------------|

|                       |                               |  |                |  |
|-----------------------|-------------------------------|--|----------------|--|
| <b>Sede</b>           | <b>PEGLI - CAPPELLA DORIA</b> |  |                |  |
| <b>Frequenza</b>      | <b>QUINDICINALE MARTEDI</b>   |  |                |  |
| <b>Orario lezione</b> | <b>16:30 - 17:30</b>          |  |                |  |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                   |  | <b>2027</b>    |  |
|                       | Ottobre 20                    |  | Gennaio 12, 26 |  |
|                       | Novembre 3, 17                |  | Febbraio 23    |  |
|                       | Dicembre 1, 15                |  | Marzo 9, 23    |  |
|                       |                               |  | Aprile 6, 20   |  |
|                       |                               |  | Maggio 4       |  |

---

### Programma

Il Corso, giunto al suo 7° anno, ha lo scopo di fornire attraverso "pillole di conoscenza" il modo per apprendere i propri diritti e doveri nell'ambito delle gestioni condominiali.

---

### Nota

## IL FRANCESE NELLA CANZONE E NEI TESTI LETTERARI

---

|                                   |
|-----------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>MEDUSI VANDA |
|-----------------------------------|

|                       |                               |               |             |                  |
|-----------------------|-------------------------------|---------------|-------------|------------------|
| <b>Sede</b>           | <b>PEGLI - CAPPELLA DORIA</b> |               |             |                  |
| <b>Frequenza</b>      | <b>QUINDICINALE VENERDI</b>   |               |             |                  |
| <b>Orario lezione</b> | <b>09:30 - 11:30</b>          |               |             |                  |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                   |               | <b>2027</b> |                  |
|                       | Ottobre                       | <b>16, 30</b> | Gennaio     | <b>8, 22</b>     |
|                       | Novembre                      | <b>13, 27</b> | Febbraio    | <b>5, 19</b>     |
|                       | Dicembre                      | <b>11</b>     | Marzo       | <b>5, 19</b>     |
|                       |                               |               | Aprile      | <b>2, 16, 30</b> |
|                       |                               |               | Maggio      | <b>14</b>        |

---

### Programma

Ascolto di canzoni legate alla letteratura con analisi e commento dei testi in lingua francese. Approfondimenti lessicali e grammaticali suggeriti dai testi medesimi.

---

### Nota

## IL MONDO DELLA BIBBIA E GLI ANTICHI IMPERI D'ORIENTE (A)

---

|                                                |
|------------------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>MARTINI GIOVANNI BATTISTA |
|------------------------------------------------|

|                       |                               |              |             |               |
|-----------------------|-------------------------------|--------------|-------------|---------------|
| <b>Sede</b>           | <b>PEGLI - CAPPELLA DORIA</b> |              |             |               |
| <b>Frequenza</b>      | <b>QUINDICINALE MARTEDI</b>   |              |             |               |
| <b>Orario lezione</b> | <b>15:00 - 16:30</b>          |              |             |               |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                   |              | <b>2027</b> |               |
|                       | Ottobre                       | <b>20</b>    | Gennaio     | <b>12, 26</b> |
|                       | Novembre                      | <b>3, 17</b> | Febbraio    | <b>23</b>     |
|                       | Dicembre                      | <b>1, 15</b> | Marzo       | <b>9, 23</b>  |
|                       |                               |              | Aprile      | <b>6, 20</b>  |
|                       |                               |              | Maggio      | <b>4</b>      |

---

### Programma

La Storia millenaria del popolo Ebreo, dalle origini alla nascita di Cristo, nello scenario delle grandi civiltà del passato.

---

### Nota

## IL MONDO DELLA BIBBIA E GLI ANTICHI IMPERI D'ORIENTE (B)

---

|                                                |
|------------------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>MARTINI GIOVANNI BATTISTA |
|------------------------------------------------|

|                       |                                                         |       |             |        |
|-----------------------|---------------------------------------------------------|-------|-------------|--------|
| <b>Sede</b>           | <b>SESTRI - EX BIBL. BRUSCHI VIA VADO 17 (P. TERRA)</b> |       |             |        |
| <b>Frequenza</b>      | <b>QUINDICINALE MERCOLEDI</b>                           |       |             |        |
| <b>Orario lezione</b> | <b>16:30 - 18:00</b>                                    |       |             |        |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                                             |       | <b>2027</b> |        |
|                       | Ottobre                                                 | 21    | Gennaio     | 13, 27 |
|                       | Novembre                                                | 4, 18 | Febbraio    | 10, 24 |
|                       | Dicembre                                                | 2, 16 | Marzo       | 10, 24 |
|                       |                                                         |       | Aprile      | 7, 21  |
|                       |                                                         |       | Maggio      | 5      |

---

### Programma

La Storia millenaria del popolo Ebreo, dalle origini alla nascita di Cristo, nello scenario delle grandi civiltà del passato.

---

### Nota

## IL MONDO DI DANTE: VITA OPERE E ALCUNI CANTI DELLA DIVINA COMMEDIA

---

|                                         |
|-----------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>VALENTINO LUDOVICO |
|-----------------------------------------|

|                       |                                 |              |             |               |
|-----------------------|---------------------------------|--------------|-------------|---------------|
| <b>Sede</b>           | <b>PEGLI - CENTRO CULTURALE</b> |              |             |               |
| <b>Frequenza</b>      | <b>QUINDICINALE GIOVEDÌ</b>     |              |             |               |
| <b>Orario lezione</b> | <b>17:00 - 18:30</b>            |              |             |               |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                     |              | <b>2027</b> |               |
|                       | Ottobre                         | <b>22</b>    | Gennaio     | <b>14, 28</b> |
|                       | Novembre                        | <b>5, 19</b> | Febbraio    | <b>11, 25</b> |
|                       | Dicembre                        | <b>3, 17</b> | Marzo       | <b>11</b>     |
|                       |                                 |              | Aprile      | <b>8, 22</b>  |
|                       |                                 |              | Maggio      | <b>6</b>      |

---

### Programma

L'Alto e il Basso Medioevo, la nascita del Comune e le lotte tra Guelfi e Ghibellini; Dante, la sua vita e le sue opere; La Divina Commedia con scelta di alcuni canti da Inferno, Purgatorio, Paradiso.

---

### Nota

## IL SAECULUM OBSCURUM

---

|                                       |
|---------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>MUNARETTO FLAVIO |
|---------------------------------------|

|                       |                                                         |               |             |                  |
|-----------------------|---------------------------------------------------------|---------------|-------------|------------------|
| <b>Sede</b>           | <b>SESTRI - EX BIBL. BRUSCHI VIA VADO 17 (P. TERRA)</b> |               |             |                  |
| <b>Frequenza</b>      | <b>QUINDICINALE MERCOLEDI</b>                           |               |             |                  |
| <b>Orario lezione</b> | <b>09:30 - 11:00</b>                                    |               |             |                  |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                                             |               | <b>2027</b> |                  |
|                       | Ottobre                                                 | <b>28</b>     | Gennaio     | <b>20</b>        |
|                       | Novembre                                                | <b>11, 25</b> | Febbraio    | <b>3, 17</b>     |
|                       | Dicembre                                                | <b>9</b>      | Marzo       | <b>3, 17, 31</b> |
|                       |                                                         |               | Aprile      | <b>14, 28</b>    |
|                       |                                                         |               | Maggio      | <b>12</b>        |

---

### Programma

« Inizia col 900 una nuova era / detta di ferro per la sterilità del bene, / di piombo per la bruttezza del male dilagante / e oscura per la mancanza di scrittori.» da Cesare Baronio "Annales Ecclesiastici".

---

### Nota

"Il Saeculum Obscurum" corso di Storia in 14 lezioni: dalla "pornocrazia romana" attraverso i Marchesi Aleramici-Paleologi del Monferrato e gli Ottomani per arrivare alla Papessa Giovanna.

## IL VANGELO SECONDO MATTEO

---

|                                          |
|------------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>CATTANEO DON PIETRO |
|------------------------------------------|

|                       |                                           |             |        |  |
|-----------------------|-------------------------------------------|-------------|--------|--|
| <b>Sede</b>           | <b>PEGLI - MUSEO NAVALE (AULA CAMINO)</b> |             |        |  |
| <b>Frequenza</b>      | <b>QUINDICINALE GIOVEDÌ</b>               |             |        |  |
| <b>Orario lezione</b> | <b>15:30 - 16:30</b>                      |             |        |  |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                               | <b>2027</b> |        |  |
|                       | Ottobre 22                                | Gennaio     | 14, 28 |  |
|                       | Novembre 5, 19                            | Febbraio    | 11, 25 |  |
|                       | Dicembre 3, 17                            | Marzo       | 11     |  |
|                       |                                           | Aprile      | 8, 22  |  |
|                       |                                           | Maggio      | 6      |  |

---

### Programma

Il Vangelo secondo Matteo.

---

### Nota

## INFORMATICA BASE (S.O. WINDOWS)

---

|                                     |
|-------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>OLIVERI UBALDO |
|-------------------------------------|

|                       |                                                |  |                |  |
|-----------------------|------------------------------------------------|--|----------------|--|
| <b>Sede</b>           | <b>PEGLI - MUSEO NAVALE (LAB. INFORMATICA)</b> |  |                |  |
| <b>Frequenza</b>      | <b>MENSILE MERCOLEDI</b>                       |  |                |  |
| <b>Orario lezione</b> | <b>15:00 - 16:30</b>                           |  |                |  |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                                    |  | <b>2027</b>    |  |
|                       | Novembre 4                                     |  | Gennaio 20     |  |
|                       | Dicembre 2                                     |  | Febbraio 3, 17 |  |
|                       |                                                |  | Marzo 17       |  |
|                       |                                                |  | Aprile 14      |  |

---

### Programma

Accensione e spegnimento, mouse e tastiera. Il Desktop (Scrivania). Riconoscere le icone principali e la barra delle applicazioni. Le Finestre di Windows. File e cartelle: che cosa sono? Creare una nuova cartella, rinominarla e spostare un file (trascinamento). Scrivere un semplice testo su Blocco Note, WordPad (o Word). I caratteri speciali. Salvare il lavoro. Cos'è un Browser. I motori di ricerca. I collegamenti (Link). Navigazione sicura. Cos'è l'email. Leggere, inviare e inoltrare posta. Come riconoscere le email sospette. Introduzione allo SPID/CIE. I siti utili per il cittadino. Guardare un video su YouTube o cercare un film/programma su RAI Play. Chiavette USB.

---

### Nota

---

## INFORMATICA BASE, LO SMARTPHONE , LA DOMOTICA

---

|                                         |
|-----------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>CAVALLETTI CLAUDIO |
|-----------------------------------------|

|                       |                                                |                      |             |                         |
|-----------------------|------------------------------------------------|----------------------|-------------|-------------------------|
| <b>Sede</b>           | <b>PEGLI - MUSEO NAVALE (LAB. INFORMATICA)</b> |                      |             |                         |
| <b>Frequenza</b>      | <b>SETTIMANALE GIOVEDI</b>                     |                      |             |                         |
| <b>Orario lezione</b> | <b>15:30 - 17:00</b>                           |                      |             |                         |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                                    |                      | <b>2027</b> |                         |
|                       | Ottobre                                        | <b>15, 22, 29</b>    | Gennaio     | <b>7, 14, 21, 28</b>    |
|                       | Novembre                                       | <b>5, 12, 19, 26</b> | Febbraio    | <b>4, 11, 18, 25</b>    |
|                       | Dicembre                                       | <b>3, 10, 17</b>     | Marzo       | <b>4, 11, 18</b>        |
|                       |                                                |                      | Aprile      | <b>1, 8, 15, 22, 29</b> |
|                       |                                                |                      | Maggio      | <b>6, 13</b>            |

---

### Programma

Il computer: breve storia, Hardware e Software. Come utilizzare il computer, tastiera e mouse. Tipologie di file, gestione delle cartelle e Programmi applicativi o APP. Il programma LibreOffice (Writer e Calc). Tecniche di navigazione su Internet, la Posta Elettronica, La Sicurezza dei Dati. Lo Smartphone: suo utilizzo (le APP, la gestione dei dati, delle fotografie, etc.). La comunicazione tra Computer e Smartphone. La Domotica: Internet delle Cose, Alexa, come l'automazione della casa (domotica) può semplificarci la vita.

---

### Nota

Il Corso approfondisce i differenti utilizzi del computer e dello smartphone e la comunicazione tra di essi. L'argomento della domotica verrà trattato nel modo più semplice possibile.

## INGLESE

---

|                                    |
|------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>ANSALDO MARIA |
|------------------------------------|

|                       |                           |                  |             |               |
|-----------------------|---------------------------|------------------|-------------|---------------|
| <b>Sede</b>           | <b>ONLINE</b>             |                  |             |               |
| <b>Frequenza</b>      | <b>SETTIMANALE LUNEDI</b> |                  |             |               |
| <b>Orario lezione</b> | <b>15:00 - 16:30</b>      |                  |             |               |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>               |                  | <b>2027</b> |               |
|                       | Ottobre                   | 19, 26           | Gennaio     | 11, 18, 25    |
|                       | Novembre                  | 2, 9, 16, 23, 30 | Febbraio    | 1, 15, 22     |
|                       | Dicembre                  | 14, 21           | Marzo       | 1, 8, 15, 22  |
|                       |                           |                  | Aprile      | 5, 12, 19, 26 |
|                       |                           |                  | Maggio      | 3, 10         |

---

### Programma

Progressiva acquisizione delle competenze linguistiche per mantenere una buona "fluency" nella comunicazione verbale.

---

### Nota

Sarà necessario un libro di testo che verrà comunicato durante le prime lezioni.

## INGLESE - A PICCOLI PASSI VERSO IL LIVELLO B1

---

|                                           |
|-------------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>PAVESE CARLA AMABILE |
|-------------------------------------------|

|                       |                               |                         |  |  |
|-----------------------|-------------------------------|-------------------------|--|--|
| <b>Sede</b>           | <b>PEGLI - CAPPELLA DORIA</b> |                         |  |  |
| <b>Frequenza</b>      | <b>SETTIMANALE GIOVEDI</b>    |                         |  |  |
| <b>Orario lezione</b> | <b>09:00 - 10:00</b>          |                         |  |  |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                   | <b>2027</b>             |  |  |
|                       | Ottobre 15, 22, 29            | Gennaio 7, 14, 21, 28   |  |  |
|                       | Novembre 5, 12, 19, 26        | Febbraio 4, 11, 18, 25  |  |  |
|                       | Dicembre 3, 10, 17            | Marzo 4, 11, 18         |  |  |
|                       |                               | Aprile 1, 8, 15, 22, 29 |  |  |
|                       |                               | Maggio 6, 13            |  |  |

---

### Programma

L'obiettivo del corso è di fornire ai partecipanti gli strumenti necessari per avere confidenza con la lingua; di perfezionare le conoscenze grammaticali e lessicali già in parte acquisite; di proporre nuovi elementi grammaticali e lessicali utili alla comunicazione scritta e orale.

---

### Nota

## INGLESE (2)

---

|                                    |
|------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>ANSALDO MARIA |
|------------------------------------|

|                       |                            |               |             |                  |
|-----------------------|----------------------------|---------------|-------------|------------------|
| <b>Sede</b>           | <b>ONLINE</b>              |               |             |                  |
| <b>Frequenza</b>      | <b>SETTIMANALE GIOVEDI</b> |               |             |                  |
| <b>Orario lezione</b> | <b>15:00 - 16:00</b>       |               |             |                  |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                |               | <b>2027</b> |                  |
|                       | Ottobre                    | 15, 22, 29    | Gennaio     | 7, 14, 21, 28    |
|                       | Novembre                   | 5, 12, 19, 26 | Febbraio    | 4, 11, 18, 25    |
|                       | Dicembre                   | 3, 10, 17     | Marzo       | 4, 11, 18        |
|                       |                            |               | Aprile      | 1, 8, 15, 22, 29 |
|                       |                            |               | Maggio      | 6, 13            |

---

### Programma

Introduzione di nuove strutture linguistiche.

---

### Nota

Sarà necessario un libro di testo che verrà comunicato durante le prime lezioni.

## INGLESE (3)

---

|                                    |
|------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>ANSALDO MARIA |
|------------------------------------|

|                       |                            |                      |             |                         |
|-----------------------|----------------------------|----------------------|-------------|-------------------------|
| <b>Sede</b>           | <b>ONLINE</b>              |                      |             |                         |
| <b>Frequenza</b>      | <b>SETTIMANALE VENERDI</b> |                      |             |                         |
| <b>Orario lezione</b> | <b>15:00 - 16:30</b>       |                      |             |                         |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                |                      | <b>2027</b> |                         |
|                       | Ottobre                    | <b>16, 23, 30</b>    | Gennaio     | <b>8, 15, 22, 29</b>    |
|                       | Novembre                   | <b>6, 13, 20, 27</b> | Febbraio    | <b>5, 12, 19, 26</b>    |
|                       | Dicembre                   | <b>4, 11, 18</b>     | Marzo       | <b>5, 12, 19</b>        |
|                       |                            |                      | Aprile      | <b>2, 9, 16, 23, 30</b> |
|                       |                            |                      | Maggio      | <b>7, 14</b>            |

---

### Programma

Introduzione di nuove strutture linguistiche.

---

### Nota

Sarà necessario un libro di testo che verrà comunicato durante le prime lezioni.

## INGLESE (4)

---

|                                    |
|------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>ANSALDO MARIA |
|------------------------------------|

|                       |                           |                  |             |               |
|-----------------------|---------------------------|------------------|-------------|---------------|
| <b>Sede</b>           | <b>ONLINE</b>             |                  |             |               |
| <b>Frequenza</b>      | <b>SETTIMANALE LUNEDI</b> |                  |             |               |
| <b>Orario lezione</b> | <b>16:30 - 18:00</b>      |                  |             |               |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>               |                  | <b>2027</b> |               |
|                       | Ottobre                   | 19, 26           | Gennaio     | 11, 18, 25    |
|                       | Novembre                  | 2, 9, 16, 23, 30 | Febbraio    | 1, 15, 22     |
|                       | Dicembre                  | 14, 21           | Marzo       | 1, 8, 15, 22  |
|                       |                           |                  | Aprile      | 5, 12, 19, 26 |
|                       |                           |                  | Maggio      | 3, 10         |

---

### Programma

Introduzione di nuove strutture linguistiche.

---

### Nota

Sarà necessario un libro di testo che verrà comunicato durante le prime lezioni.

## INGLESE AVANZATO

---

|                                 |
|---------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>GHIO IVANA |
|---------------------------------|

|                       |                               |                         |  |  |
|-----------------------|-------------------------------|-------------------------|--|--|
| <b>Sede</b>           | <b>PEGLI - CAPPELLA DORIA</b> |                         |  |  |
| <b>Frequenza</b>      | <b>SETTIMANALE GIOVEDI</b>    |                         |  |  |
| <b>Orario lezione</b> | <b>18:00 - 20:00</b>          |                         |  |  |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                   | <b>2027</b>             |  |  |
|                       | Ottobre 15, 22, 29            | Gennaio 7, 14, 21, 28   |  |  |
|                       | Novembre 5, 12, 19, 26        | Febbraio 4, 11, 18, 25  |  |  |
|                       | Dicembre 3, 10, 17            | Marzo 4, 11, 18         |  |  |
|                       |                               | Aprile 1, 8, 15, 22, 29 |  |  |
|                       |                               | Maggio 6, 13            |  |  |

---

### Programma

Progressiva acquisizione delle competenze linguistiche per mantenere una buona "fluency" nella comunicazione verbale. Il corso si svolgerà principalmente in lingua. Letture di attualità e canzoni prese dal magazine "SPEAK UP" e visione di film in inglese. Cenni di storia e letteratura inglese con lettura e analisi di brani e poesie di autori dei periodi esaminati.

---

### Nota

## INGLESE BASE (LIVELLO A2)

---

|                                        |
|----------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>SPILINGA STEFANIA |
|----------------------------------------|

|                       |                               |                      |             |                      |
|-----------------------|-------------------------------|----------------------|-------------|----------------------|
| <b>Sede</b>           | <b>PEGLI - CAPPELLA DORIA</b> |                      |             |                      |
| <b>Frequenza</b>      | <b>SETTIMANALE MARTEDI</b>    |                      |             |                      |
| <b>Orario lezione</b> | <b>10:00 - 11:00</b>          |                      |             |                      |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                   |                      | <b>2027</b> |                      |
|                       | Ottobre                       | <b>20, 27</b>        | Gennaio     | <b>12, 19, 26</b>    |
|                       | Novembre                      | <b>3, 10, 17, 24</b> | Febbraio    | <b>2, 16, 23</b>     |
|                       | Dicembre                      | <b>1, 15, 22</b>     | Marzo       | <b>2, 9, 16, 23</b>  |
|                       |                               |                      | Aprile      | <b>6, 13, 20, 27</b> |
|                       |                               |                      | Maggio      | <b>4, 11</b>         |

---

### Programma

Dedicato in modo prioritario ai corsisti dell'anno precedente (Corso Nr. 74), ma aperto anche ad altri, il corso prosegue lo studio della morfologia e sintassi della lingua inglese, applicate a funzioni e situazioni della vita quotidiana, approfondendo altresì aspetti della cultura, musica e letteratura dei paesi anglofoni.

---

### Nota

Testo utilizzato: A. Morara, IL NUOVO LIBRO DI INGLESE, Loescher ed.

## INGLESE CONVERSAZIONE INTERMEDIO - SUPERIORE LIVELLO INDIPENDENTE (B2)

**Docente/i:**  
ASTARITA CECILIA

|                       |                                           |             |           |  |
|-----------------------|-------------------------------------------|-------------|-----------|--|
| <b>Sede</b>           | <b>PEGLI - MUSEO NAVALE (AULA CAMINO)</b> |             |           |  |
| <b>Frequenza</b>      | <b>QUINDICINALE MERCOLEDI</b>             |             |           |  |
| <b>Orario lezione</b> | <b>10:00 - 11:30</b>                      |             |           |  |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                               | <b>2027</b> |           |  |
|                       | Ottobre 28                                | Gennaio     | 20        |  |
|                       | Novembre 11, 25                           | Febbraio    | 3, 17     |  |
|                       | Dicembre 9                                | Marzo       | 3, 17, 31 |  |
|                       |                                           | Aprile      | 14, 28    |  |
|                       |                                           | Maggio      | 12        |  |

### Programma

Corso mirato alla prosecuzione dello sviluppo delle competenze linguistiche quali: comprendere testi complessi, anche di natura tecnica, e argomentazioni articolate; partecipare a conversazioni con una certa fluidità e spontaneità, esprimendo opinioni e argomentazioni; redigere testi chiari e dettagliati su argomenti diversi, organizzando le idee in modo logico; dimostrare una buona padronanza della grammatica e del lessico, anche in situazioni più complesse. Il livello B2 consente di affrontare situazioni di viaggio e di conversazione con madrelingua in modo autonomo e naturale.

### Nota

E' necessario l'utilizzo di un pc o tablet o cellulare, da cui scaricare e stampare i vari documenti inviati per le lezioni successive.

---

## INGLESE CONVERSAZIONE INTERMEDIO/AVANZATO (B2/C1)

---

|                                    |
|------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>GHINELLI ANNA |
|------------------------------------|

|                       |                                           |               |             |                  |
|-----------------------|-------------------------------------------|---------------|-------------|------------------|
| <b>Sede</b>           | <b>PEGLI - MUSEO NAVALE (AULA CAMINO)</b> |               |             |                  |
| <b>Frequenza</b>      | <b>QUINDICINALE GIOVEDI</b>               |               |             |                  |
| <b>Orario lezione</b> | <b>09:30 - 11:00</b>                      |               |             |                  |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                               |               | <b>2027</b> |                  |
|                       | Ottobre                                   | <b>15, 29</b> | Gennaio     | <b>7, 21</b>     |
|                       | Novembre                                  | <b>12, 26</b> | Febbraio    | <b>4, 18</b>     |
|                       | Dicembre                                  | <b>10</b>     | Marzo       | <b>4, 18</b>     |
|                       |                                           |               | Aprile      | <b>1, 15, 29</b> |
|                       |                                           |               | Maggio      | <b>13</b>        |

---

### Programma

Potenziamento dell'espressione orale per chi possieda una conoscenza della lingua a livello intermedio/avanzato (B2/C1). Discussione su argomenti di attualità, prendendo spunto dalla lettura di testi che verranno proposti per posta elettronica alcuni giorni prima delle lezioni. I temi verranno integrati da esercizi guidati di comprensione orale (filmati o brani di solo ascolto).

---

### Nota

## INGLESE INTERMEDIO (A)

---

|                                  |
|----------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>FERRARI ISA |
|----------------------------------|

|                       |                                                         |               |             |                  |
|-----------------------|---------------------------------------------------------|---------------|-------------|------------------|
| <b>Sede</b>           | <b>SESTRI - EX BIBL. BRUSCHI VIA VADO 17 (P. TERRA)</b> |               |             |                  |
| <b>Frequenza</b>      | <b>QUINDICINALE GIOVEDI</b>                             |               |             |                  |
| <b>Orario lezione</b> | <b>15:30 - 17:00</b>                                    |               |             |                  |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                                             |               | <b>2027</b> |                  |
|                       | Ottobre                                                 | <b>15, 29</b> | Gennaio     | <b>7, 21</b>     |
|                       | Novembre                                                | <b>12, 26</b> | Febbraio    | <b>4, 18</b>     |
|                       | Dicembre                                                | <b>10</b>     | Marzo       | <b>4, 18</b>     |
|                       |                                                         |               | Aprile      | <b>1, 15, 29</b> |
|                       |                                                         |               | Maggio      | <b>13</b>        |

---

### Programma

Approfondimento delle strutture fondamentali della lingua inglese con elementi di fonetica per l'acquisizione di una buona pronuncia. Dialoghi situazionali in aeroporto, ristorante, hotel, etc. ed esercizi di conversazione guidata. Attualità, argomenti di vita quotidiana costituiranno una motivante "extension" allo studio della lingua.

---

### Nota

## INGLESE INTERMEDIO (B)

---

|                                 |
|---------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>GHIO IVANA |
|---------------------------------|

|                       |                               |                      |             |                          |
|-----------------------|-------------------------------|----------------------|-------------|--------------------------|
| <b>Sede</b>           | <b>PEGLI - CAPPELLA DORIA</b> |                      |             |                          |
| <b>Frequenza</b>      | <b>SETTIMANALE MERCOLEDI</b>  |                      |             |                          |
| <b>Orario lezione</b> | <b>15:00 - 16:00</b>          |                      |             |                          |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                   |                      | <b>2027</b> |                          |
|                       | Ottobre                       | <b>21, 28</b>        | Gennaio     | <b>13, 20, 27</b>        |
|                       | Novembre                      | <b>4, 11, 18, 25</b> | Febbraio    | <b>3, 10, 17, 24</b>     |
|                       | Dicembre                      | <b>2, 9, 16</b>      | Marzo       | <b>3, 10, 17, 24, 31</b> |
|                       |                               |                      | Aprile      | <b>7, 14, 21, 28</b>     |
|                       |                               |                      | Maggio      | <b>5, 12</b>             |

---

### Programma

Introduzione ed approfondimento di nuove strutture grammaticali per arricchire la conoscenza del lessico. Dialoghi ed esercizi di conversazione guidata, ascolto di canzoni, letture di attualità prese dal magazine " SPEAK UP". Cenni di storia e letteratura inglese, visione di film in lingua.

---

### Nota

## INGLESE INTERMEDIO (C)

---

|                                 |
|---------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>PRATI SARA |
|---------------------------------|

|                       |                               |                         |  |  |
|-----------------------|-------------------------------|-------------------------|--|--|
| <b>Sede</b>           | <b>PEGLI - CAPPELLA DORIA</b> |                         |  |  |
| <b>Frequenza</b>      | <b>SETTIMANALE GIOVEDI</b>    |                         |  |  |
| <b>Orario lezione</b> | <b>10:00 - 11:00</b>          |                         |  |  |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                   | <b>2027</b>             |  |  |
|                       | Ottobre 15, 22, 29            | Gennaio 7, 14, 21, 28   |  |  |
|                       | Novembre 5, 12, 19, 26        | Febbraio 4, 11, 18, 25  |  |  |
|                       | Dicembre 3, 10, 17            | Marzo 4, 11, 18         |  |  |
|                       |                               | Aprile 1, 8, 15, 22, 29 |  |  |
|                       |                               | Maggio 6, 13            |  |  |

---

### Programma

Corso volto a consolidare le basi già acquisite, sviluppando autonomia nel parlato e nello scritto. Le nostre lezioni proseguiranno il modello degli anni precedenti, alternando approfondimento delle regole grammaticali ad ascolti, piccola conversazione per comunicare in situazioni quotidiane, video e letture in lingua.

---

### Nota

## INGLESE INTERMEDIO (LIVELLO B1)

---

|                                        |
|----------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>SPILINGA STEFANIA |
|----------------------------------------|

|                       |                               |                      |             |                      |
|-----------------------|-------------------------------|----------------------|-------------|----------------------|
| <b>Sede</b>           | <b>PEGLI - CAPPELLA DORIA</b> |                      |             |                      |
| <b>Frequenza</b>      | <b>SETTIMANALE MARTEDI</b>    |                      |             |                      |
| <b>Orario lezione</b> | <b>11:00 - 12:00</b>          |                      |             |                      |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                   |                      | <b>2027</b> |                      |
|                       | Ottobre                       | <b>20, 27</b>        | Gennaio     | <b>12, 19, 26</b>    |
|                       | Novembre                      | <b>3, 10, 17, 24</b> | Febbraio    | <b>2, 16, 23</b>     |
|                       | Dicembre                      | <b>1, 15, 22</b>     | Marzo       | <b>2, 9, 16, 23</b>  |
|                       |                               |                      | Aprile      | <b>6, 13, 20, 27</b> |
|                       |                               |                      | Maggio      | <b>4, 11</b>         |

---

### Programma

Il corso prosegue lo studio della lingua e cultura inglese iniziato due anni fa mediante approfondimenti grammaticali, applicati a situazioni e funzioni della vita quotidiana e ai vari ambiti del sapere. Completano l'approccio tematico al mondo anglofono letture di vario genere e ascolto di brani musicali.

---

### Nota

Libro di testo: Ben Wetz, English Plus Intermediate, OUP

## INGLESE PRE-INTERMEDIO

---

|                                 |
|---------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>GHIO IVANA |
|---------------------------------|

|                       |                               |             |               |  |
|-----------------------|-------------------------------|-------------|---------------|--|
| <b>Sede</b>           | <b>PEGLI - CAPPELLA DORIA</b> |             |               |  |
| <b>Frequenza</b>      | <b>SETTIMANALE LUNEDI</b>     |             |               |  |
| <b>Orario lezione</b> | <b>17:00 - 18:00</b>          |             |               |  |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                   | <b>2027</b> |               |  |
|                       | Ottobre 19, 26                | Gennaio     | 11, 18, 25    |  |
|                       | Novembre 2, 9, 16, 23, 30     | Febbraio    | 1, 15, 22     |  |
|                       | Dicembre 14, 21               | Marzo       | 1, 8, 15, 22  |  |
|                       |                               | Aprile      | 5, 12, 19, 26 |  |
|                       |                               | Maggio      | 3, 10         |  |

---

### Programma

Introduzione ed approfondimento di nuove strutture della lingua. Dialoghi ed esercizi di conversazione guidata, letture di attualità prese dal magazine "SPEAK UP". Cenni di storia e letteratura inglese. Proiezione di film in lingua madre.

---

### Nota

## INGLESE PRINCIPIANTI

---

|                                 |
|---------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>PRATI SARA |
|---------------------------------|

|                       |                               |                      |             |                         |
|-----------------------|-------------------------------|----------------------|-------------|-------------------------|
| <b>Sede</b>           | <b>PEGLI - CAPPELLA DORIA</b> |                      |             |                         |
| <b>Frequenza</b>      | <b>SETTIMANALE GIOVEDI</b>    |                      |             |                         |
| <b>Orario lezione</b> | <b>11:00 - 12:00</b>          |                      |             |                         |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                   |                      | <b>2027</b> |                         |
|                       | Ottobre                       | <b>15, 22, 29</b>    | Gennaio     | <b>7, 14, 21, 28</b>    |
|                       | Novembre                      | <b>5, 12, 19, 26</b> | Febbraio    | <b>4, 11, 18, 25</b>    |
|                       | Dicembre                      | <b>3, 10, 17</b>     | Marzo       | <b>4, 11, 18</b>        |
|                       |                               |                      | Aprile      | <b>1, 8, 15, 22, 29</b> |
|                       |                               |                      | Maggio      | <b>6, 13</b>            |

---

### Programma

Il corso prosegue quanto già iniziato lo scorso anno scolastico, ma sono ben accetti nuovi partecipanti in quanto le prime lezioni saranno dedicate ad un ripasso generale. Impareremo le prime basi grammaticali scritte ed orali, alternando anche lezioni di ascolto, video, vocabolario pratico e piccola conversazione in lingua per comunicare in situazioni quotidiane.

---

### Nota

## INTAGLIO A PUNTA DI COLTELLO

---

|                                               |
|-----------------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>PARODI GIOVANNI BATTISTA |
|-----------------------------------------------|

|                       |                                           |        |             |           |
|-----------------------|-------------------------------------------|--------|-------------|-----------|
| <b>Sede</b>           | <b>PEGLI - MUSEO NAVALE (LABORATORIO)</b> |        |             |           |
| <b>Frequenza</b>      | <b>QUINDICINALE MERCOLEDI</b>             |        |             |           |
| <b>Orario lezione</b> | <b>15:00 - 17:00</b>                      |        |             |           |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                               |        | <b>2027</b> |           |
|                       | Ottobre                                   | 28     | Gennaio     | 20        |
|                       | Novembre                                  | 11, 25 | Febbraio    | 3, 17     |
|                       | Dicembre                                  | 9      | Marzo       | 3, 17, 31 |
|                       |                                           |        | Aprile      | 14, 28    |
|                       |                                           |        | Maggio      | 12        |

---

### Programma

Intaglio legno geometrico e figurato.

---

### Nota

Obbligatorio l'uso del guanto antitaglio.

## ITALIANO PER STRANIERI

---

|                                     |
|-------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>RUSSO ISABELLA |
|-------------------------------------|

|                       |                                         |               |             |                  |
|-----------------------|-----------------------------------------|---------------|-------------|------------------|
| <b>Sede</b>           | <b>PEGLI - MUSEO NAVALE (SALONCINO)</b> |               |             |                  |
| <b>Frequenza</b>      | <b>SETTIMANALE GIOVEDI</b>              |               |             |                  |
| <b>Orario lezione</b> | <b>10:00 - 12:00</b>                    |               |             |                  |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                             |               | <b>2027</b> |                  |
|                       | Ottobre                                 | 15, 22, 29    | Gennaio     | 7, 14, 21, 28    |
|                       | Novembre                                | 5, 12, 19, 26 | Febbraio    | 4, 11, 18, 25    |
|                       | Dicembre                                | 3, 10, 17     | Marzo       | 4, 11, 18        |
|                       |                                         |               | Aprile      | 1, 8, 15, 22, 29 |
|                       |                                         |               | Maggio      | 6, 13            |

---

### Programma

Alfabeto: costruzione della frase, articolo, preposizioni, aggettivi, verbi. Gli elementi grammaticali di base saranno inseriti in situazioni di vita quotidiana quali il lavoro, la salute, la casa, i trasporti, i servizi. Sarà data importanza all'ascolto di brevi racconti ed alla scrittura. Preparazione ai test: A1, A2, B1, B2.

---

### Nota

## ITALIANO PER STRANIERI PER ESAME CILS A2

---

|                                      |
|--------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>GIOVINAZZO SARA |
|--------------------------------------|

|                       |                           |                         |             |                      |
|-----------------------|---------------------------|-------------------------|-------------|----------------------|
| <b>Sede</b>           | <b>ONLINE</b>             |                         |             |                      |
| <b>Frequenza</b>      | <b>SETTIMANALE LUNEDI</b> |                         |             |                      |
| <b>Orario lezione</b> | <b>17:30 - 18:30</b>      |                         |             |                      |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>               |                         | <b>2027</b> |                      |
|                       | Ottobre                   | <b>19, 26</b>           | Gennaio     | <b>11, 18, 25</b>    |
|                       | Novembre                  | <b>2, 9, 16, 23, 30</b> | Febbraio    | <b>1, 15, 22</b>     |
|                       | Dicembre                  | <b>14, 21</b>           | Marzo       | <b>1, 8, 15, 22</b>  |
|                       |                           |                         | Aprile      | <b>5, 12, 19, 26</b> |
|                       |                           |                         | Maggio      | <b>3, 10</b>         |

---

### Programma

Il corso è rivolto a cittadini stranieri che hanno bisogno di acquisire o consolidare le competenze linguistiche necessarie per superare l'esame CILS A2 Integrazione, requisito per ottenere il permesso di soggiorno UE per soggiornanti di lungo periodo. Il percorso didattico è strutturato sulla base del syllabo ufficiale CILS A2 del Centro CILS dell'Università per Stranieri di Siena, elaborato secondo il Quadro Comune Europeo di Riferimento per le Lingue e prevede lo sviluppo delle principali abilità linguistico-comunicative previste per il superamento dell'esame.

---

### Nota

Particolare attenzione sarà data alle abilità di produzione scritta e di interazione orale ai fini della creazione di messaggi orali e scritti accurati per il livello.

Il percorso di educazione alla scrittura sarà monitorato inviando al docente le foto dei compiti scritti.

## L'ARCHITETTURA DI GENOVA (E NON SOLO...) ATTRAVERSO LA STRATIFICAZIONE STORICA

Docente/i:

PITTALUGA PATRIZIA

|                       |                                                |               |             |               |
|-----------------------|------------------------------------------------|---------------|-------------|---------------|
| <b>Sede</b>           | <b>PEGLI - MUSEO NAVALE (SALONE ARGONAUTI)</b> |               |             |               |
| <b>Frequenza</b>      | <b>QUINDICINALE MARTEDI</b>                    |               |             |               |
| <b>Orario lezione</b> | <b>15:00 - 16:30</b>                           |               |             |               |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                                    |               | <b>2027</b> |               |
|                       | Ottobre                                        | <b>27</b>     | Gennaio     | <b>19</b>     |
|                       | Novembre                                       | <b>10, 24</b> | Febbraio    | <b>2, 16</b>  |
|                       | Dicembre                                       | <b>22</b>     | Marzo       | <b>2, 16</b>  |
|                       |                                                |               | Aprile      | <b>13, 27</b> |
|                       |                                                |               | Maggio      | <b>11</b>     |

### Programma

Un viaggio nella conoscenza dell'Architettura e degli stili, strettamente connessa alla storia del luogo nel quale l'Architettura è inserita. Verranno spiegati i Segni di Pietra che sono giunti fino a noi e che determinano l'ambiente rurale, urbano o monumentale. Si partirà dalla scoperta della storia di Genova attraverso le sue architetture e le sue stratificazioni storiche, con l'ausilio della proiezione di acquerelli della docente, attraverso i quali verranno illustrate le diverse architetture e forme urbane.

### Nota

---

## L'EVOLUZIONE DELL'EROE E DELL'ANTIEROE NELLA LETTERATURA OCCIDENTALE

---

|                                      |
|--------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>ROMAGNOLI ELENA |
|--------------------------------------|

|                       |                                                         |             |               |  |
|-----------------------|---------------------------------------------------------|-------------|---------------|--|
| <b>Sede</b>           | <b>SESTRI - EX BIBL. BRUSCHI VIA VADO 17 (P. TERRA)</b> |             |               |  |
| <b>Frequenza</b>      | <b>QUINDICINALE MARTEDI</b>                             |             |               |  |
| <b>Orario lezione</b> | <b>09:30 - 11:00</b>                                    |             |               |  |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                                             | <b>2027</b> |               |  |
|                       | Ottobre <b>27</b>                                       | Gennaio     | <b>19</b>     |  |
|                       | Novembre <b>10, 24</b>                                  | Febbraio    | <b>2, 16</b>  |  |
|                       | Dicembre <b>22</b>                                      | Marzo       | <b>2, 16</b>  |  |
|                       |                                                         | Aprile      | <b>13, 27</b> |  |
|                       |                                                         | Maggio      | <b>11</b>     |  |

---

### Programma

L'antichità classica: l'eroe epico e tragico. Il Medioevo e il Rinascimento: il Cavaliere e l'ideale umanistico. La nascita dell'antieroe moderno (XVII-XIX secolo). La tradizione italiana: dall'eroe ideale alla crisi d'identità. Il Novecento italiano e il trionfo dell'antieroe. E oggi? Prospettive per una letteratura del terzo millennio.

---

### Nota

Nel corso delle lezioni saranno presi in esame testi afferenti a tutti i generi letterari, dal teatro classico alla narrativa contemporanea, con particolare riferimento al contesto storico-culturale in cui i personaggi agiscono e dal quale sono stati influenzati.

## LA CHIMICA IN CUCINA

---

|                                  |
|----------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>BINI SELINA |
|----------------------------------|

|                       |                                                         |              |             |               |
|-----------------------|---------------------------------------------------------|--------------|-------------|---------------|
| <b>Sede</b>           | <b>SESTRI - EX BIBL. BRUSCHI VIA VADO 17 (P. TERRA)</b> |              |             |               |
| <b>Frequenza</b>      | <b>QUINDICINALE MARTEDI</b>                             |              |             |               |
| <b>Orario lezione</b> | <b>10:00 - 11:30</b>                                    |              |             |               |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                                             |              | <b>2027</b> |               |
|                       | Ottobre                                                 | <b>20</b>    | Gennaio     | <b>12, 26</b> |
|                       | Novembre                                                | <b>3, 17</b> | Febbraio    | <b>23</b>     |
|                       | Dicembre                                                | <b>1, 15</b> | Marzo       | <b>9, 23</b>  |
|                       |                                                         |              | Aprile      | <b>6, 20</b>  |
|                       |                                                         |              | Maggio      | <b>4</b>      |

---

### Programma

Senza rendercene conto mentre cuciniamo realizziamo trasformazioni fisiche (far bollire acqua, condensare il vapore sul coperchio...) e reazioni chimiche (la cottura dei cibi, l'uso del lievito, l'aggiunta del limone come antiossidante e molto altro ancora). Pertanto riprodurremo, con semplici situazioni sperimentali, quello che accade nelle nostre cucine e approfondiremo i temi: – ossidazione/potere antiossidante; – attività dei lieviti; – carboidrati semplici e complessi e saggi per il loro riconoscimento; – dalla scoperta dei pigmenti vegetali nelle foglie al contenuto vitaminico di frutta e verdura; – il significato di acido e base; gli indicatori vegetali del Ph.

---

### Nota

## LA CULTURA ARTISTICA A GENOVA TRA FINE OTTOCENTO E INIZI NOVECENTO

---

|                                   |
|-----------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>MANARA ELENA |
|-----------------------------------|

|                       |                                                |        |             |           |
|-----------------------|------------------------------------------------|--------|-------------|-----------|
| <b>Sede</b>           | <b>PEGLI - MUSEO NAVALE (SALONE ARGONAUTI)</b> |        |             |           |
| <b>Frequenza</b>      | <b>QUINDICINALE MERCOLEDI</b>                  |        |             |           |
| <b>Orario lezione</b> | <b>17:00 - 18:30</b>                           |        |             |           |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                                    |        | <b>2027</b> |           |
|                       | Ottobre                                        | 28     | Gennaio     | 20        |
|                       | Novembre                                       | 11, 25 | Febbraio    | 3, 17     |
|                       | Dicembre                                       | 9      | Marzo       | 3, 17, 31 |
|                       |                                                |        | Aprile      | 14, 28    |
|                       |                                                |        | Maggio      | 12        |

---

### Programma

Tra la fine dell'Ottocento e l'inizio del Novecento la cultura artistica genovese racconta storie ed episodi di grande rilevanza. Da un punto di vista urbanistico l'apertura di via XX Settembre, un cantiere di rilevante interesse per le novità che esprime specie nelle architetture: dall'Eclettismo ormai consolidato alle prime influenze del Liberty. In pittura e in scultura si passa dal realismo/verismo al simbolismo imperniato di cultura liberty. Decenni importanti e ricchi di stimoli prima della "Grande Genova" del 1926.

---

### Nota

## LA STORIA SIAMO NOI

---

|                                       |
|---------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>ZUFFANTI SAVERIO |
|---------------------------------------|

|                       |                                        |                  |             |               |
|-----------------------|----------------------------------------|------------------|-------------|---------------|
| <b>Sede</b>           | <b>PEGLI - SALONE PALAZZO COMUNALE</b> |                  |             |               |
| <b>Frequenza</b>      | <b>QUINDICINALE LUNEDI</b>             |                  |             |               |
| <b>Orario lezione</b> | <b>16:00 - 17:30</b>                   |                  |             |               |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                            |                  | <b>2027</b> |               |
|                       | Ottobre                                | <b>19</b>        | Gennaio     | <b>11, 25</b> |
|                       | Novembre                               | <b>2, 16, 30</b> | Febbraio    | <b>22</b>     |
|                       | Dicembre                               | <b>14</b>        | Marzo       | <b>8, 22</b>  |
|                       |                                        |                  | Aprile      | <b>5, 19</b>  |
|                       |                                        |                  | Maggio      | <b>3</b>      |

---

### Programma

Il corso propone argomenti, tematiche, problematiche, personaggi che hanno segnato il divenire della Storia attraverso un percorso all'interno del quale la narrazione storica si intreccia e si interfaccia con la filosofia, la psicologia, la sociologia e l'economia; coordinate decisive per comprendere il significato degli eventi trattati.

---

### Nota

## LA VECCHIA SESTRI PONENTE

---

|                                    |
|------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>BOTTERO CARLA |
|------------------------------------|

|                       |                                                         |             |               |
|-----------------------|---------------------------------------------------------|-------------|---------------|
| <b>Sede</b>           | <b>SESTRI - EX BIBL. BRUSCHI VIA VADO 17 (P. TERRA)</b> |             |               |
| <b>Frequenza</b>      | <b>QUINDICINALE GIOVEDÌ</b>                             |             |               |
| <b>Orario lezione</b> | <b>15:30 - 17:00</b>                                    |             |               |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                                             | <b>2027</b> |               |
|                       | Novembre <b>19</b>                                      | Gennaio     | <b>14, 28</b> |
|                       | Dicembre <b>3, 17</b>                                   | Febbraio    | <b>11, 25</b> |
|                       |                                                         | Marzo       | <b>11</b>     |
|                       |                                                         | Aprile      | <b>8, 22</b>  |
|                       |                                                         | Maggio      | <b>6</b>      |

---

### Programma

La vecchia Sestri Ponente evoca l'immagine di un antico borgo marinaro e agricolo, noto per la sua storia e le tradizioni che oggi rivivono nei racconti degli anziani. Il quartiere ha mantenuto una forte identità storica nonostante le moderne trasformazioni industriali e commerciali.

---

### Nota

## LABORATORIO TEATRALE

---

|                                  |
|----------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>NICORA ANNA |
|----------------------------------|

|                       |                            |                      |             |                      |
|-----------------------|----------------------------|----------------------|-------------|----------------------|
| <b>Sede</b>           | <b>SESTRI - AUDITORIUM</b> |                      |             |                      |
| <b>Frequenza</b>      | <b>SETTIMANALE MARTEDI</b> |                      |             |                      |
| <b>Orario lezione</b> | <b>15:00 - 18:00</b>       |                      |             |                      |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                |                      | <b>2027</b> |                      |
|                       | Ottobre                    | <b>20, 27</b>        | Gennaio     | <b>12, 19, 26</b>    |
|                       | Novembre                   | <b>3, 10, 17, 24</b> | Febbraio    | <b>2, 16, 23</b>     |
|                       | Dicembre                   | <b>1, 15, 22</b>     | Marzo       | <b>2, 9, 16, 23</b>  |
|                       |                            |                      | Aprile      | <b>6, 13, 20, 27</b> |
|                       |                            |                      | Maggio      | <b>4, 11</b>         |

---

### Programma

Il corso prevede lo studio di movimento scenico, uso appropriato della voce, dizione, improvvisazione. A fine anno sarà messo in scena un testo letterario, deciso dalla docente, in base all'apprendimento ed alla frequenza costante dei corsisti.

---

### Nota

Il corso prevede regole corrette di socializzazione e rispetto reciproco tra i corsisti e la docente. L'iscrizione al corso non dà automaticamente diritto a partecipare alla rappresentazione teatrale di fine anno.

## LAVORAZIONE RAME A SBALZO E INCISIONE ARDESIA

---

**Docente/i:**

MASNATA GIANNI / PARODI G. BATTISTA

|                       |                                           |             |               |  |
|-----------------------|-------------------------------------------|-------------|---------------|--|
| <b>Sede</b>           | <b>PEGLI - MUSEO NAVALE (LABORATORIO)</b> |             |               |  |
| <b>Frequenza</b>      | <b>SETTIMANALE MARTEDI</b>                |             |               |  |
| <b>Orario lezione</b> | <b>15:00 - 16:30</b>                      |             |               |  |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                               | <b>2027</b> |               |  |
|                       | Ottobre 20, 27                            | Gennaio     | 12, 19, 26    |  |
|                       | Novembre 3, 10, 17, 24                    | Febbraio    | 2, 16, 23     |  |
|                       | Dicembre 1, 15, 22                        | Marzo       | 2, 9, 16, 23  |  |
|                       |                                           | Aprile      | 6, 13, 20, 27 |  |
|                       |                                           | Maggio      | 4, 11         |  |

---

### Programma

Apprendimento tecniche per incisione ardesia e lavorazione rame a sbalzo.

---

### Nota

## LE FRANÇAIS EN ACTION – PRIMO LIVELLO

---

|                                   |
|-----------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>TORRINI ROSA |
|-----------------------------------|

|                       |                                                         |                         |             |                      |
|-----------------------|---------------------------------------------------------|-------------------------|-------------|----------------------|
| <b>Sede</b>           | <b>SESTRI - EX BIBL. BRUSCHI VIA VADO 17 (P. TERRA)</b> |                         |             |                      |
| <b>Frequenza</b>      | <b>SETTIMANALE LUNEDI</b>                               |                         |             |                      |
| <b>Orario lezione</b> | <b>10:00 - 11:00</b>                                    |                         |             |                      |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                                             |                         | <b>2027</b> |                      |
|                       | Ottobre                                                 | <b>19, 26</b>           | Gennaio     | <b>11, 18, 25</b>    |
|                       | Novembre                                                | <b>2, 9, 16, 23, 30</b> | Febbraio    | <b>1, 15, 22</b>     |
|                       | Dicembre                                                | <b>14, 21</b>           | Marzo       | <b>1, 8, 15, 22</b>  |
|                       |                                                         |                         | Aprile      | <b>5, 12, 19, 26</b> |
|                       |                                                         |                         | Maggio      | <b>3, 10</b>         |

---

### Programma

Il corso, rivolto a chi non conosce la lingua francese o vuole riprendere conoscenze pregresse, privilegia una didattica attiva e partecipativa basata su: conversazione guidata; simulazioni di situazioni reali; giochi di ruolo; lavori a coppie e in piccoli gruppi; ascolto di materiali autentici; lettura di testi di interesse culturale e attuale; attività collaborative; uso di strumenti digitali e risorse multimediali.

---

### Nota

La grammatica sarà di supporto alla comunicazione e inserita in contesti d'uso concreti. L'approccio all'intercomprensione accompagna il percorso formativo con strumenti efficaci per valorizzare le proprie conoscenze linguistiche pregresse e sviluppare una competenza plurilingue, interculturale e spendibile nella vita quotidiana, nei viaggi, nel tempo libero.

## LEGATORIA LIVELLO 1

---

|                                       |
|---------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>VARINI CARMELITO |
|---------------------------------------|

|                       |                                           |               |             |                  |
|-----------------------|-------------------------------------------|---------------|-------------|------------------|
| <b>Sede</b>           | <b>PEGLI - MUSEO NAVALE (LABORATORIO)</b> |               |             |                  |
| <b>Frequenza</b>      | <b>SETTIMANALE GIOVEDI</b>                |               |             |                  |
| <b>Orario lezione</b> | <b>10:00 - 12:00</b>                      |               |             |                  |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                               |               | <b>2027</b> |                  |
|                       | Ottobre                                   | 15, 22, 29    | Gennaio     | 7, 14, 21, 28    |
|                       | Novembre                                  | 5, 12, 19, 26 | Febbraio    | 4, 11, 18, 25    |
|                       | Dicembre                                  | 3, 10, 17     | Marzo       | 4, 11, 18        |
|                       |                                           |               | Aprile      | 1, 8, 15, 22, 29 |
|                       |                                           |               | Maggio      | 6, 13            |

---

### Programma

Nozioni elementari di legatoria. Come preparare il libro. Cucitura dei fascicoli. Tecniche diverse. Lavorazione del dorso, dei tagli, dei capitelli. Copertura: materiali e lavorazione. Cartonnaggio: assemblaggio cartone per la preparazione di oggetti vari. Scatole, cornici, cofanetti rivestiti di carta e stoffe.

---

### Nota

## LETTERATURA ITALIANA CONTEMPORANEA

---

|                                       |
|---------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>MILITELLO ARIELA |
|---------------------------------------|

|                       |                                                |              |             |               |
|-----------------------|------------------------------------------------|--------------|-------------|---------------|
| <b>Sede</b>           | <b>PEGLI - MUSEO NAVALE (SALONE ARGONAUTI)</b> |              |             |               |
| <b>Frequenza</b>      | <b>QUINDICINALE GIOVEDÌ</b>                    |              |             |               |
| <b>Orario lezione</b> | <b>17:00 - 18:30</b>                           |              |             |               |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                                    |              | <b>2027</b> |               |
|                       | Ottobre                                        | <b>22</b>    | Gennaio     | <b>14, 28</b> |
|                       | Novembre                                       | <b>5, 19</b> | Febbraio    | <b>11, 25</b> |
|                       | Dicembre                                       | <b>3, 17</b> | Marzo       | <b>11</b>     |
|                       |                                                |              | Aprile      | <b>8, 22</b>  |
|                       |                                                |              | Maggio      | <b>6</b>      |

---

### Programma

Letteratura italiana contemporanea (1900-2000) con focus sugli scrittori genovesi.

---

### Nota

## LETTURE DAL PURGATORIO (TERZA PARTE)

---

|                                    |
|------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>PARODI ENRICO |
|------------------------------------|

|                       |                        |                   |  |
|-----------------------|------------------------|-------------------|--|
| <b>Sede</b>           | <b>ONLINE</b>          |                   |  |
| <b>Frequenza</b>      | <b>MENSILE GIOVEDÌ</b> |                   |  |
| <b>Orario lezione</b> | <b>18:00 - 19:30</b>   |                   |  |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>            | <b>2027</b>       |  |
|                       | Novembre <b>26</b>     | Gennaio <b>21</b> |  |
|                       | Dicembre <b>17</b>     | Marzo <b>11</b>   |  |
|                       |                        | Aprile <b>22</b>  |  |
|                       |                        | Maggio <b>13</b>  |  |

---

### Programma

Lettura dei Canti del Purgatorio: XVI (il libero arbitrio). XXI-XXII (l'incontro con Stazio). XXIII (l'incontro con Forese Donati). XXIV-XXVI (gli incontri con Bonagiunta, Guinizzelli e Arnaut Daniel). XXVII (l'ingresso nel Paradiso terrestre e l'addio di Virgilio). XXX-XXXI (l'incontro con Beatrice).

---

### Nota

## LINEAMENTI DI STORIA DELL'ARTE. IL NOVECENTO

---

|                                     |
|-------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>SPADA EMANUELA |
|-------------------------------------|

|                       |                                             |               |             |                  |
|-----------------------|---------------------------------------------|---------------|-------------|------------------|
| <b>Sede</b>           | <b>VOLTRI - ORATORIO "MORTE E ORAZIONE"</b> |               |             |                  |
| <b>Frequenza</b>      | <b>QUINDICINALE GIOVEDI</b>                 |               |             |                  |
| <b>Orario lezione</b> | <b>17:00 - 18:15</b>                        |               |             |                  |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                                 |               | <b>2027</b> |                  |
|                       | Ottobre                                     | <b>15, 29</b> | Gennaio     | <b>7, 21</b>     |
|                       | Novembre                                    | <b>12, 26</b> | Febbraio    | <b>4, 18</b>     |
|                       | Dicembre                                    | <b>10</b>     | Marzo       | <b>4, 18</b>     |
|                       |                                             |               | Aprile      | <b>1, 15, 29</b> |
|                       |                                             |               | Maggio      | <b>13</b>        |

---

### Programma

L'arte del XX secolo. Il corso prevede inoltre alcune lezioni monografiche di storia dell'arte locale.

---

### Nota

## LINGUA CINESE (2)

---

|                                       |
|---------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>DE SOLE LOREDANA |
|---------------------------------------|

|                       |                                                  |        |             |           |
|-----------------------|--------------------------------------------------|--------|-------------|-----------|
| <b>Sede</b>           | <b>PEGLI - SCUOLA RIZZO (AULA 2 PIANO TERRA)</b> |        |             |           |
| <b>Frequenza</b>      | <b>QUINDICINALE MERCOLEDI</b>                    |        |             |           |
| <b>Orario lezione</b> | <b>15:00 - 17:00</b>                             |        |             |           |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                                      |        | <b>2027</b> |           |
|                       | Ottobre                                          | 28     | Gennaio     | 20        |
|                       | Novembre                                         | 11, 25 | Febbraio    | 3, 17     |
|                       | Dicembre                                         | 9      | Marzo       | 3, 17, 31 |
|                       |                                                  |        | Aprile      | 14, 28    |
|                       |                                                  |        | Maggio      | 12        |

---

### Programma

Ordine dei tratti, fonetica, uso dei radicali, verbo essere, frase interrogativa e particella modale, pronomi interrogativi "?", determinante e determinato, avverbi, congiunzioni, ripasso dei numeri, ripasso dei verbi.

---

### Nota

Sarà utilizzato il libro "Il cinese per italiani corso base" Edizione Hoepli.

## LINGUA E STORIA GENOVESE

---

|                                        |
|----------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>COSTANTINI PIETRO |
|----------------------------------------|

|                       |                                           |               |             |                  |
|-----------------------|-------------------------------------------|---------------|-------------|------------------|
| <b>Sede</b>           | <b>PEGLI - MUSEO NAVALE (AULA CAMINO)</b> |               |             |                  |
| <b>Frequenza</b>      | <b>QUINDICINALE VENERDI</b>               |               |             |                  |
| <b>Orario lezione</b> | <b>15:00 - 17:00</b>                      |               |             |                  |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                               |               | <b>2027</b> |                  |
|                       | Ottobre                                   | <b>16, 30</b> | Gennaio     | <b>8, 22</b>     |
|                       | Novembre                                  | <b>13, 27</b> | Febbraio    | <b>5, 19</b>     |
|                       | Dicembre                                  | <b>11</b>     | Marzo       | <b>5, 19</b>     |
|                       |                                           |               | Aprile      | <b>2, 16, 30</b> |
|                       |                                           |               | Maggio      | <b>14</b>        |

---

### Programma

Nascita ed evoluzione delle parlate liguri. Pronuncia di vocali, consonanti e gruppi fonetici. Descrizione delle particolarità grammaticali e delle caratteristiche della lingua. Insegnamento del metodo di scrittura. Storia sintetica della città di Genova dai primordi all'unità d'Italia.

---

### Nota

## LINGUA INGLESE E CIVILTÀ ANGLOSASSONE

---

|                                        |
|----------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>BAZURO ELISABETTA |
|----------------------------------------|

|                       |                                                    |             |                   |  |
|-----------------------|----------------------------------------------------|-------------|-------------------|--|
| <b>Sede</b>           | <b>PEGLI - SCUOLA RIZZO (AULA 1 PIANO SECONDO)</b> |             |                   |  |
| <b>Frequenza</b>      | <b>SETTIMANALE MERCOLEDÌ</b>                       |             |                   |  |
| <b>Orario lezione</b> | <b>16:30 - 18:30</b>                               |             |                   |  |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                                        | <b>2027</b> |                   |  |
|                       | Ottobre 21, 28                                     | Gennaio     | 13, 20, 27        |  |
|                       | Novembre 4, 11, 18, 25                             | Febbraio    | 3, 10, 17, 24     |  |
|                       | Dicembre 2, 9, 16                                  | Marzo       | 3, 10, 17, 24, 31 |  |
|                       |                                                    | Aprile      | 7, 14, 21, 28     |  |
|                       |                                                    | Maggio      | 5, 12             |  |

---

### Programma

Articoli di quotidiani e riviste, brani di narrativa e di interesse storico-sociale completano e approfondiscono la conoscenza della lingua, con un occhio sempre rivolto all'attualità. Si propone la visione di film in lingua originale su argomenti inerenti il programma.

---

### Nota

## LO STRAORDINARIO MONDO DEI MICROBI

---

**Docente/i:**

ROSSI VITTORIA / BALDI ZOCCOLA ANNAMARIA

|                       |                                                         |             |               |
|-----------------------|---------------------------------------------------------|-------------|---------------|
| <b>Sede</b>           | <b>SESTRI - EX BIBL. BRUSCHI VIA VADO 17 (P. TERRA)</b> |             |               |
| <b>Frequenza</b>      | <b>QUINDICINALE GIOVEDI</b>                             |             |               |
| <b>Orario lezione</b> | <b>17:00 - 18:00</b>                                    |             |               |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                                             | <b>2027</b> |               |
|                       | Novembre <b>19</b>                                      | Gennaio     | <b>14, 28</b> |
|                       | Dicembre <b>3, 17</b>                                   | Febbraio    | <b>11, 25</b> |
|                       |                                                         | Marzo       | <b>11</b>     |
|                       |                                                         | Aprile      | <b>8, 22</b>  |
|                       |                                                         | Maggio      | <b>6</b>      |

---

### Programma

Breve storia della microbiologia e concetti fondamentali di chimica e biologia. Fermentazioni (alcolica, acetica, lattica, delle verdure). Agenti delle fermentazioni (funghi, batteri). Microrganismi utili e microrganismi patogeni. Nuovi microrganismi scoperti negli ultimi anni.

---

### Nota

## MACRAMÈ (A)

---

**Docente/i:**

LANTERO ADRIANA / LASTRUCCI RITA

|                       |                                                  |              |             |               |
|-----------------------|--------------------------------------------------|--------------|-------------|---------------|
| <b>Sede</b>           | <b>PEGLI - SCUOLA RIZZO (AULA 1 PIANO TERRA)</b> |              |             |               |
| <b>Frequenza</b>      | <b>QUINDICINALE MERCOLEDÌ</b>                    |              |             |               |
| <b>Orario lezione</b> | <b>16:30 - 18:30</b>                             |              |             |               |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                                      |              | <b>2027</b> |               |
|                       | Ottobre                                          | <b>21</b>    | Gennaio     | <b>13, 27</b> |
|                       | Novembre                                         | <b>4, 18</b> | Febbraio    | <b>10, 24</b> |
|                       | Dicembre                                         | <b>2, 16</b> | Marzo       | <b>10, 24</b> |
|                       |                                                  |              | Aprile      | <b>7, 21</b>  |
|                       |                                                  |              | Maggio      | <b>5</b>      |

---

### Programma

Il macramè è un'antica tecnica di intreccio che crea trame e pattern molto decorativi, perfetti per creare ed abbellire abiti, arredi, oggetti,... Approfondimento delle varie tecniche di esecuzione in base ai diversi livelli di preparazione dei partecipanti. Realizzazione di manufatti tradizionali e moderni.

---

### Nota

## MACRAMÈ (B)

---

|                                      |
|--------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>GRASSO MARCELLA |
|--------------------------------------|

|                       |                                                         |                      |             |                          |
|-----------------------|---------------------------------------------------------|----------------------|-------------|--------------------------|
| <b>Sede</b>           | <b>SESTRI - EX BIBL. BRUSCHI VIA VADO 17 (P. TERRA)</b> |                      |             |                          |
| <b>Frequenza</b>      | <b>SETTIMANALE MERCOLEDÌ</b>                            |                      |             |                          |
| <b>Orario lezione</b> | <b>14:30 - 16:30</b>                                    |                      |             |                          |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                                             |                      | <b>2027</b> |                          |
|                       | Ottobre                                                 | <b>21, 28</b>        | Gennaio     | <b>13, 20, 27</b>        |
|                       | Novembre                                                | <b>4, 11, 18, 25</b> | Febbraio    | <b>3, 10, 17, 24</b>     |
|                       | Dicembre                                                | <b>2, 9, 16</b>      | Marzo       | <b>3, 10, 17, 24, 31</b> |
|                       |                                                         |                      | Aprile      | <b>7, 14, 21, 28</b>     |
|                       |                                                         |                      | Maggio      | <b>5, 12</b>             |

---

### Programma

Il macramè è una antica tecnica di intreccio che crea trame e pattern molto decorativi, perfetti per creare ed abbellire abiti, arredi, oggetti,... Esecuzione punti classici e produzione piccoli oggetti.

---

### Nota

## MAGLIA CON FERRI CIRCOLARI

---

|                                     |
|-------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>RUSSO GIOVANNA |
|-------------------------------------|

|                       |                             |                      |  |
|-----------------------|-----------------------------|----------------------|--|
| <b>Sede</b>           | <b>VOLTRI - VIA GUALA 8</b> |                      |  |
| <b>Frequenza</b>      | <b>SETTIMANALE MARTEDI</b>  |                      |  |
| <b>Orario lezione</b> | <b>09:30 - 12:00</b>        |                      |  |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                 | <b>2027</b>          |  |
|                       | Ottobre 20, 27              | Gennaio 12, 19, 26   |  |
|                       | Novembre 3, 10, 17, 24      | Febbraio 2, 16, 23   |  |
|                       | Dicembre 1, 15, 22          | Marzo 2, 9, 16, 23   |  |
|                       |                             | Aprile 6, 13, 20, 27 |  |
|                       |                             | Maggio 4, 11         |  |

---

### Programma

Lavorare a maglia senza cuciture laterali.

---

### Nota

Portare ferri circolari e lana o cotone.

## MAGLIA E UNCINETTO (A)

---

|                                     |
|-------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>SETZU TERESINA |
|-------------------------------------|

|                       |                                 |                         |             |                      |
|-----------------------|---------------------------------|-------------------------|-------------|----------------------|
| <b>Sede</b>           | <b>PEGLI - CENTRO CULTURALE</b> |                         |             |                      |
| <b>Frequenza</b>      | <b>SETTIMANALE LUNEDI</b>       |                         |             |                      |
| <b>Orario lezione</b> | <b>08:30 - 11:30</b>            |                         |             |                      |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                     |                         | <b>2027</b> |                      |
|                       | Ottobre                         | <b>19, 26</b>           | Gennaio     | <b>11, 18, 25</b>    |
|                       | Novembre                        | <b>2, 9, 16, 23, 30</b> | Febbraio    | <b>1, 15, 22</b>     |
|                       | Dicembre                        | <b>14, 21</b>           | Marzo       | <b>1, 8, 15, 22</b>  |
|                       |                                 |                         | Aprile      | <b>5, 12, 19, 26</b> |
|                       |                                 |                         | Maggio      | <b>3, 10</b>         |

---

### Programma

Punti base e personalizzazione dei modelli. Rifiniture maglia e uncinetto.

---

### Nota

## MAGLIA E UNCINETTO (B)

---

|                                             |
|---------------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>MANFRIN MORELLI ORIANA |
|---------------------------------------------|

|                       |                                   |               |             |                  |
|-----------------------|-----------------------------------|---------------|-------------|------------------|
| <b>Sede</b>           | <b>PRA' - PARROCCHIA S. ROCCO</b> |               |             |                  |
| <b>Frequenza</b>      | <b>SETTIMANALE GIOVEDI</b>        |               |             |                  |
| <b>Orario lezione</b> | <b>15:00 - 18:00</b>              |               |             |                  |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                       |               | <b>2027</b> |                  |
|                       | Ottobre                           | 15, 22, 29    | Gennaio     | 7, 14, 21, 28    |
|                       | Novembre                          | 5, 12, 19, 26 | Febbraio    | 4, 11, 18, 25    |
|                       | Dicembre                          | 3, 10, 17     | Marzo       | 4, 11, 18        |
|                       |                                   |               | Aprile      | 1, 8, 15, 22, 29 |
|                       |                                   |               | Maggio      | 6, 13            |

---

### Programma

Corso base per realizzare capi su misura.

---

### Nota

## MAGLIA E UNCINETTO 1

---

|                                            |
|--------------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>CULLOTTA MARIA TERESA |
|--------------------------------------------|

|                       |                                              |                      |             |                         |
|-----------------------|----------------------------------------------|----------------------|-------------|-------------------------|
| <b>Sede</b>           | <b>PEGLI - CENTRO SOCIALE "LUISA MONACO"</b> |                      |             |                         |
| <b>Frequenza</b>      | <b>SETTIMANALE VENERDI</b>                   |                      |             |                         |
| <b>Orario lezione</b> | <b>15:00 - 17:00</b>                         |                      |             |                         |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                                  |                      | <b>2027</b> |                         |
|                       | Ottobre                                      | <b>16, 23, 30</b>    | Gennaio     | <b>8, 15, 22, 29</b>    |
|                       | Novembre                                     | <b>6, 13, 20, 27</b> | Febbraio    | <b>5, 12, 19, 26</b>    |
|                       | Dicembre                                     | <b>4, 11, 18</b>     | Marzo       | <b>5, 12, 19</b>        |
|                       |                                              |                      | Aprile      | <b>2, 9, 16, 23, 30</b> |
|                       |                                              |                      | Maggio      | <b>7, 14</b>            |

---

### Programma

Conoscenze base di maglia e uncinetto. Realizzazione di capi su misura e confezione.

---

### Nota

## MAGLIA E UNCINETTO 2

---

|                                            |
|--------------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>CULLOTTA MARIA TERESA |
|--------------------------------------------|

|                       |                                              |             |                  |  |
|-----------------------|----------------------------------------------|-------------|------------------|--|
| <b>Sede</b>           | <b>PEGLI - CENTRO SOCIALE "LUISA MONACO"</b> |             |                  |  |
| <b>Frequenza</b>      | <b>SETTIMANALE VENERDI</b>                   |             |                  |  |
| <b>Orario lezione</b> | <b>17:00 - 19:00</b>                         |             |                  |  |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                                  | <b>2027</b> |                  |  |
|                       | Ottobre 16, 23, 30                           | Gennaio     | 8, 15, 22, 29    |  |
|                       | Novembre 6, 13, 20, 27                       | Febbraio    | 5, 12, 19, 26    |  |
|                       | Dicembre 4, 11, 18                           | Marzo       | 5, 12, 19        |  |
|                       |                                              | Aprile      | 2, 9, 16, 23, 30 |  |
|                       |                                              | Maggio      | 7, 14            |  |

---

### Programma

Approfondimento delle tecniche di base di maglia e uncinetto.

---

### Nota

## MEDICINA

---

|                                      |
|--------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>MOLINARI FRANCO |
|--------------------------------------|

|                       |                               |  |                       |  |
|-----------------------|-------------------------------|--|-----------------------|--|
| <b>Sede</b>           | <b>PEGLI - CAPPELLA DORIA</b> |  |                       |  |
| <b>Frequenza</b>      | <b>QUINDICINALE MARTEDI</b>   |  |                       |  |
| <b>Orario lezione</b> | <b>17:30 - 19:00</b>          |  |                       |  |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                   |  | <b>2027</b>           |  |
|                       | Ottobre <b>27</b>             |  | Gennaio <b>19</b>     |  |
|                       | Novembre <b>10, 24</b>        |  | Febbraio <b>2, 16</b> |  |
|                       | Dicembre <b>22</b>            |  | Marzo <b>2, 16</b>    |  |
|                       |                               |  | Aprile <b>13, 27</b>  |  |
|                       |                               |  | Maggio <b>11</b>      |  |

---

### Programma

Discussione su temi di carattere medico proposti dai corsisti.

---

### Nota

## MINDFULNESS

---

|                                        |
|----------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>PIERONI VALENTINA |
|----------------------------------------|

|                       |                               |              |             |               |
|-----------------------|-------------------------------|--------------|-------------|---------------|
| <b>Sede</b>           | <b>ONLINE</b>                 |              |             |               |
| <b>Frequenza</b>      | <b>QUINDICINALE MERCOLEDI</b> |              |             |               |
| <b>Orario lezione</b> | <b>10:00 - 12:00</b>          |              |             |               |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                   |              | <b>2027</b> |               |
|                       | Ottobre                       | <b>21</b>    | Gennaio     | <b>13, 27</b> |
|                       | Novembre                      | <b>4, 18</b> | Febbraio    | <b>10, 24</b> |
|                       | Dicembre                      | <b>2, 16</b> | Marzo       | <b>10, 24</b> |
|                       |                               |              | Aprile      | <b>7, 21</b>  |
|                       |                               |              | Maggio      | <b>5</b>      |

---

### Programma

Esercizi guidati di pratica Mindfulness. Con la costanza della pratica si manifesta uno sviluppo di risorse interne e autonome che permettono alla persona di mobilitare le capacità sia per stare con la propria esperienza, qualunque essa sia, incontrandola anziché giudicandola, sia per trovare nuovi modi per relazionarsi anche alla sofferenza. Questa pratica di meditazione per il benessere e per la riduzione dello stress è fortemente raccomandata nel Piano d'azione per la salute mentale 2013-2020 dell'OMS e sono innumerevoli gli studi pubblicati sulla sua efficacia.

---

### Nota

La Mindfulness è una forma di meditazione universalmente accessibile e non dipende da sistemi di credenze o ideologie. Non occorrono competenze specifiche, né attitudini particolari: chiunque può approcciarsi alla Mindfulness.

## MODELLISMO NAVALE STATICO ANTICO BASE

---

|                                      |
|--------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>FRATONI GIORGIO |
|--------------------------------------|

|                       |                                           |                      |             |                      |
|-----------------------|-------------------------------------------|----------------------|-------------|----------------------|
| <b>Sede</b>           | <b>PEGLI - MUSEO NAVALE (LABORATORIO)</b> |                      |             |                      |
| <b>Frequenza</b>      | <b>SETTIMANALE MARTEDI</b>                |                      |             |                      |
| <b>Orario lezione</b> | <b>09:30 - 11:00</b>                      |                      |             |                      |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                               |                      | <b>2027</b> |                      |
|                       | Ottobre                                   | <b>20, 27</b>        | Gennaio     | <b>12, 19, 26</b>    |
|                       | Novembre                                  | <b>3, 10, 17, 24</b> | Febbraio    | <b>2, 16, 23</b>     |
|                       | Dicembre                                  | <b>1, 15, 22</b>     | Marzo       | <b>2, 9, 16, 23</b>  |
|                       |                                           |                      | Aprile      | <b>6, 13, 20, 27</b> |
|                       |                                           |                      | Maggio      | <b>4, 11</b>         |

---

### Programma

Il modellismo navale è una significativa operazione culturale che, oltre alla indispensabile abilità manuale, prevede una rigorosa ricerca storica che coinvolge diversi settori del sapere tecnico, scientifico ed artistico. Lo scopo del corso è permettere ai singoli partecipanti di realizzare un modello entro la fine dell'Anno Accademico.

---

### Nota

## OLTRE LE NOZIONI BASE DI INFORMATICA: UN APPROCCIO INTERATTIVO

---

|                                        |
|----------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>DI LUCIA CALOGERO |
|----------------------------------------|

|                       |                                                |                      |             |                         |
|-----------------------|------------------------------------------------|----------------------|-------------|-------------------------|
| <b>Sede</b>           | <b>PEGLI - MUSEO NAVALE (LAB. INFORMATICA)</b> |                      |             |                         |
| <b>Frequenza</b>      | <b>SETTIMANALE GIOVEDI</b>                     |                      |             |                         |
| <b>Orario lezione</b> | <b>09:30 - 11:00</b>                           |                      |             |                         |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                                    |                      | <b>2027</b> |                         |
|                       | Ottobre                                        | <b>15, 22, 29</b>    | Gennaio     | <b>7, 14, 21, 28</b>    |
|                       | Novembre                                       | <b>5, 12, 19, 26</b> | Febbraio    | <b>4, 11, 18, 25</b>    |
|                       | Dicembre                                       | <b>3, 10, 17</b>     | Marzo       | <b>4, 11, 18</b>        |
|                       |                                                |                      | Aprile      | <b>1, 8, 15, 22, 29</b> |
|                       |                                                |                      | Maggio      | <b>6, 13</b>            |

---

### Programma

Riepilogo delle principali caratteristiche di un sistema informatico. Le principali funzioni di Windows. Internet: tecniche di navigazione. La dotazione di programmi necessari e/o utili. YouTube: un efficace utilizzo. Collegamento cellulare/computer. Uso di programmi di videoscrittura e foglio elettronico. Funzioni di stampa. Manutenzione del sistema, sicurezza e aggiornamenti.

---

### Nota

Requisiti: aver frequentato il corso di informatica di base o possedere una conoscenza di informatica di base e una sufficiente manualità e confidenza con il computer.

## OMEOPATIA

---

|                                     |
|-------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>PARODI ALBERTA |
|-------------------------------------|

|                       |                             |               |             |               |
|-----------------------|-----------------------------|---------------|-------------|---------------|
| <b>Sede</b>           | <b>ONLINE</b>               |               |             |               |
| <b>Frequenza</b>      | <b>QUINDICINALE MARTEDI</b> |               |             |               |
| <b>Orario lezione</b> | <b>16:00 - 18:00</b>        |               |             |               |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                 |               | <b>2027</b> |               |
|                       | Ottobre                     | <b>27</b>     | Gennaio     | <b>19</b>     |
|                       | Novembre                    | <b>10, 24</b> | Febbraio    | <b>2, 16</b>  |
|                       | Dicembre                    | <b>22</b>     | Marzo       | <b>2, 16</b>  |
|                       |                             |               | Aprile      | <b>13, 27</b> |
|                       |                             |               | Maggio      | <b>11</b>     |

---

### Programma

Basi e principi della medicina omeopatica classica. Impariamo insieme a gestire al meglio la nostra salute.

---

### Nota

## ORTICULTURA

---

|                                     |
|-------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>CERVETTO LUIGI |
|-------------------------------------|

|                       |                                           |                      |             |                         |
|-----------------------|-------------------------------------------|----------------------|-------------|-------------------------|
| <b>Sede</b>           | <b>PEGLI - MUSEO NAVALE (LABORATORIO)</b> |                      |             |                         |
| <b>Frequenza</b>      | <b>SETTIMANALE VENERDI</b>                |                      |             |                         |
| <b>Orario lezione</b> | <b>09:00 - 11:00</b>                      |                      |             |                         |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                               |                      | <b>2027</b> |                         |
|                       | Ottobre                                   | <b>16, 23, 30</b>    | Gennaio     | <b>8, 15, 22, 29</b>    |
|                       | Novembre                                  | <b>6, 13, 20, 27</b> | Febbraio    | <b>5, 12, 19, 26</b>    |
|                       | Dicembre                                  | <b>4, 11, 18</b>     | Marzo       | <b>5, 12, 19</b>        |
|                       |                                           |                      | Aprile      | <b>2, 9, 16, 23, 30</b> |
|                       |                                           |                      | Maggio      | <b>7, 14</b>            |

---

### Programma

Tecniche di morfologia vegetale, il terreno agrario, la riproduzione, le tecniche di coltivazione, i parassiti delle piante. La progettazione e la coltivazione di un piccolo orto.

---

### Nota

Si consiglia il testo: "Orto manuale pratico" di Giuseppe Rama Edizioni Demetra.

## PALAZZI DI PONENTE

---

|                                  |
|----------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>CONTE PAOLO |
|----------------------------------|

|                       |                               |                  |             |               |
|-----------------------|-------------------------------|------------------|-------------|---------------|
| <b>Sede</b>           | <b>PEGLI - CAPPELLA DORIA</b> |                  |             |               |
| <b>Frequenza</b>      | <b>QUINDICINALE LUNEDI</b>    |                  |             |               |
| <b>Orario lezione</b> | <b>10:00 - 12:00</b>          |                  |             |               |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                   |                  | <b>2027</b> |               |
|                       | Ottobre                       | <b>19</b>        | Gennaio     | <b>11, 25</b> |
|                       | Novembre                      | <b>2, 16, 30</b> | Febbraio    | <b>22</b>     |
|                       | Dicembre                      | <b>14</b>        | Marzo       | <b>8, 22</b>  |
|                       |                               |                  | Aprile      | <b>5, 19</b>  |
|                       |                               |                  | Maggio      | <b>3</b>      |

---

### Programma

I palazzi pubblici e privati dal centro al Municipio VII di Ponente che raccontano la storia civile e culturale degli ultimi cinque secoli, attraverso la loro architettura, la letteratura e la musica del tempo, le vite dei residenti. Le sedi municipali di Pegli, Prà, Voltri, degli istituti scolastici, già comunali prima del 1926, le Ville Lomellini e Doria a Pegli, con il parco e la Cappella di N.S. delle Grazie eretta dal Maestro comacino Andrea Ceresola, artefice del Palazzo Ducale. Un ampio percorso dal XVI al XX secolo, dalla Lanterna (1128) alle stazioni FS (1854-1856).

---

### Nota

Saranno effettuate visite ai siti più significativi.

## PARLIAMO DI SCIENZA

---

|                                   |
|-----------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>RISSO TERESA |
|-----------------------------------|

|                       |                                           |             |        |  |
|-----------------------|-------------------------------------------|-------------|--------|--|
| <b>Sede</b>           | <b>PEGLI - MUSEO NAVALE (AULA CAMINO)</b> |             |        |  |
| <b>Frequenza</b>      | <b>QUINDICINALE LUNEDI</b>                |             |        |  |
| <b>Orario lezione</b> | <b>10:00 - 11:30</b>                      |             |        |  |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                               | <b>2027</b> |        |  |
|                       | Ottobre 19                                | Gennaio     | 11, 25 |  |
|                       | Novembre 2, 16, 30                        | Febbraio    | 22     |  |
|                       | Dicembre 14                               | Marzo       | 8, 22  |  |
|                       |                                           | Aprile      | 5, 19  |  |
|                       |                                           | Maggio      | 3      |  |

---

### Programma

"Parliamo di Scienza" si propone come corso dedicato alla divulgazione scientifica per le discipline di Matematica e Fisica. Gli argomenti riguardano le principali scoperte del XX secolo, in particolare l'astrofisica, la fisica delle particelle, le innovazioni tecnologiche, nonché le nuove frontiere dell'intelligenza artificiale. Una particolare attenzione verrà riservata alle notizie di attualità e alle manifestazioni culturali dedicate.

---

### Nota

## PARLONS DES FEMMES

---

|                                           |
|-------------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>PIZZORNI MARIA PAOLA |
|-------------------------------------------|

|                       |                              |  |                       |  |
|-----------------------|------------------------------|--|-----------------------|--|
| <b>Sede</b>           | <b>PEGLI - SCUOLA ALESSI</b> |  |                       |  |
| <b>Frequenza</b>      | <b>QUINDICINALE MARTEDI</b>  |  |                       |  |
| <b>Orario lezione</b> | <b>17:00 - 18:30</b>         |  |                       |  |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                  |  | <b>2027</b>           |  |
|                       | Ottobre <b>27</b>            |  | Gennaio <b>19</b>     |  |
|                       | Novembre <b>10, 24</b>       |  | Febbraio <b>2, 16</b> |  |
|                       | Dicembre <b>22</b>           |  | Marzo <b>2, 16</b>    |  |
|                       |                              |  | Aprile <b>13, 27</b>  |  |
|                       |                              |  | Maggio <b>11</b>      |  |

---

### Programma

Attraverso la letteratura, la poesia, la canzone, la pittura, raccontiamo la donna, le donne.

---

### Nota

## PATCHWORK

---

|                                     |
|-------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>PATRONE MARINA |
|-------------------------------------|

|                       |                             |             |               |
|-----------------------|-----------------------------|-------------|---------------|
| <b>Sede</b>           | <b>VOLTRI - VIA GUALA 8</b> |             |               |
| <b>Frequenza</b>      | <b>SETTIMANALE LUNEDI</b>   |             |               |
| <b>Orario lezione</b> | <b>09:30 - 12:00</b>        |             |               |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                 | <b>2027</b> |               |
|                       | Ottobre 19, 26              | Gennaio     | 11, 18, 25    |
|                       | Novembre 2, 9, 16, 23, 30   | Febbraio    | 1, 15, 22     |
|                       | Dicembre 14, 21             | Marzo       | 1, 8, 15, 22  |
|                       |                             | Aprile      | 5, 12, 19, 26 |
|                       |                             | Maggio      | 3, 10         |

---

### Programma

Il patchwork consiste nel comporre e cucire pezzi di tessuto in modo creativo, formando motivi geometrici o decorativi. Può essere utilizzato per realizzare coperte, trapunte (quilt), abbigliamento, cuscini e accessori.

---

### Nota

## PITTURA (A)

---

|                                          |
|------------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>FIGLIOMENO VITTORIO |
|------------------------------------------|

|                       |                                 |               |             |               |
|-----------------------|---------------------------------|---------------|-------------|---------------|
| <b>Sede</b>           | <b>PEGLI - CENTRO CULTURALE</b> |               |             |               |
| <b>Frequenza</b>      | <b>QUINDICINALE MARTEDI</b>     |               |             |               |
| <b>Orario lezione</b> | <b>14:30 - 16:30</b>            |               |             |               |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                     |               | <b>2027</b> |               |
|                       | Ottobre                         | <b>27</b>     | Gennaio     | <b>19</b>     |
|                       | Novembre                        | <b>10, 24</b> | Febbraio    | <b>2, 16</b>  |
|                       | Dicembre                        | <b>22</b>     | Marzo       | <b>2, 16</b>  |
|                       |                                 |               | Aprile      | <b>13, 27</b> |
|                       |                                 |               | Maggio      | <b>11</b>     |

---

### Programma

Studio del paesaggio da realizzare con tecniche diverse (pennello o spatola) dal vero o ispirandosi ad autori famosi.

---

### Nota

## PITTURA (B)

---

|                                      |
|--------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>GARBERO LILIANA |
|--------------------------------------|

|                       |                                 |  |             |        |
|-----------------------|---------------------------------|--|-------------|--------|
| <b>Sede</b>           | <b>PEGLI - CENTRO CULTURALE</b> |  |             |        |
| <b>Frequenza</b>      | <b>QUINDICINALE MARTEDI</b>     |  |             |        |
| <b>Orario lezione</b> | <b>14:30 - 17:00</b>            |  |             |        |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                     |  | <b>2027</b> |        |
|                       | Ottobre 20                      |  | Gennaio     | 12, 26 |
|                       | Novembre 3, 17                  |  | Febbraio    | 23     |
|                       | Dicembre 1, 15                  |  | Marzo       | 9, 23  |
|                       |                                 |  | Aprile      | 6, 20  |
|                       |                                 |  | Maggio      | 4      |

---

### Programma

Insegnamento tecniche varie di pittura a olio, malta, acrilico, etc..

---

### Nota

## PITTURA (C)

---

|                                      |
|--------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>TOMASSINI PAOLA |
|--------------------------------------|

|                       |                                           |               |             |                  |
|-----------------------|-------------------------------------------|---------------|-------------|------------------|
| <b>Sede</b>           | <b>PEGLI - MUSEO NAVALE (LABORATORIO)</b> |               |             |                  |
| <b>Frequenza</b>      | <b>QUINDICINALE GIOVEDÌ</b>               |               |             |                  |
| <b>Orario lezione</b> | <b>16:00 - 18:00</b>                      |               |             |                  |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                               |               | <b>2027</b> |                  |
|                       | Ottobre                                   | <b>15, 29</b> | Gennaio     | <b>7, 21</b>     |
|                       | Novembre                                  | <b>12, 26</b> | Febbraio    | <b>4, 18</b>     |
|                       | Dicembre                                  | <b>10</b>     | Marzo       | <b>4, 18</b>     |
|                       |                                           |               | Aprile      | <b>1, 15, 29</b> |
|                       |                                           |               | Maggio      | <b>13</b>        |

---

### Programma

Basi della prospettiva, delle proporzioni del corpo e del viso. I colori: primari, complementari, come utilizzarli per ottenere le sfumature desiderate. I materiali: quali sono, cosa serve effettivamente per iniziare e come utilizzarli.

---

### Nota

Corso adatto a chi si avvicina per la prima volta alla pittura e a chi già dipinge.

## PORTOGHESE (4)

---

|                                  |
|----------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>PONZ DENIZE |
|----------------------------------|

|                       |                                                    |                      |             |                          |
|-----------------------|----------------------------------------------------|----------------------|-------------|--------------------------|
| <b>Sede</b>           | <b>PEGLI - SCUOLA RIZZO (AULA 2 PIANO SECONDO)</b> |                      |             |                          |
| <b>Frequenza</b>      | <b>SETTIMANALE MERCOLEDI</b>                       |                      |             |                          |
| <b>Orario lezione</b> | <b>17:30 - 18:30</b>                               |                      |             |                          |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                                        |                      | <b>2027</b> |                          |
|                       | Ottobre                                            | <b>21, 28</b>        | Gennaio     | <b>13, 20, 27</b>        |
|                       | Novembre                                           | <b>4, 11, 18, 25</b> | Febbraio    | <b>3, 10, 17, 24</b>     |
|                       | Dicembre                                           | <b>2, 9, 16</b>      | Marzo       | <b>3, 10, 17, 24, 31</b> |
|                       |                                                    |                      | Aprile      | <b>7, 14, 21, 28</b>     |
|                       |                                                    |                      | Maggio      | <b>5, 12</b>             |

---

### Programma

Revisione delle unità (da 1 a 13) studiate negli anni precedenti e conclusione delle unità rimanenti del libro (da 14 a 19). Le lezioni sono organizzate in: grammatica della unità in corso; lettura dei testi e dialoghi; correzione degli esercizi.

---

### Nota

## PSICOLOGIA - ANALISI TRANSAZIONALE

---

|                                   |
|-----------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>TAMPONI ROSA |
|-----------------------------------|

|                       |                                                         |       |             |        |
|-----------------------|---------------------------------------------------------|-------|-------------|--------|
| <b>Sede</b>           | <b>SESTRI - EX BIBL. BRUSCHI VIA VADO 17 (P. TERRA)</b> |       |             |        |
| <b>Frequenza</b>      | <b>QUINDICINALE MERCOLEDI</b>                           |       |             |        |
| <b>Orario lezione</b> | <b>09:30 - 11:00</b>                                    |       |             |        |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                                             |       | <b>2027</b> |        |
|                       | Ottobre                                                 | 21    | Gennaio     | 13, 27 |
|                       | Novembre                                                | 4, 18 | Febbraio    | 10, 24 |
|                       | Dicembre                                                | 2, 16 | Marzo       | 10, 24 |
|                       |                                                         |       | Aprile      | 7, 21  |
|                       |                                                         |       | Maggio      | 5      |

---

### Programma

Il corso fornisce gli elementi base della teoria psicologica dell'Analisi Transazionale, a partire dalla sua collocazione all'interno del panorama della psicologia del Novecento fino a oggi. Il corso si svolge alternando lezioni frontali a incontri esperienziali nei quali la teoria si cala nella realtà concreta del vissuto quotidiano. Argomenti principali: la teoria della personalità e gli Stati dell'Io; la teoria della comunicazione interpersonale e le transazioni; la teoria delle carezze, le emozioni e la competenza emotiva. Verranno forniti schemi riassuntivi in formato pdf.

---

### Nota

## PSICOLOGIA E VITA

---

|                                                   |
|---------------------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>ZAVATTONI VITTORIO FRANCESCO |
|---------------------------------------------------|

|                       |                                                         |                       |  |
|-----------------------|---------------------------------------------------------|-----------------------|--|
| <b>Sede</b>           | <b>SESTRI - EX BIBL. BRUSCHI VIA VADO 17 (P. TERRA)</b> |                       |  |
| <b>Frequenza</b>      | <b>QUINDICINALE GIOVEDÌ</b>                             |                       |  |
| <b>Orario lezione</b> | <b>10:00 - 11:00</b>                                    |                       |  |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                                             | <b>2027</b>           |  |
|                       | Novembre <b>5, 19</b>                                   | Febbraio <b>4, 18</b> |  |
|                       | Dicembre <b>3, 17</b>                                   | Marzo <b>4, 18</b>    |  |
|                       |                                                         | Aprile <b>8, 22</b>   |  |
|                       |                                                         | Maggio <b>6</b>       |  |

---

### Programma

Introduzione alla Psicologia Generale, alla Psicologia dell'età evolutiva ed alla Psicoanalisi, con riferimento ai loro principali argomenti.

---

### Nota

## REGINE E PRINCIPESSA INGLESÌ: LA DINASTIA WINDSOR (A)

---

|                                      |
|--------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>GISCARDO MARINA |
|--------------------------------------|

|                       |                                                         |               |             |               |
|-----------------------|---------------------------------------------------------|---------------|-------------|---------------|
| <b>Sede</b>           | <b>SESTRI - EX BIBL. BRUSCHI VIA VADO 17 (P. TERRA)</b> |               |             |               |
| <b>Frequenza</b>      | <b>QUINDICINALE MARTEDÌ</b>                             |               |             |               |
| <b>Orario lezione</b> | <b>15:00 - 16:30</b>                                    |               |             |               |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                                             |               | <b>2027</b> |               |
|                       | Ottobre                                                 | <b>27</b>     | Gennaio     | <b>19</b>     |
|                       | Novembre                                                | <b>10, 24</b> | Febbraio    | <b>2, 16</b>  |
|                       | Dicembre                                                | <b>22</b>     | Marzo       | <b>2, 16</b>  |
|                       |                                                         |               | Aprile      | <b>13, 27</b> |
|                       |                                                         |               | Maggio      | <b>11</b>     |

---

### Programma

Wallis Simpson - Un'americana al Forte. Elisabeth Bowes Lyon - La normalità torna a corte. Elisabetta II - Regalità e dignità, un manto invisibile. Margaret Rose - Una ribelle infelice. Anna - La figlia prediletta. Lady Diana Spencer - La principessa triste. Sarah Ferguson - La rossa duchessa. Sophie Rhys Jones - La nuora prediletta. Camilla Parker Bowles - L'altra donna diventa regina. Catherine Middleton - Una commoner più regale che mai. Meghan Markle - Troppa ambizione semina discordia.

---

### Nota

## REGINE E PRINCIPESSA INGLESÌ: LA DINASTIA WINDSOR (B)

---

|                                      |
|--------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>GISCARDO MARINA |
|--------------------------------------|

|                       |                                           |              |             |               |
|-----------------------|-------------------------------------------|--------------|-------------|---------------|
| <b>Sede</b>           | <b>PEGLI - MUSEO NAVALE (AULA CAMINO)</b> |              |             |               |
| <b>Frequenza</b>      | <b>QUINDICINALE MARTEDI</b>               |              |             |               |
| <b>Orario lezione</b> | <b>15:00 - 16:30</b>                      |              |             |               |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                               |              | <b>2027</b> |               |
|                       | Ottobre                                   | <b>20</b>    | Gennaio     | <b>12, 26</b> |
|                       | Novembre                                  | <b>3, 17</b> | Febbraio    | <b>23</b>     |
|                       | Dicembre                                  | <b>1, 15</b> | Marzo       | <b>9, 23</b>  |
|                       |                                           |              | Aprile      | <b>6, 20</b>  |
|                       |                                           |              | Maggio      | <b>4</b>      |

---

### Programma

Wallis Simpson - Un'americana al Forte. Elisabeth Bowes Lyon - La normalità torna a corte. Elisabetta II - Regalità e dignità, un manto invisibile. Margaret Rose - Una ribelle infelice. Anna - La figlia prediletta. Lady Diana Spencer - La principessa triste. Sarah Ferguson - La rossa duchessa. Sophie Rhys Jones - La nuora prediletta. Camilla Parker Bowles - L'altra donna diventa regina. Catherine Middleton - Una commoner più regale che mai. Meghan Markle - Troppa ambizione semina discordia.

---

### Nota

## RESTAURO MOBILE ANTICO

---

|                                    |
|------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>PICCARDO ALDO |
|------------------------------------|

|                       |                                           |              |             |               |
|-----------------------|-------------------------------------------|--------------|-------------|---------------|
| <b>Sede</b>           | <b>PEGLI - MUSEO NAVALE (LABORATORIO)</b> |              |             |               |
| <b>Frequenza</b>      | <b>QUINDICINALE GIOVEDÌ</b>               |              |             |               |
| <b>Orario lezione</b> | <b>15:30 - 17:00</b>                      |              |             |               |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                               |              | <b>2027</b> |               |
|                       | Ottobre                                   | <b>22</b>    | Gennaio     | <b>14, 28</b> |
|                       | Novembre                                  | <b>5, 19</b> | Febbraio    | <b>11, 25</b> |
|                       | Dicembre                                  | <b>3, 17</b> | Marzo       | <b>11</b>     |
|                       |                                           |              | Aprile      | <b>8, 22</b>  |
|                       |                                           |              | Maggio      | <b>6</b>      |

---

### Programma

Nozioni generali sui vari tipi di legno, esame delle fasi di restauro. Pulizia e sverniciatura radicale. Prevenzione e riparazione da danni causati da tarli o agenti atmosferici. Nozioni elementari di falegnameria. Stuccatura a gesso, a cera, a ceralacca.

---

### Nota

Portare: guanti, mascherina, pennello. Si consiglia grembiule o tuta da lavoro. Altri materiali sono presenti in sede o si compreranno in corso d'opera.

## RICAMO

---

|                                                |
|------------------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>BANCHERO MARIA ANTONIETTA |
|------------------------------------------------|

|                       |                                                  |               |             |               |
|-----------------------|--------------------------------------------------|---------------|-------------|---------------|
| <b>Sede</b>           | <b>PEGLI - SCUOLA RIZZO (AULA 1 PIANO TERRA)</b> |               |             |               |
| <b>Frequenza</b>      | <b>QUINDICINALE MARTEDI</b>                      |               |             |               |
| <b>Orario lezione</b> | <b>15:30 - 17:30</b>                             |               |             |               |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                                      |               | <b>2027</b> |               |
|                       | Ottobre                                          | <b>27</b>     | Gennaio     | <b>19</b>     |
|                       | Novembre                                         | <b>10, 24</b> | Febbraio    | <b>2, 16</b>  |
|                       | Dicembre                                         | <b>22</b>     | Marzo       | <b>2, 16</b>  |
|                       |                                                  |               | Aprile      | <b>13, 27</b> |
|                       |                                                  |               | Maggio      | <b>11</b>     |

---

### Programma

Punto raso o punto pittura, sfilature, rifiniture e abbinamento stoffe e filati.

---

### Nota

Presentarsi con set da ricamo: fili da ricamo, forbicine, stoffa.

## RICAMO PRINCIPIANTI

---

|                                      |
|--------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>PASTORINO CARLA |
|--------------------------------------|

|                       |                                                  |              |             |               |
|-----------------------|--------------------------------------------------|--------------|-------------|---------------|
| <b>Sede</b>           | <b>PEGLI - SCUOLA RIZZO (AULA 1 PIANO TERRA)</b> |              |             |               |
| <b>Frequenza</b>      | <b>QUINDICINALE MARTEDI</b>                      |              |             |               |
| <b>Orario lezione</b> | <b>15:00 - 17:00</b>                             |              |             |               |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                                      |              | <b>2027</b> |               |
|                       | Ottobre                                          | <b>20</b>    | Gennaio     | <b>12, 26</b> |
|                       | Novembre                                         | <b>3, 17</b> | Febbraio    | <b>23</b>     |
|                       | Dicembre                                         | <b>1, 15</b> | Marzo       | <b>9, 23</b>  |
|                       |                                                  |              | Aprile      | <b>6, 20</b>  |
|                       |                                                  |              | Maggio      | <b>4</b>      |

---

### Programma

Si apprendono i primi rudimenti del ricamo, partendo dai punti base, abbinando filati e stoffe. Sono previsti punto croce con retro perfetto, orlo a giorno e sfilature varie, punto erba, catenella, broderie suisse, etc..

---

### Nota

Possono partecipare anche coloro che non sono alle prime armi e vogliono realizzare ricami più complessi.

## RUSSO INTERMEDIO

---

|                                         |
|-----------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>BURTAVEL LIA LUCIA |
|-----------------------------------------|

|                       |                                                         |                         |             |                      |
|-----------------------|---------------------------------------------------------|-------------------------|-------------|----------------------|
| <b>Sede</b>           | <b>SESTRI - EX BIBL. BRUSCHI VIA VADO 17 (P. TERRA)</b> |                         |             |                      |
| <b>Frequenza</b>      | <b>SETTIMANALE LUNEDI</b>                               |                         |             |                      |
| <b>Orario lezione</b> | <b>18:00 - 19:00</b>                                    |                         |             |                      |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                                             |                         | <b>2027</b> |                      |
|                       | Ottobre                                                 | <b>19, 26</b>           | Gennaio     | <b>11, 18, 25</b>    |
|                       | Novembre                                                | <b>2, 9, 16, 23, 30</b> | Febbraio    | <b>1, 15, 22</b>     |
|                       | Dicembre                                                | <b>14, 21</b>           | Marzo       | <b>1, 8, 15, 22</b>  |
|                       |                                                         |                         | Aprile      | <b>5, 12, 19, 26</b> |
|                       |                                                         |                         | Maggio      | <b>3, 10</b>         |

---

### Programma

Conversazione guidata basata sull'uso dei casi e verbi di moto. Traduzioni di testi da e in lingua.

---

### Nota

## RUSSO PRINCIPIANTI

---

|                                         |
|-----------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>BURTAVEL LIA LUCIA |
|-----------------------------------------|

|                       |                                                         |                  |             |               |
|-----------------------|---------------------------------------------------------|------------------|-------------|---------------|
| <b>Sede</b>           | <b>SESTRI - EX BIBL. BRUSCHI VIA VADO 17 (P. TERRA)</b> |                  |             |               |
| <b>Frequenza</b>      | <b>SETTIMANALE LUNEDI</b>                               |                  |             |               |
| <b>Orario lezione</b> | <b>17:00 - 18:00</b>                                    |                  |             |               |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                                             |                  | <b>2027</b> |               |
|                       | Ottobre                                                 | 19, 26           | Gennaio     | 11, 18, 25    |
|                       | Novembre                                                | 2, 9, 16, 23, 30 | Febbraio    | 1, 15, 22     |
|                       | Dicembre                                                | 14, 21           | Marzo       | 1, 8, 15, 22  |
|                       |                                                         |                  | Aprile      | 5, 12, 19, 26 |
|                       |                                                         |                  | Maggio      | 3, 10         |

---

### Programma

Alfabeto cirillico. Prime nozioni di grammatica. Verbi di moto.

---

### Nota

Per i nuovi iscritti si consiglia l'acquisto del libro di testo "Esercizi di grammatica russa".

## SCACCHI AVANZATO

---

|                                        |
|----------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>CARLINI GIANCARLO |
|----------------------------------------|

|                       |                             |                      |             |                      |
|-----------------------|-----------------------------|----------------------|-------------|----------------------|
| <b>Sede</b>           | <b>PEGLI - COOP LIGURIA</b> |                      |             |                      |
| <b>Frequenza</b>      | <b>SETTIMANALE MARTEDI</b>  |                      |             |                      |
| <b>Orario lezione</b> | <b>16:30 - 18:00</b>        |                      |             |                      |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                 |                      | <b>2027</b> |                      |
|                       | Ottobre                     | <b>20, 27</b>        | Gennaio     | <b>12, 19, 26</b>    |
|                       | Novembre                    | <b>3, 10, 17, 24</b> | Febbraio    | <b>2, 16, 23</b>     |
|                       | Dicembre                    | <b>1, 15, 22</b>     | Marzo       | <b>2, 9, 16, 23</b>  |
|                       |                             |                      | Aprile      | <b>6, 13, 20, 27</b> |
|                       |                             |                      | Maggio      | <b>4, 11</b>         |

---

### Programma

Il corso è rivolto a coloro che hanno acquisito le conoscenze di base (movimento dei pezzi, arrocco, presa al varco) e i principali temi tattici e strategici e desiderano approfondire le problematiche di una partita e quindi poter affrontare l'avversario senza effettuare gravi errori.

---

### Nota

L'obiettivo del corso è divertirsi giocando a scacchi e, contemporaneamente, aumentare la concentrazione e il ragionamento. Sono previste partite tra i corsisti e partite in simultanea con il docente.

## SCACCHI PRINCIPIANTI

---

|                                        |
|----------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>CARLINI GIANCARLO |
|----------------------------------------|

|                       |                             |                      |  |
|-----------------------|-----------------------------|----------------------|--|
| <b>Sede</b>           | <b>PEGLI - COOP LIGURIA</b> |                      |  |
| <b>Frequenza</b>      | <b>SETTIMANALE MARTEDI</b>  |                      |  |
| <b>Orario lezione</b> | <b>15:00 - 16:30</b>        |                      |  |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                 | <b>2027</b>          |  |
|                       | Ottobre 20, 27              | Gennaio 12, 19, 26   |  |
|                       | Novembre 3, 10, 17, 24      | Febbraio 2, 16, 23   |  |
|                       | Dicembre 1, 15, 22          | Marzo 2, 9, 16, 23   |  |
|                       |                             | Aprile 6, 13, 20, 27 |  |
|                       |                             | Maggio 4, 11         |  |

---

### Programma

Breve introduzione dello scopo del gioco, spiegazione delle regole e movimento dei pezzi. Principali temi tattici e strategici. Principi generali delle 3 fasi di una partita (apertura mediogioco e finale). Analisi delle partite giocate.

---

### Nota

L'obiettivo del corso è imparare gli scacchi divertendosi e, contemporaneamente, allenare la mente.

## SCRITTURA CREATIVA

---

|                                  |
|----------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>CORSO LUCIA |
|----------------------------------|

|                       |                             |  |                |  |
|-----------------------|-----------------------------|--|----------------|--|
| <b>Sede</b>           | <b>PEGLI - COOP LIGURIA</b> |  |                |  |
| <b>Frequenza</b>      | <b>QUINDICINALE MARTEDI</b> |  |                |  |
| <b>Orario lezione</b> | <b>10:00 - 12:00</b>        |  |                |  |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                 |  | <b>2027</b>    |  |
|                       | Ottobre 20                  |  | Gennaio 12, 26 |  |
|                       | Novembre 3, 17              |  | Febbraio 23    |  |
|                       | Dicembre 1, 15              |  | Marzo 9, 23    |  |
|                       |                             |  | Aprile 6, 20   |  |
|                       |                             |  | Maggio 4       |  |

---

### Programma

Anche quest'anno inviterò i miei corsisti a guardarsi intorno, perché è dal Mondo e dall'Umanità che lo vive che gli scrittori traggono l'ispirazione principale e più emotivamente pregnante per le loro opere di scrittura. I lavori saranno quindi racconti ispirati alla realtà e alle vicende umane, anche se, in momenti particolari dell'anno, potranno concedere un po' di spazio alla fantasia pura, dedicandola liberamente all'invenzione di fiabe o storie fantastiche.

---

### Nota

## SEMIOLOGIA FILOSOFIA PSICOLOGIA DEL CINEMA

---

|                                   |
|-----------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>TANZI GRAZIA |
|-----------------------------------|

|                       |                                           |             |        |  |
|-----------------------|-------------------------------------------|-------------|--------|--|
| <b>Sede</b>           | <b>PEGLI - MUSEO NAVALE (AULA CAMINO)</b> |             |        |  |
| <b>Frequenza</b>      | <b>QUINDICINALE MERCOLEDI</b>             |             |        |  |
| <b>Orario lezione</b> | <b>09:00 - 10:30</b>                      |             |        |  |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                               | <b>2027</b> |        |  |
|                       | Ottobre 21                                | Gennaio     | 13, 27 |  |
|                       | Novembre 4, 18                            | Febbraio    | 10, 24 |  |
|                       | Dicembre 2, 16                            | Marzo       | 10, 24 |  |
|                       |                                           | Aprile      | 7, 21  |  |
|                       |                                           | Maggio      | 5      |  |

---

### Programma

Non storia del cinema, non critica cinematografica, ma analisi del film come sistema di segni; come linguaggio; come veicolo di contenuti di pensiero e di riflessione sulla condizione umana; come coinvolgimento emotivo ed intellettuale dello spettatore.

---

### Nota

## SMARTPHONE BASE

---

|                                     |
|-------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>OLIVERI UBALDO |
|-------------------------------------|

|                       |                                                |           |             |           |
|-----------------------|------------------------------------------------|-----------|-------------|-----------|
| <b>Sede</b>           | <b>PEGLI - MUSEO NAVALE (LAB. INFORMATICA)</b> |           |             |           |
| <b>Frequenza</b>      | <b>MENSILE MERCOLEDI</b>                       |           |             |           |
| <b>Orario lezione</b> | <b>15:00 - 16:30</b>                           |           |             |           |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                                    |           | <b>2027</b> |           |
|                       | Ottobre                                        | <b>21</b> | Gennaio     | <b>13</b> |
|                       | Novembre                                       | <b>18</b> | Febbraio    | <b>10</b> |
|                       | Dicembre                                       | <b>16</b> | Marzo       | <b>10</b> |
|                       |                                                |           | Aprile      | <b>7</b>  |

---

### Programma

I tasti fisici. I "Gesti" dello schermo. Riconoscere le icone principali (Telefono, Messaggi, Fotocamera). La batteria e la ricarica. La Rubrica. I Preferiti. Prendere confidenza con la tastiera. Inviare un messaggio. WhatsApp: spunte, messaggi vocali. Scattare e condividere foto e video. I Gruppi e le Chiamate. Navigare su Internet. Cos'è un App e come si scarica. Connessione da casa (Wi-Fi) ed esterna. QR Code. Sicurezza e Truffe. La Galleria/Foto. I "Bottoni magici" (es. torcia, Bluetooth, modalità Silenzioso).

---

### Nota

## SPAGNOLO (2)

---

|                                    |
|------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>ANSALDO MARIA |
|------------------------------------|

|                       |                            |                         |  |  |
|-----------------------|----------------------------|-------------------------|--|--|
| <b>Sede</b>           | <b>ONLINE</b>              |                         |  |  |
| <b>Frequenza</b>      | <b>SETTIMANALE GIOVEDI</b> |                         |  |  |
| <b>Orario lezione</b> | <b>17:00 - 18:00</b>       |                         |  |  |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                | <b>2027</b>             |  |  |
|                       | Ottobre 15, 22, 29         | Gennaio 7, 14, 21, 28   |  |  |
|                       | Novembre 5, 12, 19, 26     | Febbraio 4, 11, 18, 25  |  |  |
|                       | Dicembre 3, 10, 17         | Marzo 4, 11, 18         |  |  |
|                       |                            | Aprile 1, 8, 15, 22, 29 |  |  |
|                       |                            | Maggio 6, 13            |  |  |

---

### Programma

Introduzione di nuove nozioni linguistiche.

---

### Nota

Sarà necessario un libro di testo che verrà comunicato durante le prime lezioni.

## SPAGNOLO (3)

---

|                                    |
|------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>ANSALDO MARIA |
|------------------------------------|

|                       |                              |                      |             |                          |
|-----------------------|------------------------------|----------------------|-------------|--------------------------|
| <b>Sede</b>           | <b>ONLINE</b>                |                      |             |                          |
| <b>Frequenza</b>      | <b>SETTIMANALE MERCOLEDI</b> |                      |             |                          |
| <b>Orario lezione</b> | <b>16:30 - 18:00</b>         |                      |             |                          |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                  |                      | <b>2027</b> |                          |
|                       | Ottobre                      | <b>21, 28</b>        | Gennaio     | <b>13, 20, 27</b>        |
|                       | Novembre                     | <b>4, 11, 18, 25</b> | Febbraio    | <b>3, 10, 17, 24</b>     |
|                       | Dicembre                     | <b>2, 9, 16</b>      | Marzo       | <b>3, 10, 17, 24, 31</b> |
|                       |                              |                      | Aprile      | <b>7, 14, 21, 28</b>     |
|                       |                              |                      | Maggio      | <b>5, 12</b>             |

---

### Programma

Ripasso del programma dell'anno precedente e acquisizione di nuove nozioni.

---

### Nota

Sarà necessario un libro di testo che verrà comunicato durante le prime lezioni.

## SPAGNOLO 1

---

|                                    |
|------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>NONINO SILVIA |
|------------------------------------|

|                       |                                           |             |               |  |
|-----------------------|-------------------------------------------|-------------|---------------|--|
| <b>Sede</b>           | <b>PEGLI - MUSEO NAVALE (AULA CAMINO)</b> |             |               |  |
| <b>Frequenza</b>      | <b>SETTIMANALE LUNEDI</b>                 |             |               |  |
| <b>Orario lezione</b> | <b>16:00 - 17:00</b>                      |             |               |  |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                               | <b>2027</b> |               |  |
|                       | Ottobre 19, 26                            | Gennaio     | 11, 18, 25    |  |
|                       | Novembre 2, 9, 16, 23, 30                 | Febbraio    | 1, 15, 22     |  |
|                       | Dicembre 14, 21                           | Marzo       | 1, 8, 15, 22  |  |
|                       |                                           | Aprile      | 5, 12, 19, 26 |  |
|                       |                                           | Maggio      | 3, 10         |  |

---

### Programma

Corso per principianti che vogliano imparare, divertendosi, a leggere e a parlare in lingua spagnola.

---

### Nota

## SPAGNOLO 2

---

|                                    |
|------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>NONINO SILVIA |
|------------------------------------|

|                       |                                           |                         |             |                      |
|-----------------------|-------------------------------------------|-------------------------|-------------|----------------------|
| <b>Sede</b>           | <b>PEGLI - MUSEO NAVALE (AULA CAMINO)</b> |                         |             |                      |
| <b>Frequenza</b>      | <b>SETTIMANALE LUNEDI</b>                 |                         |             |                      |
| <b>Orario lezione</b> | <b>17:00 - 18:00</b>                      |                         |             |                      |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                               |                         | <b>2027</b> |                      |
|                       | Ottobre                                   | <b>19, 26</b>           | Gennaio     | <b>11, 18, 25</b>    |
|                       | Novembre                                  | <b>2, 9, 16, 23, 30</b> | Febbraio    | <b>1, 15, 22</b>     |
|                       | Dicembre                                  | <b>14, 21</b>           | Marzo       | <b>1, 8, 15, 22</b>  |
|                       |                                           |                         | Aprile      | <b>5, 12, 19, 26</b> |
|                       |                                           |                         | Maggio      | <b>3, 10</b>         |

---

### Programma

Curso para quien ya sabe algo de español, continuación del programa del año anterior, gramática y conversaciones siempre divirtiéndonos.

---

### Nota

## SPAGNOLO CONVERSAZIONE

---

|                                   |
|-----------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>ARISTU PILAR |
|-----------------------------------|

|                       |                             |        |             |        |
|-----------------------|-----------------------------|--------|-------------|--------|
| <b>Sede</b>           | <b>PEGLI - COOP LIGURIA</b> |        |             |        |
| <b>Frequenza</b>      | <b>QUINDICINALE MARTEDI</b> |        |             |        |
| <b>Orario lezione</b> | <b>10:30 - 12:00</b>        |        |             |        |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                 |        | <b>2027</b> |        |
|                       | Ottobre                     | 27     | Gennaio     | 19     |
|                       | Novembre                    | 10, 24 | Febbraio    | 2, 16  |
|                       | Dicembre                    | 22     | Marzo       | 2, 16  |
|                       |                             |        | Aprile      | 13, 27 |
|                       |                             |        | Maggio      | 11     |

---

### Programma

Lettura e commento di argomenti di attualità e costume spagnoli.  
Conversazione su argomenti di vita quotidiana.

---

### Nota

Il corso è rivolto a chi ha conoscenza della lingua spagnola.

## SPAGNOLO CONVERSAZIONE E GRAMMATICA AVANZATA

---

|                                    |
|------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>NONINO SILVIA |
|------------------------------------|

|                       |                                           |               |             |                  |
|-----------------------|-------------------------------------------|---------------|-------------|------------------|
| <b>Sede</b>           | <b>PEGLI - MUSEO NAVALE (AULA CAMINO)</b> |               |             |                  |
| <b>Frequenza</b>      | <b>QUINDICINALE GIOVEDI</b>               |               |             |                  |
| <b>Orario lezione</b> | <b>11:00 - 12:30</b>                      |               |             |                  |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                               |               | <b>2027</b> |                  |
|                       | Ottobre                                   | <b>15, 29</b> | Gennaio     | <b>7, 21</b>     |
|                       | Novembre                                  | <b>12, 26</b> | Febbraio    | <b>4, 18</b>     |
|                       | Dicembre                                  | <b>10</b>     | Marzo       | <b>4, 18</b>     |
|                       |                                           |               | Aprile      | <b>1, 15, 29</b> |
|                       |                                           |               | Maggio      | <b>13</b>        |

---

### Programma

Temas de actualidad y de vida cotidiana, con gramática avanzada utilizando música apropiada.

---

### Nota

## STORIA AMERICANA

---

|                                    |
|------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>MORA RICCARDO |
|------------------------------------|

|                       |                               |                 |  |
|-----------------------|-------------------------------|-----------------|--|
| <b>Sede</b>           | <b>PEGLI - CAPPELLA DORIA</b> |                 |  |
| <b>Frequenza</b>      | <b>QUINDICINALE MERCOLEDI</b> |                 |  |
| <b>Orario lezione</b> | <b>16:00 - 17:30</b>          |                 |  |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                   | <b>2027</b>     |  |
|                       | Ottobre 28                    | Gennaio 20      |  |
|                       | Novembre 11, 25               | Febbraio 3, 17  |  |
|                       | Dicembre 9                    | Marzo 3, 17, 31 |  |
|                       |                               | Aprile 14, 28   |  |
|                       |                               | Maggio 12       |  |

---

### Programma

Il conflitto anglo-francese nel Nord-America - La rivoluzione americana (1750-1804).

---

### Nota

## STORIA D'ITALIA

---

|                                      |
|--------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>REPETTO LUCIANO |
|--------------------------------------|

|                       |                                           |  |                 |  |
|-----------------------|-------------------------------------------|--|-----------------|--|
| <b>Sede</b>           | <b>PEGLI - MUSEO NAVALE (AULA CAMINO)</b> |  |                 |  |
| <b>Frequenza</b>      | <b>QUINDICINALE GIOVEDI</b>               |  |                 |  |
| <b>Orario lezione</b> | <b>16:45 - 18:15</b>                      |  |                 |  |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                               |  | <b>2027</b>     |  |
|                       | Ottobre 22                                |  | Gennaio 14, 28  |  |
|                       | Novembre 5, 19                            |  | Febbraio 11, 25 |  |
|                       | Dicembre 3, 17                            |  | Marzo 11        |  |
|                       |                                           |  | Aprile 8, 22    |  |
|                       |                                           |  | Maggio 6        |  |

---

### Programma

Errori dell'Impero in Africa - Entrata ed uscita dell'Italia dalla Società delle Nazioni Unite. La resa dei conti alla fine della II Guerra Mondiale. Il nucleare: dissuasione o minaccia. Rapporto dello Stato Italiano con il Vaticano dal 1870 al 1975.

---

### Nota

## STORIA DEL CINEMA

---

|                                     |
|-------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>MARINI ALBERTO |
|-------------------------------------|

|                       |                               |  |                 |  |
|-----------------------|-------------------------------|--|-----------------|--|
| <b>Sede</b>           | <b>PEGLI - CAPPELLA DORIA</b> |  |                 |  |
| <b>Frequenza</b>      | <b>QUINDICINALE MERCOLEDI</b> |  |                 |  |
| <b>Orario lezione</b> | <b>17:30 - 19:30</b>          |  |                 |  |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                   |  | <b>2027</b>     |  |
|                       | Ottobre 28                    |  | Gennaio 20      |  |
|                       | Novembre 11, 25               |  | Febbraio 3, 17  |  |
|                       | Dicembre 9                    |  | Marzo 3, 17, 31 |  |
|                       |                               |  | Aprile 14, 28   |  |
|                       |                               |  | Maggio 12       |  |

---

### Programma

La cinematografia tra Armenia, Francia e Italia. Attualità legata al cinema. Visione di film e analisi degli stessi. Si parte da Robert Guediguian e dalle sue origini armene per affrontare storia e cinematografia armena e per vedere gli omaggi e le ricognizioni fatte da altri autori. Con prevedibili e piacevoli detour verso il cinema che ci piace, di oggi e di domani.

---

### Nota

## STORIA DELL'OPERA LIRICA

---

|                                    |
|------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>SACCO MASSIMO |
|------------------------------------|

|                       |                               |               |             |                  |
|-----------------------|-------------------------------|---------------|-------------|------------------|
| <b>Sede</b>           | <b>PEGLI - CAPPELLA DORIA</b> |               |             |                  |
| <b>Frequenza</b>      | <b>QUINDICINALE VENERDI</b>   |               |             |                  |
| <b>Orario lezione</b> | <b>15:00 - 17:00</b>          |               |             |                  |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                   |               | <b>2027</b> |                  |
|                       | Ottobre                       | <b>16, 30</b> | Gennaio     | <b>8, 22</b>     |
|                       | Novembre                      | <b>13, 27</b> | Febbraio    | <b>5, 19</b>     |
|                       | Dicembre                      | <b>11</b>     | Marzo       | <b>5, 19</b>     |
|                       |                               |               | Aprile      | <b>2, 16, 30</b> |
|                       |                               |               | Maggio      | <b>14</b>        |

---

### Programma

Il corso esplora, attraverso un'analisi storica e stilistica, l'evoluzione dell'Opera Lirica dalle origini monteverdiane alle correnti contemporanee. Un viaggio multimediale per approfondire il legame tra musica, parola e messinscena, celebrando i grandi maestri e riscoprendo il fascino di un'arte totale in continua evoluzione.

---

### Nota

Le lezioni saranno arricchite dall'ascolto in CD dei brani più significativi e dalla visione in DVD delle più celebri produzioni teatrali.

## STORIA DI GENOVA E DI PEGLI

---

|                                    |
|------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>REPETTO MARCO |
|------------------------------------|

|                       |                                           |              |             |               |
|-----------------------|-------------------------------------------|--------------|-------------|---------------|
| <b>Sede</b>           | <b>PEGLI - MUSEO NAVALE (AULA CAMINO)</b> |              |             |               |
| <b>Frequenza</b>      | <b>QUINDICINALE MARTEDI</b>               |              |             |               |
| <b>Orario lezione</b> | <b>16:30 - 18:30</b>                      |              |             |               |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                               |              | <b>2027</b> |               |
|                       | Ottobre                                   | <b>20</b>    | Gennaio     | <b>12, 26</b> |
|                       | Novembre                                  | <b>3, 17</b> | Febbraio    | <b>23</b>     |
|                       | Dicembre                                  | <b>1, 15</b> | Marzo       | <b>9, 23</b>  |
|                       |                                           |              | Aprile      | <b>6, 20</b>  |
|                       |                                           |              | Maggio      | <b>4</b>      |

---

### Programma

Il corso ha durata triennale. Il primo anno di questo ciclo comprende il periodo dalle origini al Medioevo compresi. La redazione delle lezioni è basata su fonti storiche: atti di archivio, saggi, etc..

---

### Nota

## TAGLIO E CUCITO

---

|                                          |
|------------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>TRAVERSO MARGHERITA |
|------------------------------------------|

|                       |                                 |               |             |                  |
|-----------------------|---------------------------------|---------------|-------------|------------------|
| <b>Sede</b>           | <b>PEGLI - CENTRO CULTURALE</b> |               |             |                  |
| <b>Frequenza</b>      | <b>SETTIMANALE GIOVEDI</b>      |               |             |                  |
| <b>Orario lezione</b> | <b>09:15 - 11:15</b>            |               |             |                  |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                     |               | <b>2027</b> |                  |
|                       | Ottobre                         | 15, 22, 29    | Gennaio     | 7, 14, 21, 28    |
|                       | Novembre                        | 5, 12, 19, 26 | Febbraio    | 4, 11, 18, 25    |
|                       | Dicembre                        | 3, 10, 17     | Marzo       | 4, 11, 18        |
|                       |                                 |               | Aprile      | 1, 8, 15, 22, 29 |
|                       |                                 |               | Maggio      | 6, 13            |

---

### Programma

Saranno svolte lezioni dedicate al modello della gonna nelle sue varianti e nella lavorazione: lampo, cinturino, spacco, etc.. Calzone: stesso procedimento, seguendo la lavorazione delle tasche. Abito: tutte le trasformazioni. Camicia uomo: collo, spalle, maniche, polsini, sprone o apertura all'inglese.

---

### Nota

I partecipanti inizialmente dovranno avere: quaderno, carta da modello, penna, lapis, centimetro. In seguito sarà fornita una lista delle cose necessarie per le lavorazioni.

## TARSIE LIGNEE

---

|                                        |
|----------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>DALL'ORTO NARCISO |
|----------------------------------------|

|                       |                                 |                      |             |                          |
|-----------------------|---------------------------------|----------------------|-------------|--------------------------|
| <b>Sede</b>           | <b>PEGLI - CENTRO CULTURALE</b> |                      |             |                          |
| <b>Frequenza</b>      | <b>SETTIMANALE MERCOLEDI</b>    |                      |             |                          |
| <b>Orario lezione</b> | <b>15:00 - 17:00</b>            |                      |             |                          |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                     |                      | <b>2027</b> |                          |
|                       | Ottobre                         | <b>21, 28</b>        | Gennaio     | <b>13, 20, 27</b>        |
|                       | Novembre                        | <b>4, 11, 18, 25</b> | Febbraio    | <b>3, 10, 17, 24</b>     |
|                       | Dicembre                        | <b>2, 9, 16</b>      | Marzo       | <b>3, 10, 17, 24, 31</b> |
|                       |                                 |                      | Aprile      | <b>7, 14, 21, 28</b>     |
|                       |                                 |                      | Maggio      | <b>5, 12</b>             |

---

### Programma

Saranno fornite nozioni e indicazioni pratiche di base per il taglio e il trattamento del legno compensato di vario spessore, attività finalizzate alla composizione di semplici tarsie lignee. Con le tecniche apprese potranno essere realizzati quadri di varie dimensioni, decorazioni per pareti e coperchi di contenitori vari, cornici per portafoto o specchiere.

---

### Nota

Materiale a carico del corsista: legno compensato di pioppo, reperibile sul mercato sia locale che on line; arnesi da taglio (seghetti, lame per traforo legno), cartavetrata varia, colla e colori vinilici, minuteria per falegname, carta carbone.

## TEDESCO (2)

---

|                                    |
|------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>ANSALDO MARIA |
|------------------------------------|

|                       |                            |               |             |                  |
|-----------------------|----------------------------|---------------|-------------|------------------|
| <b>Sede</b>           | <b>ONLINE</b>              |               |             |                  |
| <b>Frequenza</b>      | <b>SETTIMANALE GIOVEDI</b> |               |             |                  |
| <b>Orario lezione</b> | <b>16:00 - 17:00</b>       |               |             |                  |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                |               | <b>2027</b> |                  |
|                       | Ottobre                    | 15, 22, 29    | Gennaio     | 7, 14, 21, 28    |
|                       | Novembre                   | 5, 12, 19, 26 | Febbraio    | 4, 11, 18, 25    |
|                       | Dicembre                   | 3, 10, 17     | Marzo       | 4, 11, 18        |
|                       |                            |               | Aprile      | 1, 8, 15, 22, 29 |
|                       |                            |               | Maggio      | 6, 13            |

---

### Programma

Introduzione di nuove nozioni linguistiche.

---

### Nota

Sarà necessario un libro di testo il cui titolo verrà comunicato nelle prime lezioni.

## TEDESCO (3)

---

|                                    |
|------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>ANSALDO MARIA |
|------------------------------------|

|                       |                            |                      |             |                      |
|-----------------------|----------------------------|----------------------|-------------|----------------------|
| <b>Sede</b>           | <b>ONLINE</b>              |                      |             |                      |
| <b>Frequenza</b>      | <b>SETTIMANALE MARTEDI</b> |                      |             |                      |
| <b>Orario lezione</b> | <b>15:00 - 16:30</b>       |                      |             |                      |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                |                      | <b>2027</b> |                      |
|                       | Ottobre                    | <b>20, 27</b>        | Gennaio     | <b>12, 19, 26</b>    |
|                       | Novembre                   | <b>3, 10, 17, 24</b> | Febbraio    | <b>2, 16, 23</b>     |
|                       | Dicembre                   | <b>1, 15, 22</b>     | Marzo       | <b>2, 9, 16, 23</b>  |
|                       |                            |                      | Aprile      | <b>6, 13, 20, 27</b> |
|                       |                            |                      | Maggio      | <b>4, 11</b>         |

---

### Programma

Dopo il ripasso delle regole grammaticali e della sintassi, apprese negli anni precedenti, si approfondiranno le nozioni della lingua tedesca.

---

### Nota

Sarà necessario un libro di testo il cui titolo verrà comunicato nelle prime lezioni.

## TEDESCO (4)

---

|                                    |
|------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>ANSALDO MARIA |
|------------------------------------|

|                       |                            |                      |             |                      |
|-----------------------|----------------------------|----------------------|-------------|----------------------|
| <b>Sede</b>           | <b>ONLINE</b>              |                      |             |                      |
| <b>Frequenza</b>      | <b>SETTIMANALE MARTEDI</b> |                      |             |                      |
| <b>Orario lezione</b> | <b>16:30 - 18:00</b>       |                      |             |                      |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                |                      | <b>2027</b> |                      |
|                       | Ottobre                    | <b>20, 27</b>        | Gennaio     | <b>12, 19, 26</b>    |
|                       | Novembre                   | <b>3, 10, 17, 24</b> | Febbraio    | <b>2, 16, 23</b>     |
|                       | Dicembre                   | <b>1, 15, 22</b>     | Marzo       | <b>2, 9, 16, 23</b>  |
|                       |                            |                      | Aprile      | <b>6, 13, 20, 27</b> |
|                       |                            |                      | Maggio      | <b>4, 11</b>         |

---

### Programma

Dopo il ripasso delle regole grammaticali e della sintassi, apprese negli anni precedenti, si approfondiranno le nozioni della lingua tedesca.

---

### Nota

Sarà necessario un libro di testo il cui titolo verrà comunicato nelle prime lezioni.

## TEDESCO BASE

---

|                                        |
|----------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>SPILINGA STEFANIA |
|----------------------------------------|

|                       |                               |                         |  |  |
|-----------------------|-------------------------------|-------------------------|--|--|
| <b>Sede</b>           | <b>PEGLI - CAPPELLA DORIA</b> |                         |  |  |
| <b>Frequenza</b>      | <b>SETTIMANALE GIOVEDI</b>    |                         |  |  |
| <b>Orario lezione</b> | <b>16:00 - 17:00</b>          |                         |  |  |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                   | <b>2027</b>             |  |  |
|                       | Ottobre 15, 22, 29            | Gennaio 7, 14, 21, 28   |  |  |
|                       | Novembre 5, 12, 19, 26        | Febbraio 4, 11, 18, 25  |  |  |
|                       | Dicembre 3, 10, 17            | Marzo 4, 11, 18         |  |  |
|                       |                               | Aprile 1, 8, 15, 22, 29 |  |  |
|                       |                               | Maggio 6, 13            |  |  |

---

### Programma

Il corso si rivolge prioritariamente ai partecipanti del corso 157 del 2025/26, ma è aperto a tutti coloro che intendano ripassare la lingua tedesca, le sue strutture grammaticali e la sua cultura, mediante un approccio situazionale-funzionale e un'ampia tipologia di testi e video.

---

### Nota

Libro di testo: Montali, Mandelli, Linzi, KOMPLETT, vol. 2 □ ,Loescher ed. -  
Altri materiali saranno forniti dalla docente.

## TEDESCO PLUS

---

|                                    |
|------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>ANSALDO MARIA |
|------------------------------------|

|                       |                              |                      |             |                          |
|-----------------------|------------------------------|----------------------|-------------|--------------------------|
| <b>Sede</b>           | <b>ONLINE</b>                |                      |             |                          |
| <b>Frequenza</b>      | <b>SETTIMANALE MERCOLEDI</b> |                      |             |                          |
| <b>Orario lezione</b> | <b>15:00 - 16:30</b>         |                      |             |                          |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                  |                      | <b>2027</b> |                          |
|                       | Ottobre                      | <b>21, 28</b>        | Gennaio     | <b>13, 20, 27</b>        |
|                       | Novembre                     | <b>4, 11, 18, 25</b> | Febbraio    | <b>3, 10, 17, 24</b>     |
|                       | Dicembre                     | <b>2, 9, 16</b>      | Marzo       | <b>3, 10, 17, 24, 31</b> |
|                       |                              |                      | Aprile      | <b>7, 14, 21, 28</b>     |
|                       |                              |                      | Maggio      | <b>5, 12</b>             |

---

### Programma

Lettura di articoli di giornali o riviste tedesche.

---

### Nota

Sarà necessario un libro di testo che verrà comunicato durante le prime lezioni.

## TESORI DALLE COLLEZIONI CIVICHE GENOVESI

---

**Docente/i:**

GARIBALDI PATRIZIA / MOLINARI IRENE

|                       |                                            |             |           |
|-----------------------|--------------------------------------------|-------------|-----------|
| <b>Sede</b>           | <b>PEGLI - MUSEO DI ARCHEOLOGIA LIGURE</b> |             |           |
| <b>Frequenza</b>      | <b>MENSILE GIOVEDÌ</b>                     |             |           |
| <b>Orario lezione</b> | <b>15:00 - 16:30</b>                       |             |           |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                                | <b>2027</b> |           |
|                       | Novembre <b>26</b>                         | Gennaio     | <b>21</b> |
|                       | Dicembre <b>10</b>                         | Febbraio    | <b>25</b> |

---

### Programma

26 novembre: La conchiglia che suona: le risorse marine nelle caverne preistoriche liguri. 10 dicembre: Sotto la città: la scoperta della necropoli preromana di Genova. 21 gennaio: Tesori da Genova conservati al Museo di Sant'Agostino. 25 febbraio: Cetacei liguri dalle collezioni del Museo di Storia naturale di Genova.

---

### Nota

Agli incontri potrebbero intervenire anche altri studiosi.

## TOMBOLO E CHIACCHIERINO

---

|                                            |
|--------------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>COZZOLINO MARIA LUGIA |
|--------------------------------------------|

|                       |                                 |                         |             |                      |
|-----------------------|---------------------------------|-------------------------|-------------|----------------------|
| <b>Sede</b>           | <b>PEGLI - CENTRO CULTURALE</b> |                         |             |                      |
| <b>Frequenza</b>      | <b>SETTIMANALE LUNEDI</b>       |                         |             |                      |
| <b>Orario lezione</b> | <b>17:00 - 19:00</b>            |                         |             |                      |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                     |                         | <b>2027</b> |                      |
|                       | Ottobre                         | <b>19, 26</b>           | Gennaio     | <b>11, 18, 25</b>    |
|                       | Novembre                        | <b>2, 9, 16, 23, 30</b> | Febbraio    | <b>1, 15, 22</b>     |
|                       | Dicembre                        | <b>14, 21</b>           | Marzo       | <b>1, 8, 15, 22</b>  |
|                       |                                 |                         | Aprile      | <b>5, 12, 19, 26</b> |
|                       |                                 |                         | Maggio      | <b>3, 10</b>         |

---

### Programma

Il tombolo e il chiacchierino sono due tecniche di merletto, entrambe antiche, che utilizzano fili e strumenti specifici per creare decorazioni e bordure. Il tombolo si realizza su un cuscino, mentre il chiacchierino si esegue con navette.

---

### Nota

## TROMPE L'OEIL E DECORAZIONE

---

|                                           |
|-------------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>BARABINO MARIA LUISA |
|-------------------------------------------|

|                       |                                           |             |                   |  |
|-----------------------|-------------------------------------------|-------------|-------------------|--|
| <b>Sede</b>           | <b>PEGLI - MUSEO NAVALE (LABORATORIO)</b> |             |                   |  |
| <b>Frequenza</b>      | <b>SETTIMANALE MERCOLEDI</b>              |             |                   |  |
| <b>Orario lezione</b> | <b>09:30 - 11:30</b>                      |             |                   |  |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                               | <b>2027</b> |                   |  |
|                       | Ottobre 21, 28                            | Gennaio     | 13, 20, 27        |  |
|                       | Novembre 4, 11, 18, 25                    | Febbraio    | 3, 10, 17, 24     |  |
|                       | Dicembre 2, 9, 16                         | Marzo       | 3, 10, 17, 24, 31 |  |
|                       |                                           | Aprile      | 7, 14, 21, 28     |  |
|                       |                                           | Maggio      | 5, 12             |  |

---

### Programma

Il corso, non a caso, ha sede nella splendida Villa Centurione Doria, ricca di decorazioni e grandi affreschi classici, prototipi dei trompe l'oeil moderni, fonte d'ispirazione per i nostri progetti. Cercheremo di realizzare elementi scenografici per dare l'illusione di osservare oggetti tridimensionali, che riprodurremo su una superficie piana. Come? Mettendo in pratica alcune delle elementari tecniche del disegno, della prospettiva e della pittura, in modo da realizzare ed ambientare tavole con decorazioni, paesaggi, soggetti di fantasia o realistici. Il corso è alla portata di tutti!

---

### Nota

## VIAGGIO NELLA MAGIA DEL DNA (A)

---

|                                     |
|-------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>PARODI BARBARA |
|-------------------------------------|

|                       |                                                         |              |             |               |
|-----------------------|---------------------------------------------------------|--------------|-------------|---------------|
| <b>Sede</b>           | <b>SESTRI - EX BIBL. BRUSCHI VIA VADO 17 (P. TERRA)</b> |              |             |               |
| <b>Frequenza</b>      | <b>QUINDICINALE LUNEDI</b>                              |              |             |               |
| <b>Orario lezione</b> | <b>15:00 - 16:00</b>                                    |              |             |               |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                                             |              | <b>2027</b> |               |
|                       | Ottobre                                                 | <b>26</b>    | Gennaio     | <b>18</b>     |
|                       | Novembre                                                | <b>9, 23</b> | Febbraio    | <b>1, 15</b>  |
|                       | Dicembre                                                | <b>21</b>    | Marzo       | <b>1, 15</b>  |
|                       |                                                         |              | Aprile      | <b>12, 26</b> |
|                       |                                                         |              | Maggio      | <b>10</b>     |

---

### Programma

Un viaggio nella magia del DNA e uno sguardo al suo straordinario potere di creare la vita e raccontarne la storia. Il DNA è il "libro della vita", scritto in un codice universale comune a tutti gli esseri viventi. Tutti ne hanno sentito parlare. Ma come funziona? Cosa ci dice di come siamo fatti? Traceremo la storia del DNA dagli albori della vita sul nostro pianeta. Analizzeremo le regole del metodo scientifico, incontreremo geni e cromosomi e parleremo di biotecnologie, DNA nella medicina forense, sperimentazione animale e metodi alternativi, DNA antico e migrazioni umane, e tanto altro.

---

### Nota

Non è richiesto nessun tipo di competenza scientifica, ma solo molta curiosità.

## VIAGGIO NELLA MAGIA DEL DNA (B)

---

|                                     |
|-------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>PARODI BARBARA |
|-------------------------------------|

|                       |                               |             |           |  |
|-----------------------|-------------------------------|-------------|-----------|--|
| <b>Sede</b>           | <b>PEGLI - CAPPELLA DORIA</b> |             |           |  |
| <b>Frequenza</b>      | <b>QUINDICINALE GIOVEDÌ</b>   |             |           |  |
| <b>Orario lezione</b> | <b>15:00 - 16:00</b>          |             |           |  |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                   | <b>2027</b> |           |  |
|                       | Ottobre 15, 29                | Gennaio     | 7, 21     |  |
|                       | Novembre 12, 26               | Febbraio    | 4, 18     |  |
|                       | Dicembre 10                   | Marzo       | 4, 18     |  |
|                       |                               | Aprile      | 1, 15, 29 |  |
|                       |                               | Maggio      | 13        |  |

---

### Programma

Un viaggio nella magia del DNA e uno sguardo al suo straordinario potere di creare la vita e raccontarne la storia. Il DNA è il "libro della vita", scritto in un codice universale comune a tutti gli esseri viventi. Tutti ne hanno sentito parlare. Ma come funziona? Cosa ci dice di come siamo fatti? Traceremo la storia del DNA dagli albori della vita sul nostro pianeta. Analizzeremo le regole del metodo scientifico, incontreremo geni e cromosomi e parleremo di biotecnologie, DNA nella medicina forense, sperimentazione animale e metodi alternativi, DNA antico e migrazioni umane, e tanto altro.

---

### Nota

Non è richiesto nessun tipo di competenza scientifica, ma solo molta curiosità.

## VILLE STORICHE GENOVESI

---

|                                      |
|--------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>MASSINO SILVANA |
|--------------------------------------|

|                       |                                                |           |             |           |
|-----------------------|------------------------------------------------|-----------|-------------|-----------|
| <b>Sede</b>           | <b>PEGLI - MUSEO NAVALE (SALONE ARGONAUTI)</b> |           |             |           |
| <b>Frequenza</b>      | <b>MENSILE GIOVEDI</b>                         |           |             |           |
| <b>Orario lezione</b> | <b>16:30 - 17:30</b>                           |           |             |           |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                                    |           | <b>2027</b> |           |
|                       | Ottobre                                        | <b>29</b> | Gennaio     | <b>21</b> |
|                       | Novembre                                       | <b>26</b> | Febbraio    | <b>18</b> |
|                       | Dicembre                                       | <b>10</b> | Marzo       | <b>18</b> |
|                       |                                                |           | Aprile      | <b>15</b> |
|                       |                                                |           | Maggio      | <b>13</b> |

---

### Programma

Proseguono le nostre visite virtuali alle ville genovesi (secoli XIX e XX).

---

### Nota

# **PROGRAMMA ATTIVITÀ IN MOVIMENTO**

## **ORARIO LEZIONI E SEDI**

## BALLI DI GRUPPO 1 - BASE

---

|                                         |
|-----------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>PERSICHETTI GRAZIA |
|-----------------------------------------|

|                       |                                 |                      |             |                         |
|-----------------------|---------------------------------|----------------------|-------------|-------------------------|
| <b>Sede</b>           | <b>PEGLI - ASD MULTEDO 1930</b> |                      |             |                         |
| <b>Frequenza</b>      | <b>SETTIMANALE GIOVEDI</b>      |                      |             |                         |
| <b>Orario lezione</b> | <b>09:00 - 10:00</b>            |                      |             |                         |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                     |                      | <b>2027</b> |                         |
|                       | Ottobre                         | <b>15, 22, 29</b>    | Gennaio     | <b>7, 14, 21, 28</b>    |
|                       | Novembre                        | <b>5, 12, 19, 26</b> | Febbraio    | <b>4, 11, 18, 25</b>    |
|                       | Dicembre                        | <b>3, 10, 17</b>     | Marzo       | <b>4, 11, 18</b>        |
|                       |                                 |                      | Aprile      | <b>1, 8, 15, 22, 29</b> |
|                       |                                 |                      | Maggio      | <b>6, 13</b>            |

---

### Programma

Il ballo di gruppo è una disciplina che abbraccia tutti gli stili: liscio, standard, latino, caraibico, moderno, .... Il corso è adatto a tutti. Si faranno coreografie per tutti i livelli, dai principianti agli avanzati, cercando di divertirsi in armonia col gruppo.

---

### Nota

Importante: NON bisogna essere in coppia.

È obbligatoria la presentazione ad inizio corso di certificato medico di idoneità per attività sportiva ludico-motoria. Quota tesseramento ENDAS 6€ da versare al momento dell'iscrizione.

## BALLI DI GRUPPO 2 - AVANZATO

---

|                                         |
|-----------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>PERSICHETTI GRAZIA |
|-----------------------------------------|

|                       |                                 |             |                  |  |
|-----------------------|---------------------------------|-------------|------------------|--|
| <b>Sede</b>           | <b>PEGLI - ASD MULTEDO 1930</b> |             |                  |  |
| <b>Frequenza</b>      | <b>SETTIMANALE GIOVEDI</b>      |             |                  |  |
| <b>Orario lezione</b> | <b>10:15 - 11:15</b>            |             |                  |  |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                     | <b>2027</b> |                  |  |
|                       | Ottobre 15, 22, 29              | Gennaio     | 7, 14, 21, 28    |  |
|                       | Novembre 5, 12, 19, 26          | Febbraio    | 4, 11, 18, 25    |  |
|                       | Dicembre 3, 10, 17              | Marzo       | 4, 11, 18        |  |
|                       |                                 | Aprile      | 1, 8, 15, 22, 29 |  |
|                       |                                 | Maggio      | 6, 13            |  |

---

### Programma

Il ballo di gruppo è una disciplina che abbraccia tutti gli stili: liscio, standard, latino, caraibico, moderno, .... Il corso è adatto a tutti. Si faranno coreografie per tutti i livelli, dai principianti agli avanzati, cercando di divertirsi in armonia col gruppo.

---

### Nota

Importante: NON bisogna essere in coppia.  
È obbligatoria la presentazione ad inizio corso di certificato medico di idoneità per attività sportiva ludico-motoria. Quota tesseramento ENDAS 6€ da versare al momento dell'iscrizione.

## BALLO BOOGIE BOOGIE

---

|                                     |
|-------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>MINNAI CAMILLO |
|-------------------------------------|

|                       |                                 |                      |             |                          |
|-----------------------|---------------------------------|----------------------|-------------|--------------------------|
| <b>Sede</b>           | <b>PEGLI - ASD MULTEDO 1930</b> |                      |             |                          |
| <b>Frequenza</b>      | <b>SETTIMANALE MERCOLEDI</b>    |                      |             |                          |
| <b>Orario lezione</b> | <b>15:00 - 16:00</b>            |                      |             |                          |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                     |                      | <b>2027</b> |                          |
|                       | Ottobre                         | <b>21, 28</b>        | Gennaio     | <b>13, 20, 27</b>        |
|                       | Novembre                        | <b>4, 11, 18, 25</b> | Febbraio    | <b>3, 10, 17, 24</b>     |
|                       | Dicembre                        | <b>2, 9, 16</b>      | Marzo       | <b>3, 10, 17, 24, 31</b> |
|                       |                                 |                      | Aprile      | <b>7, 14, 21, 28</b>     |
|                       |                                 |                      | Maggio      | <b>5, 12</b>             |

---

### Programma

Nozioni e passi base di boogie boogie.

---

### Nota

È obbligatoria la presentazione ad inizio corso di certificato medico di idoneità per attività sportiva ludico-motoria. Quota tesseramento ENDAS 6€ da versare al momento dell'iscrizione.

## BILIARDO CON STECCA 1 (PRINCIPIANTI)

---

|                                      |
|--------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>GNEMMI VIRGILIO |
|--------------------------------------|

|                       |                                                           |             |                  |  |
|-----------------------|-----------------------------------------------------------|-------------|------------------|--|
| <b>Sede</b>           | <b>PEGLI- VIA TEODORO DI MONFERRATO 5 (SALA BILIARDO)</b> |             |                  |  |
| <b>Frequenza</b>      | <b>SETTIMANALE VENERDI</b>                                |             |                  |  |
| <b>Orario lezione</b> | <b>10:30 - 12:00</b>                                      |             |                  |  |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                                               | <b>2027</b> |                  |  |
|                       | Ottobre 16, 23, 30                                        | Gennaio     | 8, 15, 22, 29    |  |
|                       | Novembre 6, 13, 20, 27                                    | Febbraio    | 5, 12, 19, 26    |  |
|                       | Dicembre 4, 11, 18                                        | Marzo       | 5, 12, 19        |  |
|                       |                                                           | Aprile      | 2, 9, 16, 23, 30 |  |
|                       |                                                           | Maggio      | 7, 14            |  |

---

### Programma

Corso base di biliardo con stecca. Nozioni fondamentali dello sport del biliardo. Postura di gioco. Impugnatura della stecca. Colpitura e mira della biglia. Tecnica di gioco. Sistemi e formule varie per colpitura biglia con sponda.

---

### Nota

In sala è disponibile l'attrezzatura necessaria per la partecipazione al corso (stecca, guantino). Sarà richiesto a ciascun partecipante il contributo di 1 € a lezione per spese di gestione locale ed uso materiali.

## BILIARDO CON STECCA 2 (PERFEZIONAMENTO)

---

|                                      |
|--------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>GNEMMI VIRGILIO |
|--------------------------------------|

|                       |                                                           |                      |             |                          |
|-----------------------|-----------------------------------------------------------|----------------------|-------------|--------------------------|
| <b>Sede</b>           | <b>PEGLI- VIA TEODORO DI MONFERRATO 5 (SALA BILIARDO)</b> |                      |             |                          |
| <b>Frequenza</b>      | <b>SETTIMANALE MERCOLEDI</b>                              |                      |             |                          |
| <b>Orario lezione</b> | <b>10:30 - 12:00</b>                                      |                      |             |                          |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                                               |                      | <b>2027</b> |                          |
|                       | Ottobre                                                   | <b>21, 28</b>        | Gennaio     | <b>13, 20, 27</b>        |
|                       | Novembre                                                  | <b>4, 11, 18, 25</b> | Febbraio    | <b>3, 10, 17, 24</b>     |
|                       | Dicembre                                                  | <b>2, 9, 16</b>      | Marzo       | <b>3, 10, 17, 24, 31</b> |
|                       |                                                           |                      | Aprile      | <b>7, 14, 21, 28</b>     |
|                       |                                                           |                      | Maggio      | <b>5, 12</b>             |

---

### Programma

Per i giocatori che possiedono già nozioni di gioco il corso, oltre a fondamentali approfondimenti appropriati, privilegerà la partita ed i vari sistemi per colpire la biglia in modo ottimale in tutte le situazioni di gioco.

---

### Nota

In sala è disponibile l'attrezzatura necessaria per la partecipazione al corso (stecca, quantino). Sarà richiesto a ciascun partecipante il contributo di 1 € a lezione per spese di gestione locale ed uso materiali.

## BIODANZA

---

|                                          |
|------------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>CAPECCHI ALESSANDRA |
|------------------------------------------|

|                       |                                 |             |                  |  |
|-----------------------|---------------------------------|-------------|------------------|--|
| <b>Sede</b>           | <b>PEGLI - ASD MULTEDO 1930</b> |             |                  |  |
| <b>Frequenza</b>      | <b>SETTIMANALE GIOVEDI</b>      |             |                  |  |
| <b>Orario lezione</b> | <b>15:30 - 17:00</b>            |             |                  |  |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                     | <b>2027</b> |                  |  |
|                       | Ottobre 15, 22, 29              | Gennaio     | 7, 14, 21, 28    |  |
|                       | Novembre 5, 12, 19, 26          | Febbraio    | 4, 11, 18, 25    |  |
|                       | Dicembre 3, 10, 17              | Marzo       | 4, 11, 18        |  |
|                       |                                 | Aprile      | 1, 8, 15, 22, 29 |  |
|                       |                                 | Maggio      | 6, 13            |  |

---

### Programma

Stimolazione del ritmo, vitalità, riduzione dello stress, assenza di giudizio, integrazione, fiducia nell'altro e nel gruppo. Lavoro sulla motricità, l'accoglienza, la percezione del proprio corpo nello spazio e il contatto visivo. Il piacere del movimento individuale, respirazione, il ritmo biologico, scioglimento delle tensioni, la spontaneità, vitalità e il piacere, riattivare le risorse interiori. Riconoscere i propri limiti, rispettare quelli altrui, sviluppo della sensibilità della cura, esplorazione, sperimentazione, dare e ricevere amore, empatia, amicizia, sentirsi parte dell'universo.

---

### Nota

Non è necessario saper ballare, né aver specifiche capacità di movimento: Biodanza è un percorso di crescita personale. È obbligatoria la presentazione ad inizio corso di certificato medico di idoneità per attività sportiva ludico-motoria. Quota tesseramento ENDAS 6€ da versare al momento dell'iscrizione.

## DANZE POPOLARI DEL MONDO

---

**Docente/i:**

CUTTICA MARIA ROSA / FOLEGANI PATRIZIA / PARODI ENRICA / PERASSOLO MARIA LUISA

|                       |                                                            |                      |             |                      |
|-----------------------|------------------------------------------------------------|----------------------|-------------|----------------------|
| <b>Sede</b>           | <b>SESTRI - EX BIBL. BRUSCHI VIA VADO 17 (PIANO PRIMO)</b> |                      |             |                      |
| <b>Frequenza</b>      | <b>SETTIMANALE MARTEDI</b>                                 |                      |             |                      |
| <b>Orario lezione</b> | <b>16:30 - 18:00</b>                                       |                      |             |                      |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                                                |                      | <b>2027</b> |                      |
|                       | Ottobre                                                    | <b>20, 27</b>        | Gennaio     | <b>12, 19, 26</b>    |
|                       | Novembre                                                   | <b>3, 10, 17, 24</b> | Febbraio    | <b>2, 16, 23</b>     |
|                       | Dicembre                                                   | <b>1, 15, 22</b>     | Marzo       | <b>2, 9, 16, 23</b>  |
|                       |                                                            |                      | Aprile      | <b>6, 13, 20, 27</b> |
|                       |                                                            |                      | Maggio      | <b>4, 11</b>         |

---

### Programma

Il corso di danze popolari propone l'apprendimento di una ventina di danze che richiamano ritmi, passi tipici e tradizioni di vari popoli. Danze greche, medio orientali, francesi, inglesi, statunitensi... La presentazione delle danze avviene in modo graduale e calibrata al livello dei corsisti che vengono accompagnati nell'apprendimento. Il nostro fine, oltre alla trasmissione delle danze stesse, è anche quello di promuovere una positiva socialità tra le partecipanti.

---

### Nota

Si pone particolare attenzione al fatto che il clima, durante i nostri incontri, rimanga sereno e rilassante, ogni persona deve essere a proprio agio, inclusa e valorizzata dal gruppo. È obbligatoria la presentazione ad inizio corso di certificato medico di idoneità per attività sportiva ludico-motoria.

## GINNASTICA DOLCE (A)

---

|                                        |
|----------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>VENERUSO STEFANIA |
|----------------------------------------|

|                       |                                 |             |               |  |
|-----------------------|---------------------------------|-------------|---------------|--|
| <b>Sede</b>           | <b>PEGLI - ASD MULTEDO 1930</b> |             |               |  |
| <b>Frequenza</b>      | <b>SETTIMANALE LUNEDI</b>       |             |               |  |
| <b>Orario lezione</b> | <b>15:00 - 16:00</b>            |             |               |  |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                     | <b>2027</b> |               |  |
|                       | Ottobre 19, 26                  | Gennaio     | 11, 18, 25    |  |
|                       | Novembre 2, 9, 16, 23, 30       | Febbraio    | 1, 15, 22     |  |
|                       | Dicembre 14, 21                 | Marzo       | 1, 8, 15, 22  |  |
|                       |                                 | Aprile      | 5, 12, 19, 26 |  |
|                       |                                 | Maggio      | 3, 10         |  |

---

### Programma

E' una disciplina che migliora la mobilità e la flessibilità articolare, tonifica i muscoli in modo non aggressivo, migliora l'equilibrio e la coordinazione.

---

### Nota

Sono previste lezioni con l'utilizzo di una sedia per migliorare forza, equilibrio, flessibilità e postura; adatte a tutti i livelli di allenamento. OBBLIGO certificato medico per attività sportive in ambito amatoriale. Quota tesseramento ENDAS 6€ da versare al momento dell'iscrizione.

## GINNASTICA DOLCE (B)

---

|                                        |
|----------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>VENERUSO STEFANIA |
|----------------------------------------|

|                       |                                 |                         |             |                      |
|-----------------------|---------------------------------|-------------------------|-------------|----------------------|
| <b>Sede</b>           | <b>PEGLI - ASD MULTEDO 1930</b> |                         |             |                      |
| <b>Frequenza</b>      | <b>SETTIMANALE LUNEDI</b>       |                         |             |                      |
| <b>Orario lezione</b> | <b>16:00 - 17:00</b>            |                         |             |                      |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                     |                         | <b>2027</b> |                      |
|                       | Ottobre                         | <b>19, 26</b>           | Gennaio     | <b>11, 18, 25</b>    |
|                       | Novembre                        | <b>2, 9, 16, 23, 30</b> | Febbraio    | <b>1, 15, 22</b>     |
|                       | Dicembre                        | <b>14, 21</b>           | Marzo       | <b>1, 8, 15, 22</b>  |
|                       |                                 |                         | Aprile      | <b>5, 12, 19, 26</b> |
|                       |                                 |                         | Maggio      | <b>3, 10</b>         |

---

### Programma

E' una disciplina che migliora la mobilità e la flessibilità articolare, tonifica i muscoli in modo non aggressivo, migliora l'equilibrio e la coordinazione.

---

### Nota

Sono previste lezioni con l'utilizzo di una sedia per migliorare forza, equilibrio, flessibilità e postura; adatte a tutti i livelli di allenamento. OBBLIGO certificato medico per attività sportive in ambito amatoriale. Quota tesseramento ENDAS 6€ da versare al momento dell'iscrizione.

## GINNASTICA E BENESSERE (A)

---

|                                   |
|-----------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>SACCO DAVIDE |
|-----------------------------------|

|                       |                                 |                      |             |                      |
|-----------------------|---------------------------------|----------------------|-------------|----------------------|
| <b>Sede</b>           | <b>PEGLI - ASD MULTEDO 1930</b> |                      |             |                      |
| <b>Frequenza</b>      | <b>SETTIMANALE MARTEDI</b>      |                      |             |                      |
| <b>Orario lezione</b> | <b>09:00 - 10:00</b>            |                      |             |                      |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                     |                      | <b>2027</b> |                      |
|                       | Ottobre                         | <b>20, 27</b>        | Gennaio     | <b>12, 19, 26</b>    |
|                       | Novembre                        | <b>3, 10, 17, 24</b> | Febbraio    | <b>2, 16, 23</b>     |
|                       | Dicembre                        | <b>1, 15, 22</b>     | Marzo       | <b>2, 9, 16, 23</b>  |
|                       |                                 |                      | Aprile      | <b>6, 13, 20, 27</b> |
|                       |                                 |                      | Maggio      | <b>4, 11</b>         |

---

### Programma

Un percorso pensato per mantenere e migliorare il benessere fisico, la mobilità e l'autonomia nelle attività quotidiane. Attraverso esercizi semplici e gradualmente lavoreremo sulla mobilità articolare, sulla postura, e sull'equilibrio imparando a conoscere e controllare meglio il proprio corpo.

---

### Nota

OBBLIGO certificato medico per attività sportive in ambito amatoriale. Portare proprio tappetino e telo. Abiti comodi, calzini. Quota tesseramento ENDAS 6€ da versare al momento dell'iscrizione.

## GINNASTICA E BENESSERE (B)

---

|                                   |
|-----------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>SACCO DAVIDE |
|-----------------------------------|

|                       |                                 |                      |             |                      |
|-----------------------|---------------------------------|----------------------|-------------|----------------------|
| <b>Sede</b>           | <b>PEGLI - ASD MULTEDO 1930</b> |                      |             |                      |
| <b>Frequenza</b>      | <b>SETTIMANALE MARTEDI</b>      |                      |             |                      |
| <b>Orario lezione</b> | <b>10:00 - 11:00</b>            |                      |             |                      |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                     |                      | <b>2027</b> |                      |
|                       | Ottobre                         | <b>20, 27</b>        | Gennaio     | <b>12, 19, 26</b>    |
|                       | Novembre                        | <b>3, 10, 17, 24</b> | Febbraio    | <b>2, 16, 23</b>     |
|                       | Dicembre                        | <b>1, 15, 22</b>     | Marzo       | <b>2, 9, 16, 23</b>  |
|                       |                                 |                      | Aprile      | <b>6, 13, 20, 27</b> |
|                       |                                 |                      | Maggio      | <b>4, 11</b>         |

---

### Programma

Un percorso pensato per mantenere e migliorare il benessere fisico, la mobilità e l'autonomia nelle attività quotidiane. Attraverso esercizi semplici e gradualmente lavoreremo sulla mobilità articolare, sulla postura, e sull'equilibrio imparando a conoscere e controllare meglio il proprio corpo.

---

### Nota

OBBLIGO certificato medico per attività sportive in ambito amatoriale. Portare proprio tappetino e telo. Abiti comodi, calzini. Quota tesseramento ENDAS 6€ da versare al momento dell'iscrizione.

## HATHA YOGA

---

|                                         |
|-----------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>SASSOS MARIA ITRIA |
|-----------------------------------------|

|                       |                            |                  |             |               |
|-----------------------|----------------------------|------------------|-------------|---------------|
| <b>Sede</b>           | <b>SESTRI - AUDITORIUM</b> |                  |             |               |
| <b>Frequenza</b>      | <b>SETTIMANALE LUNEDI</b>  |                  |             |               |
| <b>Orario lezione</b> | <b>09:30 - 10:30</b>       |                  |             |               |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                |                  | <b>2027</b> |               |
|                       | Ottobre                    | 19, 26           | Gennaio     | 11, 18, 25    |
|                       | Novembre                   | 2, 9, 16, 23, 30 | Febbraio    | 1, 15, 22     |
|                       | Dicembre                   | 14, 21           | Marzo       | 1, 8, 15, 22  |
|                       |                            |                  | Aprile      | 5, 12, 19, 26 |
|                       |                            |                  | Maggio      | 3, 10         |

---

### Programma

La pratica regolare della Hatha Yoga unisce posture fisiche (ASANA) e controllo del respiro (PRANAYAMA) offrendo benefici concreti: riduce stress e ansia, migliora flessibilità e mobilità articolare, allevia il mal di schiena correggendo la postura. Favorisce un fisico più tonico ed elastico.

---

### Nota

OBBLIGO certificato medico per attività sportive in ambito amatoriale. Obbligatorio proprio tappetino e telo. Abiti comodi, calzini e copertina per coprirsi durante rilassamento/meditazione.

## MOBILITY, PILATES & YOGA

---

|                                     |
|-------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>ARNONE ROSSANA |
|-------------------------------------|

|                       |                                   |                      |             |                         |
|-----------------------|-----------------------------------|----------------------|-------------|-------------------------|
| <b>Sede</b>           | <b>PRA' - PARROCCHIA S. ROCCO</b> |                      |             |                         |
| <b>Frequenza</b>      | <b>SETTIMANALE VENERDI</b>        |                      |             |                         |
| <b>Orario lezione</b> | <b>10:30 - 11:30</b>              |                      |             |                         |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                       |                      | <b>2027</b> |                         |
|                       | Ottobre                           | <b>16, 23, 30</b>    | Gennaio     | <b>8, 15, 22, 29</b>    |
|                       | Novembre                          | <b>6, 13, 20, 27</b> | Febbraio    | <b>5, 12, 19, 26</b>    |
|                       | Dicembre                          | <b>4, 11, 18</b>     | Marzo       | <b>5, 12, 19</b>        |
|                       |                                   |                      | Aprile      | <b>2, 9, 16, 23, 30</b> |
|                       |                                   |                      | Maggio      | <b>7, 14</b>            |

---

### Programma

Il percorso è pensato per migliorare postura, flessibilità e fluidità dei movimenti, alternando ogni settimana tecniche e discipline diverse per un benessere completo e senza sovraccarichi: Mobilizzazione Articolare & Riscaldamento (Mobility), Rinforzo Funzionale e Posturale (Pilates & Ginnastica Dolce), Allungamento e Flessibilità (Stretching), Consapevolezza e Relax (Yoga & Respirazione).

---

### Nota

OBBLIGO certificato medico per attività sportive in ambito amatoriale. Portare proprio tappetino e telo. Abiti comodi, calzini.

## PADEL BASE (A)

---

|                                       |
|---------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>MUNARETTO FLAVIO |
|---------------------------------------|

|                       |                                  |             |                      |  |
|-----------------------|----------------------------------|-------------|----------------------|--|
| <b>Sede</b>           | <b>PRA' - CITY PADEL GENOVA</b>  |             |                      |  |
| <b>Frequenza</b>      | <b>SETTIMANALE LUNEDI</b>        |             |                      |  |
| <b>Orario lezione</b> | <b>09:00 - 10:00</b>             |             |                      |  |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                      | <b>2027</b> |                      |  |
|                       | Novembre <b>2, 9, 16, 23, 30</b> | Gennaio     | <b>11, 18, 25</b>    |  |
|                       | Dicembre <b>14, 21</b>           | Febbraio    | <b>1, 15, 22</b>     |  |
|                       |                                  | Marzo       | <b>1, 8, 15, 22</b>  |  |
|                       |                                  | Aprile      | <b>5, 12, 19, 26</b> |  |

---

### Programma

Regole del padel, conoscenza e valutazione del campo di gioco. Come impugnare la racchetta, primi palleggi di diritto e di rovescio, risposta a muro, battuta, smash, volée. Scambi e palleggi, in un passatempo salutare e divertente.

---

### Nota

Richiesta certificato medico per attività sportive in ambito amatoriale. Le attività si svolgeranno in campi coperti, che garantiscono il gioco in qualsiasi condizione climatica. A disposizione spogliatoi e docce maschili e femminili, racchette e palline. Assicurazione gratuita. Prevista una quota di affitto campo pari a 20 euro/ora, da suddividere tra i quattro partecipanti.

## PADEL BASE (B)

---

|                                       |
|---------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>MUNARETTO FLAVIO |
|---------------------------------------|

|                       |                                 |                         |             |                      |
|-----------------------|---------------------------------|-------------------------|-------------|----------------------|
| <b>Sede</b>           | <b>PRA' - CITY PADEL GENOVA</b> |                         |             |                      |
| <b>Frequenza</b>      | <b>SETTIMANALE LUNEDI</b>       |                         |             |                      |
| <b>Orario lezione</b> | <b>10:00 - 11:00</b>            |                         |             |                      |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                     |                         | <b>2027</b> |                      |
|                       | Novembre                        | <b>2, 9, 16, 23, 30</b> | Gennaio     | <b>11, 18, 25</b>    |
|                       | Dicembre                        | <b>14, 21</b>           | Febbraio    | <b>1, 15, 22</b>     |
|                       |                                 |                         | Marzo       | <b>1, 8, 15, 22</b>  |
|                       |                                 |                         | Aprile      | <b>5, 12, 19, 26</b> |

---

### Programma

Regole del padel, conoscenza e valutazione del campo di gioco. Come impugnare la racchetta, primi palleggi di diritto e di rovescio, risposta a muro, battuta, smash, volée. Scambi e palleggi, in un passatempo salutare e divertente.

---

### Nota

Richiesta certificato medico per attività sportive in ambito amatoriale. Le attività si svolgeranno in campi coperti, che garantiscono il gioco in qualsiasi condizione climatica. A disposizione spogliatoi e docce maschili e femminili, racchette e palline. Assicurazione gratuita. Prevista una quota di affitto campo pari a 20 euro/ora, da suddividere tra i quattro partecipanti.

## PAGAIAMO SUL DRAGONBOAT

---

|                                                      |
|------------------------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>FIORI NATALIA / BOZZANO ALESSIO |
|------------------------------------------------------|

|                       |                                               |
|-----------------------|-----------------------------------------------|
| <b>Sede</b>           | <b>PRA' - GRUPPO SPORTIVO SPERANZA A.S.D.</b> |
| <b>Frequenza</b>      | <b>SETTIMANALE SABATO</b>                     |
| <b>Orario lezione</b> | <b>09:30 - 11:00</b>                          |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                                   |
|                       | Ottobre 17, 24, 31                            |
|                       | Novembre 7, 14, 21, 28                        |
|                       | Dicembre 5                                    |

---

### Programma

E' uno sport di squadra unico nel suo genere che si svolge su speciali imbarcazioni a 20 posti, che hanno una testa di drago sulla prua. Apporta i benefici tipici di uno sport aerobico, con un'influenza positiva sulla funzionalità cardio-respiratoria; aiuta il miglioramento mentale e consente un maggiore equilibrio e capacità di rapportarsi con gli altri. Infatti il dragonboat è una disciplina che esalta il concetto di "squadra" perché nessuno, per quanto bravo, ha un valore superiore agli altri componenti del team e l'affiatamento, che si esprime nell'armonia della "pagaiata", è il principale requisito per conquistare i propri obiettivi.

---

### Nota

Numero massimo partecipanti: 4. OBBLIGO certificato medico per attività sportive in ambito amatoriale. Abbigliamento sportivo. In caso di maltempo la lezione sarà recuperata. Quota iscrizione 35€ da versare a DRAGONJEANS APS – IBAN: IT74 M050 1801 4000 0000 0000 011.

## SHIATSU

---

|                                              |
|----------------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>CAZZULO PANCRAZIO MARIO |
|----------------------------------------------|

|                       |                                              |                      |             |                      |
|-----------------------|----------------------------------------------|----------------------|-------------|----------------------|
| <b>Sede</b>           | <b>PEGLI - MUSEO NAVALE (LOGGIA LEVANTE)</b> |                      |             |                      |
| <b>Frequenza</b>      | <b>SETTIMANALE MARTEDI</b>                   |                      |             |                      |
| <b>Orario lezione</b> | <b>15:00 - 17:00</b>                         |                      |             |                      |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                                  |                      | <b>2027</b> |                      |
|                       | Ottobre                                      | <b>20, 27</b>        | Gennaio     | <b>12, 19, 26</b>    |
|                       | Novembre                                     | <b>3, 10, 17, 24</b> | Febbraio    | <b>2, 16, 23</b>     |
|                       | Dicembre                                     | <b>1, 15, 22</b>     | Marzo       | <b>2, 9, 16, 23</b>  |
|                       |                                              |                      | Aprile      | <b>6, 13, 20, 27</b> |
|                       |                                              |                      | Maggio      | <b>4, 11</b>         |

---

### Programma

Prevenzione e riduzione del mal di schiena. Miglioramento della postura e riabilitazione fisica.

---

### Nota

Occorre: 1) Certificato Medico per attività sportiva ludico-motoria 2) maglietta e pantaloni leggeri di cotone e calzini 3) asciugamani tipo telo mare 4) tappetino "tipo Yoga" 5) ginocchiere imbottite.

## TAIJIQUAN STILE WU

---

**Docente/i:**

RICCIO MANLIO / LUPANO GIANCARLO / RE GIUSE

|                       |                                 |             |                  |  |
|-----------------------|---------------------------------|-------------|------------------|--|
| <b>Sede</b>           | <b>PEGLI - ASD MULTEDO 1930</b> |             |                  |  |
| <b>Frequenza</b>      | <b>SETTIMANALE VENERDI</b>      |             |                  |  |
| <b>Orario lezione</b> | <b>09:00 - 10:30</b>            |             |                  |  |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                     | <b>2027</b> |                  |  |
|                       | Ottobre 16, 23, 30              | Gennaio     | 8, 15, 22, 29    |  |
|                       | Novembre 6, 13, 20, 27          | Febbraio    | 5, 12, 19, 26    |  |
|                       | Dicembre 4, 11, 18              | Marzo       | 5, 12, 19        |  |
|                       |                                 | Aprile      | 2, 9, 16, 23, 30 |  |
|                       |                                 | Maggio      | 7, 14            |  |

---

### Programma

Nel corso saranno studiate e praticate le sequenze: "ShiShi WuShi TaiJi" di 10 figure; "Hai Gong WuShi TaiJi" di 14 figure; "Chuji WuShi TaiJi" di 18 figure; oltre alla pratica di esercizi di riscaldamento a inizio lezione e esercizi di rilassamento a fine lezione. Se opportuno, saranno inserite nuove figure.

---

### Nota

Abbigliamento comodo: pantalone leggero e comodo, maglietta a maniche corte/lunghe e una felpa leggera; oppure tuta sportiva con caratteristiche simili. Scarpa da ginnastica con suola piatta, senza tacco. OBBLIGO certificato medico per attività sportive in ambito amatoriale. Quota tesseramento ENDAS 6€ da versare al momento dell'iscrizione.

## TANGO ARGENTINO MILONGA E VALS 1 (PRINCIPIANTI)

---

|                                         |
|-----------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>ROSSI AMELIA TITTI |
|-----------------------------------------|

|                       |                                         |               |             |                   |
|-----------------------|-----------------------------------------|---------------|-------------|-------------------|
| <b>Sede</b>           | <b>PEGLI - MUSEO NAVALE (SALONCINO)</b> |               |             |                   |
| <b>Frequenza</b>      | <b>SETTIMANALE MERCOLEDI</b>            |               |             |                   |
| <b>Orario lezione</b> | <b>17:00 - 18:00</b>                    |               |             |                   |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                             |               | <b>2027</b> |                   |
|                       | Ottobre                                 | 21, 28        | Gennaio     | 13, 20, 27        |
|                       | Novembre                                | 4, 11, 18, 25 | Febbraio    | 3, 10, 17, 24     |
|                       | Dicembre                                | 2, 9, 16      | Marzo       | 3, 10, 17, 24, 31 |
|                       |                                         |               | Aprile      | 7, 14, 21, 28     |
|                       |                                         |               | Maggio      | 5, 12             |

---

### Programma

Musicalità e figure nei balli argentini (livello di preparazione: principianti).

---

### Nota

È obbligatoria la presentazione ad inizio corso di certificato medico di idoneità per attività sportiva ludico-motoria.

## TANGO ARGENTINO MILONGA E VALS 2 (INTERMEDIO)

---

|                                         |
|-----------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>ROSSI AMELIA TITTI |
|-----------------------------------------|

|                       |                                         |                      |             |                          |
|-----------------------|-----------------------------------------|----------------------|-------------|--------------------------|
| <b>Sede</b>           | <b>PEGLI - MUSEO NAVALE (SALONCINO)</b> |                      |             |                          |
| <b>Frequenza</b>      | <b>SETTIMANALE MERCOLEDI</b>            |                      |             |                          |
| <b>Orario lezione</b> | <b>18:00 - 19:00</b>                    |                      |             |                          |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                             |                      | <b>2027</b> |                          |
|                       | Ottobre                                 | <b>21, 28</b>        | Gennaio     | <b>13, 20, 27</b>        |
|                       | Novembre                                | <b>4, 11, 18, 25</b> | Febbraio    | <b>3, 10, 17, 24</b>     |
|                       | Dicembre                                | <b>2, 9, 16</b>      | Marzo       | <b>3, 10, 17, 24, 31</b> |
|                       |                                         |                      | Aprile      | <b>7, 14, 21, 28</b>     |
|                       |                                         |                      | Maggio      | <b>5, 12</b>             |

---

### Programma

Musicalità e figure nel tango argentino, vals e milonga (livello di preparazione: intermedio).

---

### Nota

È obbligatoria la presentazione ad inizio corso di certificato medico di idoneità per attività sportiva ludico-motoria.

## TENNIS COLLETTIVO PER ADULTI (BASE)

---

|                                   |
|-----------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>GIUNIO ERIKA |
|-----------------------------------|

|                       |                                        |                      |             |                      |
|-----------------------|----------------------------------------|----------------------|-------------|----------------------|
| <b>Sede</b>           | <b>PEGLI -TENNIS CLUB VIA SABOTINO</b> |                      |             |                      |
| <b>Frequenza</b>      | <b>SETTIMANALE MARTEDI</b>             |                      |             |                      |
| <b>Orario lezione</b> | <b>11:00 - 12:00</b>                   |                      |             |                      |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                            |                      | <b>2027</b> |                      |
|                       | Ottobre                                | <b>20, 27</b>        | Gennaio     | <b>12, 19, 26</b>    |
|                       | Novembre                               | <b>3, 10, 17, 24</b> | Febbraio    | <b>2, 16, 23</b>     |
|                       | Dicembre                               | <b>1, 15, 22</b>     | Marzo       | <b>2, 9, 16, 23</b>  |
|                       |                                        |                      | Aprile      | <b>6, 13, 20, 27</b> |
|                       |                                        |                      | Maggio      | <b>4, 11</b>         |

---

### Programma

Corso di Tennis Collettivo per Adulti - Livello Base.

---

### Nota

Attrezzatura fornita dal circolo per chi non l'avesse in dotazione. Contributo di 8 € a persona a lezione. In caso di impraticabilità del campo, nessun contributo. È RICHIESTO IL CERTIFICATO MEDICO CON ELETTROCARDIOGRAMMA A RIPOSO (SENZA SFORZO), VALIDO 12 MESI. NUMERO MAX ISCRITTI: 5 PERSONE.

## TENNIS COLLETTIVO PER ADULTI (AVANZATO)

---

|                                   |
|-----------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>GIUNIO ERIKA |
|-----------------------------------|

|                       |                                        |             |               |  |
|-----------------------|----------------------------------------|-------------|---------------|--|
| <b>Sede</b>           | <b>PEGLI -TENNIS CLUB VIA SABOTINO</b> |             |               |  |
| <b>Frequenza</b>      | <b>SETTIMANALE MARTEDI</b>             |             |               |  |
| <b>Orario lezione</b> | <b>12:00 - 13:00</b>                   |             |               |  |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                            | <b>2027</b> |               |  |
|                       | Ottobre 20, 27                         | Gennaio     | 12, 19, 26    |  |
|                       | Novembre 3, 10, 17, 24                 | Febbraio    | 2, 16, 23     |  |
|                       | Dicembre 1, 15, 22                     | Marzo       | 2, 9, 16, 23  |  |
|                       |                                        | Aprile      | 6, 13, 20, 27 |  |
|                       |                                        | Maggio      | 4, 11         |  |

---

### Programma

Corso di Tennis Collettivo per Adulti (Livello Avanzato) per persone che hanno già giocato a tennis.

---

### Nota

Attrezzatura fornita dal circolo per chi non l'avesse in dotazione. Contributo di 8 € a persona a lezione. In caso di impraticabilità del campo, nessun contributo. È RICHiesto IL CERTIFICATO MEDICO CON ELETTROCARDIOGRAMMA A RIPOSO (SENZA SFORZO), VALIDO 12 MESI. MAX ISCRITTI: 5 PERSONE.

## TENNIS PER PRINCIPIANTI (A)

---

|                                      |
|--------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>BRUZZONE GIULIA |
|--------------------------------------|

|                       |                                              |                      |             |                         |
|-----------------------|----------------------------------------------|----------------------|-------------|-------------------------|
| <b>Sede</b>           | <b>PEGLI - TENNIS CLUB JUNIOR- VIA LONGO</b> |                      |             |                         |
| <b>Frequenza</b>      | <b>SETTIMANALE GIOVEDÌ</b>                   |                      |             |                         |
| <b>Orario lezione</b> | <b>09:00 - 10:00</b>                         |                      |             |                         |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                                  |                      | <b>2027</b> |                         |
|                       | Ottobre                                      | <b>15, 22, 29</b>    | Gennaio     | <b>7, 14, 21, 28</b>    |
|                       | Novembre                                     | <b>5, 12, 19, 26</b> | Febbraio    | <b>4, 11, 18, 25</b>    |
|                       | Dicembre                                     | <b>3, 10, 17</b>     | Marzo       | <b>4, 11, 18</b>        |
|                       |                                              |                      | Aprile      | <b>1, 8, 15, 22, 29</b> |
|                       |                                              |                      | Maggio      | <b>6, 13</b>            |

---

### Programma

Esercizi di controllo e coordinazione. Tecnica base del diritto, colpi da fermo. Diritto in movimento, palleggio a coppie con l'istruttore. Palleggi di rovescio, combinazione con il diritto. Posizione, lancio di palla e gesto base del servizio. Servizio semplificato e primi scambi. Mini scambi con attacco a rete. Movimenti laterali e frontali, esercizi di spostamento.

---

### Nota

Obbligatorio CERTIFICATO MEDICO CON ELETTROCARDIOGRAMMA SENZA SFORZO, valido 12 mesi. QUOTA DI 15 € (da suddividere tra i 4 partecipanti, ogni volta che si gioca). È RICHiesto IL VERSAMENTO DI 10 € PER L'ASSICURAZIONE FITP. L'attrezzatura, se non disponibile, verrà fornita dall'istruttore.

## TENNIS PER PRINCIPIANTI (B)

---

|                                      |
|--------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>BRUZZONE GIULIA |
|--------------------------------------|

|                       |                                              |             |                  |  |
|-----------------------|----------------------------------------------|-------------|------------------|--|
| <b>Sede</b>           | <b>PEGLI - TENNIS CLUB JUNIOR- VIA LONGO</b> |             |                  |  |
| <b>Frequenza</b>      | <b>SETTIMANALE GIOVEDI</b>                   |             |                  |  |
| <b>Orario lezione</b> | <b>10:00 - 11:00</b>                         |             |                  |  |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                                  | <b>2027</b> |                  |  |
|                       | Ottobre 15, 22, 29                           | Gennaio     | 7, 14, 21, 28    |  |
|                       | Novembre 5, 12, 19, 26                       | Febbraio    | 4, 11, 18, 25    |  |
|                       | Dicembre 3, 10, 17                           | Marzo       | 4, 11, 18        |  |
|                       |                                              | Aprile      | 1, 8, 15, 22, 29 |  |
|                       |                                              | Maggio      | 6, 13            |  |

---

### Programma

Esercizi di controllo e coordinazione. Tecnica base del diritto, colpi da fermo. Diritto in movimento, palleggio a coppie con l'istruttore. Palleggi di rovescio, combinazione con il diritto. Posizione, lancio di palla e gesto base del servizio. Servizio semplificato e primi scambi. Mini scambi con attacco a rete. Movimenti laterali e frontali, esercizi di spostamento.

---

### Nota

Obbligatorio CERTIFICATO MEDICO CON ELETTROCARDIOGRAMMA SENZA SFORZO, valido 12 mesi. QUOTA DI 15 € (da suddividere tra i 4 partecipanti, ogni volta che si gioca). È RICHIESTO IL VERSAMENTO DI 10 € PER L'ASSICURAZIONE FITP. L'attrezzatura, se non disponibile, verrà fornita dall'istruttore.

## TENNIS PER PRINCIPIANTI (C)

---

|                                      |
|--------------------------------------|
| <b>Docente/i:</b><br>BRUZZONE GIULIA |
|--------------------------------------|

|                       |                                              |               |             |                  |
|-----------------------|----------------------------------------------|---------------|-------------|------------------|
| <b>Sede</b>           | <b>PEGLI - TENNIS CLUB JUNIOR- VIA LONGO</b> |               |             |                  |
| <b>Frequenza</b>      | <b>SETTIMANALE GIOVEDÌ</b>                   |               |             |                  |
| <b>Orario lezione</b> | <b>11:00 - 12:00</b>                         |               |             |                  |
| <b>Date</b>           | <b>2026</b>                                  |               | <b>2027</b> |                  |
|                       | Ottobre                                      | 15, 22, 29    | Gennaio     | 7, 14, 21, 28    |
|                       | Novembre                                     | 5, 12, 19, 26 | Febbraio    | 4, 11, 18, 25    |
|                       | Dicembre                                     | 3, 10, 17     | Marzo       | 4, 11, 18        |
|                       |                                              |               | Aprile      | 1, 8, 15, 22, 29 |
|                       |                                              |               | Maggio      | 6, 13            |

---

### Programma

Esercizi di controllo e coordinazione. Tecnica base del diritto, colpi da fermo. Diritto in movimento, palleggio a coppie con l'istruttore. Palleggi di rovescio, combinazione con il diritto. Posizione, lancio di palla e gesto base del servizio. Servizio semplificato e primi scambi. Mini scambi con attacco a rete. Movimenti laterali e frontali, esercizi di spostamento.

---

### Nota

Obbligatorio CERTIFICATO MEDICO CON ELETTROCARDIOGRAMMA SENZA SFORZO, valido 12 mesi. QUOTA DI 15 € (da suddividere tra i 4 partecipanti, ogni volta che si gioca). È RICHIESTO IL VERSAMENTO DI 10 € PER L'ASSICURAZIONE FITP. L'attrezzatura, se non disponibile, verrà fornita dall'istruttore.

# **ALTRE ATTIVITÀ CUP**

## CONVEGNI E CONFERENZE

***Referente: Manlio Riccio***

Non è un segreto, ma per la cultura ho una particolare propensione, forse perché l'incarico di referente della relativa commissione è quello che mi è stato inizialmente assegnato dal CUP.

Un ringraziamento doveroso ai membri della Commissione Cultura che mi hanno sostenuto con preziosi suggerimenti, ma anche ai componenti delle altre Commissioni che, per loro specifiche peculiarità, hanno collaborato.

Proseguono le conferenze del sabato pomeriggio, con la stessa cadenza e la libertà tematica, per la quale abbiamo ricevuto gratificanti apprezzamenti istituzionali.

Le prossime conferenze di rilievo saranno una in occasione del Festival della Scienza, una dedicata all'Economia, con particolare attenzione agli investimenti finanziari e una su San Francesco d'Assisi, in occasione dell'ottavo centenario della sua morte.

Tenete d'occhio il nostro sito all'indirizzo <https://www.cup99.it/convegni-e-conferenze/#programma>, dove troverete tutte le conferenze previste.

### ***Manlio Riccio e la Commissione Cultura del CUP***

composta da:

Cecilia Astarita, Maria Luisa Barabino, Luigi Barbagelata, Mauro Bennacchio, Carmen Conte, Maria Cortese, Enzo Dagnino, Laura Dellacasa, Isa Ferrari, Alba Gaggero, Marinella Ghisu, Elena Manara, Maria Rebagliati, Claudia Rescalli, Teresa Risso, Filippo Rissotto, Mariella Vitanza.

## CONVENZIONI PER I SOCI

***Referente: Annita Cambiaso***

L'iniziativa, rilanciata in occasione dello storico traguardo dei 25 anni del CUP, facilita la ricerca dei partner e dei servizi convenzionati, valorizzando la costante collaborazione con le realtà del nostro territorio.

Per offrire la massima comodità e un aggiornamento continuo, l'elenco dei nostri partner è ***consultabile anche online sul sito dell'Associazione*** all'indirizzo <https://www.cup99.it/convenzioni-per-i-soci/#indirizzi-condizioni>.

***Annita Cambiaso e la Commissione Convenzioni per i Soci***

composta da:

Maria Rebagliati, Manlio Riccio.

### ***INDIRIZZI E CONDIZIONI***

*aggiornato a Giugno 2026*

#### **GENOVA-PRA'**

- **BIOMEDICAL S.p.A.** - Via Pra' 1B -16157 Genova-Pra' – tel. 010-663351 - 10% su prestazioni private
- **Dott.ssa GIGLIO MICHELA** Podologa – Via Montanella 51-16157 Genova-Pra' – tel. 3474903035 - 10% visita podologica; 10% trattamento podologico completo;
- **Farmacia PALMARO** -Via Pra' 167 r – 16157 Genova-Pra' – tel. 010-6196248 - attivazione gratuita Fidelity Card
- **Farmacia SAN PIETRO** – Farmagorà - Via Cesare Airaghi 38 r - 16157 Genova-Pra' - tel. 010-660592 - 10% su prodotti, esclusi farmaci OTC e SOP; Fidelity Card (2% su 20€ spesi)
- **PRA' VIAGGI** Agenzia - Via Pra' 81-82 r -16157 Genova-Pra' –

tel. 010-6973816 - spese agenzia (50€ gratuite); 50% spese emissioni biglietti aerei, navi, ferrovie, flibus

### **GENOVA-PEGLI**

- **ALBE LIGURE (PUNTO IDEA)** – P.zza Porticciolo 8R – 16156 Genova-Pegli – tel. 3805323440 -10% su prodotti per belle arti
- **Assicurazioni GENERALI** - Via Lungomare di Pegli 9/2 – 1655 Genova-Pegli – tel. 010-6982702 - 20% su soluzioni per la casa – sconto valido anche per sedi di Voltri, Sestri Ponente e Cogoleto
- **ATTACCHIAMO BOTTONE** -Via Lungomare di Pegli 241 r - 16155 Genova-Pegli - tel. 3888573499 - 10% su spesa minima di 15€
- **Farmacia INTERNAZIONALE** - P.zza Ponchielli 4 R - 16156 Genova-Pegli – tel.010-6981077 - 10% su cosmetici e integratori (esclusi i procurati); 10% test autoanalisi; gratis misurazione pressione.
- **Farmacia MARINI** – Via G. Opisso 186 – 16155 Genova-Pegli – tel. 010-6981014 - 10% su parafarmaci e profumeria
- **Farmacia PESCIOTTO** - Via Luigi Rizzo 48 - 16156 Genova-Pegli – tel. 010-6970761 - 10% su parafarmaci e cosmetici
- **FINECO Bank** – Via Lungomare di Pegli 169 – 10156 Genova-Pegli – tel. 3921074066 - suggerimento di incontro per verificare possibilità
- **Gioielleria CICALA** - Via Martiri della Libertà 23/25 r - 16156 Genova-Pegli – tel.010-6981030 20% su gioielli, argenti e orologi; 10% su servizi di riparazione; 15% creazione gioielli
- **LAVASECCO 1hCLEAN** - Via De Nicolay 25 r - 16156 Genova-Pegli – tel. 010-662121 -10% su una spesa minima di 10 €
- **LA PASSIFLORA** – Erboristeria – Via Sabotino 8R – 16156 Genova-Pegli - tel. 010-0897447 -10% su tutti i prodotti (escluso alimentazione)
- **LE BUONE ERBE** – Erboristeria - Via Martiri della Libertà 53R –

16156 Genova-Pegli - tel. 010-6975411 - 10% su tutti i prodotti (escluso alimentazione)

- **Libreria SAFIGI STORE** - Via Lungomare di Pegli 103 r - 16155 Genova-Pegli - tel. 010-8683816 - sconto su tipologia di prodotti
- **MINA OCCHIALI** - Via Lungomare di Pegli 181 r - 16155 Genova-Pegli - tel. 3888573499 - 40% su occhiali completi - 50% possibile in periodi di promozione dei fornitori
- **NATUR-ALE** Erboristeria - Via Pallavicini 22R - 16156 Pegli - tel. 010-477453 - 10% su tutti i prodotti
- **N CAMICIE** di Baudena Nella - Via dei Nicolay 31R - 16156 Genova-Pegli - tel. 3757808882 - 10% su tutti gli articoli
- **Ortopedia KABEL** - Via Lungomare di Pegli 245 R - 16156 Genova-Pegli - tel. 010-6974420 - 10% su tutti i prodotti acquistati (no merce in saldo o promozione) e sui servizi offerti
- **Parafarmacia PHARM & BEAUTY** - Via Martiri della Libertà 92 r - 16156 Genova-Pegli - tel. 010-0983314 - 10% su prodotti ordinati/procurati; 15% su tutti gli altri prodotti
- **Studio Professionale FKT** - Via Ignazio Pallavicini 14/12 - 16156 Genova-Pegli - tel. 010-0981566 - 10% su tutti i trattamenti manuali e fisici inerenti la fisioterapia e riabilitazione

#### **GENOVA-SESTRI Ponente**

- **BIO SHOP** - Erboristeria - Via Donizetti 32R - 16154 Sestri Ponente - tel. 010-6508106 - 10% su tutti i prodotti (escluso alimentazione)
- **BONADIO Stefano** - Studio Olistico - Via G.B. Torre 17/3 - 16154 Sestri Ponente - tel. 3403384115 - 30% su tutti i trattamenti sia in studio che a domicilio; possibilità di trattamenti a domicilio con lettino professionale
- **CAROLEO FERRAMENTA SAS** di Caroleo Andrea & C. - Via Sestri 61 bis - 16154 Sestri Ponente - tel. 010-6531826 - 10%

su acquisto di serrature e articoli per la sicurezza; 10% come sconto merce per interventi di sostituzione serrature-cilindri

- **DELL'ACQUA BARTOLONE** – Via Sestri 138 r – 16154 Sestri Ponente – tel. 010-6531852 - 12% su prodotti di gioielleria ed oreficeria; 15% su tutte le marche di orologeria per uomo e donna; 10% su tutte le marche di gioielli in argento
- **Farmacia GARBARINO** del Dott. Vittorio Romagnoli – Via Sestri 116R – 16154 Sestri Ponente – tel. 010-6531410 INT.3 - 10% su integratori, solari e cosmetici e auto-analisi
- **Gioielleria GALLINO & OCCHIENA** – Via Sestri 93R – 16154 Sestri Ponente - tel. 010-6512338 - 12% su gioielleria ed oreficeria; 15% su orologeria; 10% su gioielli in argento e acciaio
- **Istituto TARTARINI** – Vico Schiaffino 28 r - 16154 Genova-Sestri Ponente tel. 010-6531442 - 10% su prestazioni private non in convenzione
- **LE BUONE ERBE** – Erboristeria – Via Sestri 27R – 16154 Sestri Ponente - 10% su tutti i prodotti (escluso alimentazione)
- **SANITARIA SESTRESE** - Via Sestri 79 r - 16154 Genova-Sestri Ponente – tel. 010-4070375 - 3% su tutti gli articoli; 5% elettromedicali; 7% ortopedia (oltre i 50 €); 8% plantari; 10% calzature stagionali (no tecnico e continuativo); spesa minima 30 €

### **GENOVA – CENTRO**

- **Erboristeria SVIZZERA** – Via Casaregis 38A – (ampio parcheggio clienti) - 16129 Genova-Foce – tel. 010-541877 - 10% su tutti i prodotti (escluso alimentazione)

## ESCURSIONI

***Referente: Antonio Parodi***

Le escursioni sono il modo migliore per immergersi nella natura, esplorare paesaggi nascosti e rigenerarsi all'aria aperta.

Vi proponiamo una selezione di escursioni per farvi scoprire i luoghi più suggestivi e autentici del nostro territorio. Ogni percorso è stato scelto con attenzione per offrirvi esperienze uniche, tra natura, cultura e relax. Dalle passeggiate panoramiche ai percorsi più intensi, troverete l'itinerario perfetto per il vostro livello di preparazione, sempre al riparo da imprevisti e con la sicurezza di una guida esperta.

L'elenco delle escursioni è consultabile ed aggiornato sul nostro sito all'indirizzo: <https://www.cup99.it/escursioni/#programma>.

### ***Antonio Parodi e la Commissione Escursioni***

composta da:

Daniela Albertazzi, Anna Barisone , Maddalena Fede, Paolo Puddu, Maria Rebagliati, Manlio Riccio.

### **Regolamento:**

1. Possono partecipare alle escursioni i Soci e anche i non Soci Cup purché **tesserati F.I.E.** (qualunque sia l'Associazione di appartenenza).
2. L'escursionista dovrà osservare le disposizioni che i Capi Gita riterranno opportuno adottare affinché le escursioni abbiano un regolare svolgimento.
3. L'escursionismo che la nostra Associazione propone non è di tipo agonistico e neppure competitivo, però richiede una

- certa preparazione fisica per la camminata.
4. Valutare la partecipazione all'escursione in base al tipo di percorso ed al proprio stato di forma fisica. Sarebbe utile sentire il parere del proprio medico curante.
  5. È obbligatorio essere dotati di equipaggiamento adatto. In particolar modo le calzature devono essere dotate di una suola ben scolpita al fine di evitare scivolate. **L'uso dei bastoncini da trekking è facoltativo, ma caldamente consigliato;** se ne viene fatto uso, questo deve avvenire in maniera corretta per non recare danni a sé stessi ed agli altri escursionisti.
  6. I partecipanti dovranno tenere un comportamento tale da non creare pericolo per sé e per gli altri adeguando la propria andatura con quella degli altri componenti il gruppo, evitando corse o rallentamenti che provocherebbero la disgregazione del gruppo.
  7. È obbligatorio rispettare le indicazioni degli Accompagnatori e restare sempre all'interno del gruppo tra l'accompagnatore di testa e quello di coda evitando di allontanarsi. Nell'eventualità si dovesse rendere necessario un allontanamento improvviso dovuto a problemi fisiologici, lasciare lo zaino sul sentiero in modo che l'accompagnatore di coda sappia che deve recuperare la persona. Viene manlevata la responsabilità degli Accompagnatori qualora l'escursionista non si attenga a tale comportamento e l'inadempiente sarà considerato fuori gita.
  8. I Capi Gita hanno la facoltà di apportare modifiche al programma od al percorso (compreso l'annullamento dell'escursione) qualora si verificino condizioni o circostanze che li rendano necessari.
  9. Alle escursioni **NON sono ammessi animali** al seguito

anche se muniti di guinzaglio e museruola.

10. Per le escursioni è previsto di norma il pranzo al sacco.
11. Le spese di trasporto sono a carico del partecipante.
12. Le escursioni si svolgono generalmente la domenica secondo apposito calendario. Queste saranno rimandate alla domenica successiva, qualora le previsioni meteo siano sfavorevoli o addirittura sia piovuto il giorno precedente. L'eventuale sovrapposizione con altra gita già in calendario farà sì che l'organizzazione la debba programmare nuovamente.
13. In caso la Protezione Civile od altri Enti preposti, diramassero allerta meteo l'escursione verrà automaticamente rinviata.
14. L'escursionista affetto da particolari patologie dovrà consegnare al Capo gita una busta chiusa con l'indicazione del proprio nome dove all'interno vi siano le indicazioni utili per un rapido intervento di primo soccorso nell'eventualità venissero a verificarsi le circostanze che ne richiedano l'apertura.

## **Programma:**

**2026**

**Ottobre**

**25** Masone - Cascina Troia (Bus ATP)

**Novembre**

**8** Albisola – Celle – Varazze – per ciclo pedonale (treno)

**22** Nervi - Sessarego - Bogliasco (treno)

## **Dicembre**

**6** Dinegro - Righi - Principe (Bus A.M.T.)

## ***Nelle feste natalizie giro dei Presepi***

**2027**

## **Gennaio**

**10** Andora – Cervo per la nuova ciclopedonale – giro di Cervo (treno)

**24** Spotorno - Vado (treno)

## **Febbraio**

**7** Ruta di Camogli – Santuario di Caravaggio (treno + bus)

**21** Laghetti di Nervi (treno/Bus A.M.T.)

## **Marzo**

**7** Pegli (località 3 Ponti) - Sentiero EC1 (Bus A.M.T.)

**21** Celle - Giro delle sette chiese (treno)

## **Aprile**

**4** S. Carlo di Cese - Madonna della Guardia - PonteX (Bus A.M.T.)

**21** Chiavari - Rapallo (litoranea) (treno)

## **Maggio**

**9** Framura - Bonassola (treno)

**24** 37^ Giornata dell'Escursionismo F.I.E. (programma da definire)

## INFOCUP

### ***Referenti: Alba Gaggero e Silvana Zanovello***

Benvenuti nella sezione dedicata a InfoCUP che, il prossimo anno accademico, raggiungerà uno storico traguardo: 20 anni di attività. Un percorso in costante evoluzione che ci ha portati dalle prime edizioni artigianali alla realtà odierna, con un giornale strutturato, curato da una Redazione, una Direzione con due Referenti e una Responsabile della veste grafica. A cadenza trimestrale, InfoCUP offre approfondimenti culturali, oltre ad aggiornamenti sulle realtà del Ponente cittadino e sulle tematiche sociali più rilevanti.

InfoCUP è anche consultabile sul nostro sito all'indirizzo: <https://www.cup99.it/infocup/>.

Vi invitiamo a privilegiare la consultazione digitale: una scelta comoda, sempre accessibile e soprattutto sostenibile per l'ambiente.

Per chi lo desiderasse, resta comunque possibile richiedere la copia cartacea selezionando l'apposita opzione durante l'iscrizione online o facendone richiesta in segreteria.

Per favorire un dialogo diretto con i Soci, la Redazione sarà a disposizione ***ogni mercoledì dalle 10:00 alle 11:00 presso Villa Centurione Doria***, già Museo Navale.

### ***Alba Gaggero e la Commissione INFOCUP***

composta da:

Maria Luisa Barabino, Luigi Barbagelata, Anna Maria Bardelli, Margherita Conrad, Carmen Conte, Maria Cortese, Marina Giscardo, Elena Manara, Claudia Rescalli, Manlio Riccio, Teresa Risso, Mariella Vitanza, Silvana Zanovello.

## ITINERARI CULTURALI

***Referente: Maria Cortese***

Pronti a ripartire?

Ecco la nuova stagione degli Itinerari Culturali: un ciclo di viaggi pensato per chi desidera coniugare l'approfondimento storico-artistico al piacere del viaggio condiviso.

Dalla scelta delle tappe alla cura dei ritmi di visita, ogni percorso è strutturato per offrire un'esperienza culturale ricca e piacevole.

L'elenco degli itinerari culturali è consultabile ed aggiornato sul nostro sito all'indirizzo: <https://www.cup99.it/itinerari-culturali/#programma>.

Lo staff degli Itinerari culturali è a Vostra disposizione il ***mercoledì mattina dalle 9:30 alle 11:30*** presso ***Villa Centurione Doria***, già Museo Navale.

### ***Maria Cortese e la Commissione Itinerari Culturali***

composta da:

Barbara Calì, Erasmo De Micco, Maddalena Fede, Alba Gaggero, Etta Gaggero, Marinella Ghisu, Rita Naldi, Manlio Riccio.

### **Programma:**

#### **Novembre 2026**

- **8** gita sociale al Castello di Rivalta
- Parigi (data da definire)

#### **Dicembre 2026**

- **19** Torino, visita al Museo Egizio

### **Gennaio 2027**

- Praga, Castelli della Boemia e Bratislava (data da definire)
- **23** Milano Mostra "Dali' e la moda"

### **Febbraio 2027**

- Varese 1 giorno (data da definire)

### **Marzo 2027**

- **dal 14 al 21** Tour del Portogallo (inclusi Fatima e Santiago de Compostela)

### **Aprile 2027**

- **3** Venaria reale per la fioritura dei ciliegi.
- **dal 17 al 20** la Terra degli Etruschi

### **Maggio 2027**

- **dal 1 al 2** la Valle del Chianti, Abbazia Monte Oliveto Maggiore, etc.
- **17** Entracque, la centrale idroelettrica.

***Le date sono indicative e possono variare in base alle disponibilità .***

## SISTEMI AUDIOVISIVI

***Referente: Luigi Barbagelata***

Raccontiamo e valorizziamo le attività del CUP attraverso la documentazione video dei convegni e delle conferenze in programma. Ci occupiamo dell'intero processo: dalla ripresa sul posto alla post-produzione, fino alla pubblicazione dei video sul sito web [www.cup99.it](http://www.cup99.it) alla sezione MULTIMEDIA o su YouTube: <https://www.youtube.com/@centrouniversitarioponente/videos>.

***L'obiettivo è rendere ogni evento accessibile a tutti in qualsiasi momento.***

Trasformiamo gli incontri istituzionali in contenuti digitali permanenti, superando i limiti di spazio e di tempo. In questo modo costruiamo un archivio storico delle attività del Cup consultabile comodamente da PC o smartphone.

## TEATRO

***Referente: Giovanni Boldi e Luigi Barbagelata***

La nuova stagione teatrale è alle porte e siamo già al lavoro per scegliere le proposte migliori!

Con la presentazione del palinsesto del Teatro Nazionale di Genova da parte del direttore Davide Livermore, le sale Ivo Chiesa, Duse, Modena e Sala Mercato si preparano ad accogliere ben 75 spettacoli. Tra le grandi novità di quest'anno spicca il forte sostegno ai giovani talenti under 35 della Scuola di Teatro "Mariangela Melato".

Troverete tutte le nostre selezioni aggiornate sul nostro sito all'indirizzo: <https://www.cup99.it/teatro/#programma> e nelle bacheche di zona.

Come di consueto, gestiremo noi la prenotazione e il ritiro dei biglietti per tutti gli spettacoli di vostro interesse.

Siamo a disposizione presso la ***Segreteria del CUP il mercoledì dalle 15:30 alle 17:30 e il venerdì dalle 10:00 alle 12:00.***

## VOLONTARIATO CULTURALE SUL TERRITORIO

***Referente: Teresa Risso***

*La nostra mission:* tutela, valorizzazione e presidio del patrimonio storico, artistico e culturale del Ponente Genovese.

Il nostro litorale custodisce una memoria preziosa, testimoniata da eleganti ville storiche, chiese e oratori. In questo contesto, i soci CUP si riconoscono come *"Custodi dell'Arte"*, mettendo la propria passione al servizio della comunità.

L'associazione opera principalmente attraverso attività di custodia e accoglienza presso i **Musei di Pegli** (Navale e Archeologico), affiancando le istituzioni anche durante grandi manifestazioni come i **Rolli Days**.

Oltre all'impegno di presidio, il CUP intende **fare rete** con le altre realtà del territorio per organizzare mostre, convegni e conferenze, invitando tutti i soci a unirsi al gruppo di volontari.

Aggiornamenti e dettagli sul servizio sono consultabili su: <https://www.cup99.it/musei-di-pegli/#volontariato-musei> o rivolgendosi alla Segreteria Cup per manifestare la propria adesione.

***Teresa Risso e la Commissione Volontariato culturale sul territorio***

composta da:

Daniela Albertazzi, Mauro Bennacchio, Erasmo De Micco, Marinella Ghisu, Andreina Illarcio, Manlio Riccio.

## GRUPPO DI LETTURA

Questo gruppo, proposto ai Soci del CUP, si è consolidato nel tempo grazie all'entusiasmo della ideatrice, Angela Delfino: una splendida persona che ha lasciato un ricordo indelebile nella vita del CUP.

È rivolto a chi ama la lettura e prova il piacere di condividere con gli altri emozioni, ricordi e scoperte. Chi lo desidera può intervenire proponendo letture di autori contemporanei o del passato, italiani o stranieri; può recensire un testo, esprimendo liberamente il proprio giudizio; oppure può semplicemente partecipare ascoltando.

Molto spesso le letture danno vita a discussioni e confronti, sempre in un clima empatico e accogliente, che diventa occasione di arricchimento culturale per ogni partecipante.

Gli incontri si svolgono una volta al mese, indicativamente ***il terzo giovedì del mese, a partire da novembre, dalle 9:00 alle 11:00***, presso la sede Rari Nantes 1993, Lungomare di Pegli 24/R, 16155 Genova Pegli.

***Non c'è obbligo di frequenza: occorre solo amare la lettura!***

## **APPUNTAMENTO SOCIALE**

*INAUGURAZIONE ANNO ACCADEMICO*

***Giovedì 14 Ottobre 2026***

Ore 16:00 presso Salone degli Argonauti  
Villa Centurione Doria (già Museo Navale)  
Piazza Bonavino 7 Pegli

## **STATUTO**

*(approvato da Assemblea Soci il 29 maggio 2019)*

### **ART. 1 - Denominazione e sede**

1. È costituito, ai sensi del D. Lgs. 117/2017, del codice civile e della normativa in materia, l'Ente del Terzo Settore denominato, CENTRO UNIVERSITARIO DEL PONENTE CUP, che assume la forma giuridica di associazione.
2. In conseguenza dell'iscrizione nel Registro Unico Nazionale Terzo Settore, sezione associazioni di promozione sociale, istituito ai sensi del D.Lgs.117/2017, l'Ente, di seguito detto "associazione", ha l'obbligo di inserire l'acronimo "APS" o la locuzione "Associazione di Promozione Sociale" nella denominazione sociale e di farne uso negli atti nella corrispondenza e nelle comunicazioni al pubblico.
3. L'associazione ha sede legale nel Comune di GENOVA. Il trasferimento della sede legale all'interno del medesimo Comune può essere deliberato dal Consiglio Direttivo e non comporta modifica statutaria, ma l'obbligo di comunicazione agli uffici competenti.

### **ART. 2 - Finalità e Attività**

1. L'associazione persegue, senza scopo di lucro, finalità civiche, solidaristiche e di utilità sociale mediante l'esercizio, in via esclusiva o principale, delle seguenti attività di interesse generale ex art. 5 del D. Lgs. 117/2017:
  - educazione, istruzione e formazione professionale, ai sensi della legge 28 marzo 2003, n.53 e successive modificazioni, nonché le attività culturali di interesse sociale con finalità educativa;
  - organizzazione e gestione di attività culturali, artistiche o ricreative di interesse sociale, incluse attività, anche editoriali, di promozione e diffusione della cultura e della pratica del volontariato e delle attività di interesse generali di cui al presente articolo

Per lo svolgimento delle attività suddette l'associazione potrà:

- organizzare corsi di formazione per potenziare le capacità culturali, artistiche e ricreative delle persone
- promuovere aggregazione e appartenenza al proprio territorio in tutti i suoi livelli, dal locale al nazionale;
- organizzare eventi ed iniziative culturali, artistiche, ricreative, ludiche per l'utilizzo del tempo libero;
- sviluppare e stimolare la crescita culturale, individuale e collettiva, nella salvaguardia del pluralismo;
- incrementare le possibilità di incontro tra le diversità generazionali, culturali, etniche e sociali;
- aumentare le opportunità di incontro e collaborazione tra le diverse istanze culturali e sociali presenti sul territorio;

1. Le attività dell'associazione sono svolte in favore dei propri associati e di terzi e per questo l'associazione si avvarrà in modo prevalente dell'attività di volontariato dei propri associati e delle persone aderenti agli enti associati.

2. Per il perseguimento dei propri scopi, l'associazione potrà inoltre aderire anche ad altri organismi di cui condivide finalità e metodi, nonché collaborare con enti pubblici e privati al fine del conseguimento delle finalità statutarie.

### **ART. 3 - Attività diverse**

1. L'associazione può esercitare, ai sensi dell'art. 6 del D. Lgs. 117/2017, attività diverse da quelle di interesse generale di cui al precedente articolo, a condizione che siano secondarie e strumentali rispetto alle attività di interesse generale, e siano svolte secondo criteri e limiti definiti dai decreti applicativi del D. Lgs. 117/2017 e dalla normativa vigente.

### **ART. 4 - Destinazione del patrimonio e divieto distribuzione utili**

1. L'associazione esclude ogni fine di lucro sia diretto che indiretto, ai sensi dell'art. 8 del D. Lgs. 117/2017.

2. Il patrimonio, comprensivo di eventuali ricavi, rendite, proventi, entrate comunque denominate è utilizzato per lo svolgimento

dell'attività statutaria ai fini dell'esclusivo perseguimento delle finalità civiche, solidaristiche e di utilità sociale.

3. È vietata la distribuzione, anche in modo indiretto, di utili o avanzi di gestione nonché fondi, riserve o capitale, comunque denominati, durante la vita dell'associazione, a fondatori, associati, lavoratori e collaboratori, amministratori ed altri componenti degli organi sociali, anche nel caso di recesso o di ogni altra ipotesi di scioglimento individuale del rapporto associativo.

#### **ART. 5 – Soci, procedure di ammissione ed esclusione**

1. L'associazione è a carattere aperto e non pone limitazioni con riferimento alle condizioni economiche e discriminazioni di qualsiasi natura in relazione all'ammissione dei Soci; né prevede il diritto di trasferimento, a qualsiasi titolo, della quota associativa; né collega, in qualsiasi forma, la partecipazione sociale alla titolarità di azioni o di quote di natura patrimoniale.

2. I Soci sono le persone fisiche e le associazioni di promozione sociale ai sensi del D.Lgs.117/17 che si riconoscono nel presente statuto e fanno richiesta di adesione al Consiglio Direttivo, che delibera in merito alla prima seduta utile. Sono soci del Centro Universitario del Ponente: § Soci ordinari effettivi: gli iscritti in regola con la quota associativa annuale. § I Soci che hanno promosso l'Associazione sono nominati Soci Fondatori § Gli studiosi o persone che per singolari benemerienze culturali e sociali, e coloro che con la loro effettiva partecipazione alla vita associativa abbiano meritato riconoscenza e considerazione possono essere nominati Soci Onorari e Soci Benemeriti. Tutte le categorie di Soci hanno diritti attivi e passivi ad eccezione delle categorie di Soci per i quali non è previsto il versamento della quota sociale.

3. È concessa la possibilità di ammettere come associati anche altri enti del Terzo settore o senza scopo di lucro, a condizione che il loro numero non sia superiore al cinquanta per cento del numero delle associazioni di promozione sociale e comunque rientri nei limiti di quanto previsto dall'art. 32 comma 2 D.Lgs. 117/2017.

4. L'ammissione è deliberata dal Consiglio Direttivo su domanda dell'interessato. La deliberazione è comunicata all'interessato ed

annotata nel libro dei Soci. L'iscrizione decorre dalla data di delibera del Consiglio Direttivo. Il Consiglio Direttivo deve entro sessanta giorni motivare la deliberazione di rigetto della domanda di ammissione e comunicarla agli interessati. Chi ha proposto la domanda può, entro sessanta giorni dalla comunicazione della deliberazione di rigetto, chiedere che sull'istanza si pronunci l'assemblea, che delibera in occasione della successiva convocazione.

5. I Soci cessano di appartenere all'associazione per: - dimissioni volontarie presentate al Consiglio Direttivo per iscritto; - mancato versamento della quota associativa; - morte (in caso di persona fisica) o cessazione delle attività o perdita dei requisiti di legge (in caso di persona giuridica); - esclusione deliberata dall'Assemblea per gravi motivi quali la contravvenzione dei doveri stabiliti dallo statuto.

#### **ART. 6 - Diritti e obblighi dei Soci**

1. I Soci hanno tra loro pari diritti e pari doveri.
2. I Soci hanno il diritto di: - partecipare alle assemblee ed esprimere il proprio voto, purché iscritti nel libro degli associati; - godere del pieno elettorato attivo e passivo; - essere informati sulle attività dell'associazione e controllarne l'andamento; - essere rimborsati dalle spese effettivamente sostenute e documentate per l'attività prestata, secondo il disposto degli organi sociali e ai sensi di legge; - recedere dall'appartenenza all'associazione; - esaminare i libri sociali, facendone preventiva richiesta scritta all'Organo di amministrazione.
3. I Soci hanno il dovere di: - rispettare il presente statuto e l'eventuale regolamento interno; - rispettare le delibere degli organi sociali; - partecipare alla vita associativa e contribuire al buon funzionamento dell'associazione e alla realizzazione delle attività statutarie; - versare la quota associativa secondo l'importo annualmente stabilito; - non arrecare danni morali o materiali all'associazione.

#### **ART. 7 - Volontari associati e assicurazione obbligatoria**

1. L'associazione, nello svolgimento della sua attività, si avvale in modo prevalente dell'attività di volontariato dei propri associati e

delle persone aderenti agli enti associati.

2. Le prestazioni dei volontari sono fornite in modo personale, spontaneo e gratuito, senza fini di lucro né diretto né indiretto, ed esclusivamente per fini di solidarietà sociale ai sensi dell'art. 17 del D.Lgs. 117/2017. L'attività del volontario non può essere retribuita in alcun modo neanche dal beneficiario.
3. Al volontario possono essere soltanto rimborsate le spese effettivamente sostenute e documentate per l'attività prestata, entro limiti massimi e condizioni preventivamente stabiliti dall'associazione stessa, che in ogni caso devono rispettare i limiti stabiliti dal D. Lgs. 117/2017.
4. La qualifica di volontario è incompatibile con qualsiasi forma di rapporto di lavoro subordinato o autonomo e con ogni altro rapporto di lavoro retribuito con l'ente di cui il volontario è associato o tramite il quale svolge la propria attività volontaria
5. L'associazione deve assicurare i volontari contro gli infortuni e le malattie connessi allo svolgimento dell'attività di volontariato, nonché per la responsabilità civile verso i terzi ai sensi dell'art. 18 del D. Lgs. 117/17.
6. L'associazione è tenuta a iscrivere in un apposito registro i volontari che svolgono la loro attività in modo non occasionale.
7. I volontari che svolgono attività di docenza devono seguire corsi di formazione e/o aggiornamento organizzati dall'associazione ovvero da altri Enti/Associazioni che svolgono attività simili

#### **ART. 8 - Organi sociali (ex art. 4 dello statuto CUP)**

1. Sono organi dell'associazione: - Assemblea dei Soci - Consiglio Direttivo - Presidente - Organo di controllo (nominato al verificarsi delle condizioni di cui all'art. 30 del D. Lgs 117/2017) - Organo di Revisione (nominato al verificarsi delle condizioni di cui all'art. 31 del D. Lgs 117/2017)
2. Le cariche sociali sono elettive, hanno la durata di cinque anni e possono essere riconfermate; le eventuali sostituzioni effettuate nel corso del quinquennio decadono allo scadere del quinquennio medesimo.

## **ART. 9 - Assemblea**

1. L'assemblea è composta dagli associati ed è l'organo sovrano. È presieduta dal Presidente dell'associazione o, in sua assenza, dal Vicepresidente o da un Presidente dell'Assemblea eletto dagli associati tra i suoi membri.
2. Deve essere convocata almeno una volta all'anno dal Presidente per l'approvazione del bilancio e ogni qualvolta il presidente lo ritenga necessario.
3. È convocata mediante avviso scritto da inviare almeno 5 giorni prima di quello fissato per l'adunanza, contenente la data della riunione, l'orario, il luogo, l'ordine del giorno e l'eventuale data di seconda convocazione, che non potrà avere luogo prima che siano trascorse 24 ore dalla prima convocazione. Tale comunicazione può avvenire a mezzo lettera, fax, e-mail, od ogni altro mezzo tecnologico idoneo a garantire la ricezione da parte di tutti gli interessati.
4. L'assemblea è inoltre convocata a richiesta motivata di almeno un decimo degli associati o quando il Consiglio Direttivo lo ritenga necessario.
5. I voti di norma sono palesi, tranne quelli riguardanti la nomina o la revoca delle cariche associative, le azioni di responsabilità e nell'ipotesi in cui il Presidente lo ritenga opportuno in ragione della delibera.
6. Hanno diritto di voto in Assemblea tutti coloro che sono iscritti nel libro dei Soci e sono in regola con il pagamento della quota associativa.
7. Ciascun Socio ha un voto. Ciascun Socio può farsi rappresentare in assemblea da un altro Socio, conferendo delega scritta, anche in calce alla convocazione. Ciascun Socio può rappresentare sino ad un massimo di tre Soci se l'associazione ha un numero di associati inferiore a cinquecento e di cinque associati se l'associazione ha un numero di associati non inferiore a cinquecento.
8. Delle riunioni dell'assemblea è redatto il verbale, sottoscritto dal Presidente e dal segretario verbalizzante e conservato presso la sede dell'associazione.
9. L'Assemblea può essere ordinaria o straordinaria. È straordinaria

quella convocata per la modifica dello statuto, per lo scioglimento e la devoluzione del patrimonio, per l'eventuale trasformazione, fusione, scissione dell'associazione. È ordinaria in tutti gli altri casi.

10. L'assemblea ordinaria è regolarmente costituita in prima convocazione con la presenza della metà più uno degli associati e in seconda convocazione qualunque sia il numero degli aderenti presenti. L'assemblea delibera a maggioranza dei voti dei presenti.

11. L'assemblea straordinaria delibera e modifica lo statuto dell'associazione con la presenza: di almeno il cinquanta per cento degli associati più uno in prima convocazione e in seconda convocazione con la presenza di almeno 1/3 degli associati e delibera con il voto favorevole di almeno 2/3 dei presenti

12. L'assemblea straordinaria delibera lo scioglimento e la liquidazione nonché la devoluzione del patrimonio con il voto favorevole di almeno tre quarti degli associati.

13. Nelle deliberazioni di approvazione del bilancio e in quelle che riguardano la loro responsabilità, gli amministratori non hanno diritto di voto.

14. L'Assemblea ha i seguenti compiti: - nomina e revoca i componenti degli organi sociali; - nomina e revoca, quando previsto, il soggetto incaricato della revisione legale dei conti; - approva il bilancio consuntivo e preventivo e, se previsto, il bilancio sociale - delibera sulla responsabilità dei componenti degli organi sociali e promuove azione di responsabilità nei loro confronti; - delibera sull'esclusione dei Soci; - delibera sulle modificazioni dell'atto costitutivo o dello statuto; - approva l'eventuale regolamento dei lavori assembleari; - delibera lo scioglimento, la trasformazione, la fusione o la scissione dell'associazione; - delibera sugli altri oggetti attribuiti dalla legge, dall'atto costitutivo o dallo statuto alla sua competenza. - delibera sull'ammontare delle quote associative e dei contributi a carico dei soci su proposta del Consiglio Direttivo

### **ART. 10 – Consiglio Direttivo**

1. Il Consiglio Direttivo è eletto dall'Assemblea ed è composto da 21 membri. La maggioranza dei componenti del Direttivo è scelta tra le persone fisiche associate ovvero indicate dagli enti giuridici associati.

Si applica l'articolo 2382 del codice civile. I componenti il Direttivo pongono in essere gli adempimenti previsti dall'art. 26 del D.Lgs. 117/2017.

2. Il Consiglio Direttivo governa l'associazione ed opera in attuazione delle volontà e degli indirizzi generali dell'assemblea alla quale risponde direttamente e dalla quale può essere revocato.
3. Il Consiglio Direttivo è validamente costituito quando sono presenti la maggioranza dei componenti e delibera a maggioranza dei presenti in caso di parità prevale il voto del Presidente.
4. Il Consiglio Direttivo si riunisce, su convocazione del presidente, almeno due volte all'anno e ogni volta che se ne ravvisi la necessità oppure quando ne faccia richiesta almeno un terzo dei componenti. In tale seconda ipotesi la riunione deve avvenire entro venti giorni dal ricevimento della richiesta.
5. La convocazione va inviata per iscritto, anche tramite e-mail, o ogni altro mezzo tecnologico idoneo a garantire la ricezione da parte degli interessati, con un preavviso di almeno 5 giorni, salvo casi di eccezionale urgenza in cui il preavviso può essere più breve.
6. L'ingiustificata assenza di un consigliere a più di 3 (tre) riunioni consecutive comporta la sua immediata decadenza automatica dalla carica. Alla sostituzione di ciascun consigliere decaduto o dimissionario si provvede designando il primo dei non eletti o procedendo all'elezione dei membri mancanti nella prima Assemblea utile.
7. Il Consiglio Direttivo ha i seguenti compiti: - elegge, al suo interno, il presidente e il vicepresidente; - amministra l'associazione; - elegge al suo interno il tesoriere; - predispone il bilancio d'esercizio e, se previsto, il bilancio sociale, li sottopone all'approvazione dell'assemblea e cura gli ulteriori adempimenti previsti dalla norma; - realizza il programma di lavoro, promuovendone e coordinandone l'attività e autorizzandone la spesa; - cura la tenuta dei libri sociali di sua competenza; - decide sull'avvio o l'interruzione degli eventuali contratti di lavoro con il personale; - accoglie o rigetta le domande degli aspiranti Soci; - è responsabile degli adempimenti connessi all'iscrizione nel Registro del Terzo Settore e previsti dalla normativa

vigente.

8. Il potere di rappresentanza attribuito ai membri del Consiglio Direttivo è generale. Le limitazioni del potere di rappresentanza non sono opponibili ai terzi se non sono iscritte nel Registro unico nazionale del Terzo settore o se non si prova che i terzi ne erano a conoscenza.

#### **ART. 11 - Il Presidente**

1. Il Presidente dell'associazione, che è anche presidente dell'Assemblea e del Consiglio Direttivo, è eletto da quest'ultimo tra i suoi membri a maggioranza di voti. Il suo mandato coincide con quello del Consiglio.
2. Il Consiglio Direttivo può destituirlo dalla carica a maggioranza di voti, qualora non ottemperi ai compiti previsti dal presente statuto.
3. Il Presidente rappresenta legalmente l'associazione nei confronti di terzi e in giudizio. Convoca e presiede le riunioni dell'Assemblea (almeno una volta all'anno) e del Consiglio Direttivo (almeno due volte all'anno e comunque ogni volta che se ne ravvisi la necessità). Svolge l'ordinaria amministrazione sulla base delle direttive di tali organi, riferendo al Consiglio Direttivo in merito all'attività compiuta.
4. Solo in caso di necessità può assumere provvedimenti di urgenza, sottoponendoli a delibera del Consiglio Direttivo nella seduta successiva e comunque entro 30 giorni.
5. Il Vicepresidente sostituisce il Presidente in ogni sua funzione in caso questi sia impossibilitato nell'esercizio delle sue funzioni.

#### **ART. 12 - Organo di controllo**

L'Assemblea provvede alla nomina di un organo di controllo, solo al verificarsi delle condizioni di cui all'art. 30 del D. Lgs 117/2017. Può essere monocratico o in alternativa costituito da tre membri effettivi e due supplenti. Ai componenti dell'organo di controllo si applica l'articolo 2399 del codice civile. I componenti dell'organo di controllo devono essere scelti tra le categorie di soggetti di cui all'articolo 2397, comma secondo,

del codice civile. Nel caso di organo di controllo collegiale, i predetti requisiti devono essere posseduti da almeno uno dei componenti. Laddove l'assemblea assegnasse all'Organo di Controllo anche la funzione di Revisione Legale, tutti i componenti dovranno essere nominati tra soggetti iscritti al Registro dei Revisori Legali.

1. L'organo di controllo: - vigila sull'osservanza della legge, dello statuto e sul rispetto dei principi di corretta amministrazione, anche con riferimento alle disposizioni del D. Lgs. 231/2001, qualora applicabili; - vigila sull'adeguatezza dell'assetto organizzativo, amministrativo e contabile e sul suo concreto funzionamento; - al superamento dei limiti di cui all'art. 31 del D. Lgs. 117/2017, può esercitare, su decisione dell'Assemblea, la revisione legale dei conti; - esercita compiti di monitoraggio dell'osservanza delle finalità civiche, solidaristiche e di utilità sociale, avuto particolare riguardo alle disposizioni del D.Lgs. 117/2017. - attesta che il bilancio sociale, laddove redatto nei casi previsti dall'art. 14 del D. Lgs.117/17, sia stato redatto in conformità alle linee guida di cui al medesimo articolo. Il bilancio sociale dà atto degli esiti del monitoraggio svolto dall'organo di controllo.
2. L'organo di controllo può in qualsiasi momento procedere ad atti di ispezione e di controllo e, a tal fine, può chiedere agli amministratori notizie sull'andamento delle operazioni sociali o su determinati affari.

### **ART. 13 - Organo di Revisione legale dei conti**

1. È nominato solo nei casi previsti dall'art. 31 del D. Lgs 117/2017. È formato, in caso di nomina, da un revisore legale dei conti o da una società di revisione legale, iscritti nell'apposito registro, salvo che la funzione non sia attribuita dall'Assemblea all'Organo di Controllo di cui al precedente articolo.

### **ART. 14 - Risorse**

1. L'associazione può assumere lavoratori dipendenti o avvalersi di prestazioni di lavoro autonomo o di altra natura, anche dei propri

associati, nel rispetto degli articoli 16, 17 e 36 del D. Lgs. 117/2017.

2. L'associazione si dota di apposito conto corrente stabilito dal Consiglio Direttivo e intestato all'associazione.

#### **ART. 15 – Bilancio d'esercizio**

1. L'esercizio sociale ha inizio il 1°ottobre e si chiude il 30 settembre di ogni anno.
2. I documenti relativi al bilancio sono redatti in conformità a quanto previsto dal D.Lgs. 117/2017.
3. Il bilancio è predisposto dal Consiglio Direttivo e viene approvato dall'assemblea ordinaria entro il 31 maggio dalla chiusura dell'esercizio cui si riferisce il consuntivo. Dopo l'approvazione in Assemblea, il Consiglio Direttivo procede agli adempimenti di deposito previsti dal D. Lgs. 117/2017.
4. Il Consiglio Direttivo documenta il carattere secondario e strumentale delle attività di cui all'art. 6 del D. Lgs. 117/2017 a seconda dei casi, nella relazione di missione o in un'annotazione in calce al rendiconto per cassa o nella nota integrativa al bilancio.

#### **ART. 16 - Bilancio sociale**

1. Al verificarsi delle condizioni previste dall'art. 14 del D. Lgs. 117/2017, l'associazione redige il bilancio sociale e pone in essere tutti gli adempimenti necessari.

#### **ART. 17 – Libri sociali obbligatori**

1. L'associazione tiene i libri sociali obbligatori ai sensi dell'art. 15 D. Lgs. 117/2017.

#### **ART. 18 - Devoluzione del patrimonio in caso di scioglimento**

1. In caso di estinzione o scioglimento, il patrimonio residuo è devoluto, previo parere positivo dell'Ufficio di cui all'art. 45 del D. Lgs. 117/2017 e salva diversa destinazione imposta dalla legge, ad altri enti del Terzo settore, secondo le disposizioni dell'assemblea o, in mancanza, alla Fondazione Italia Sociale.

#### **ART. 19 - Statuto**

1. L'associazione è disciplinata dal presente statuto, ed agisce nei limiti del Decreto Legislativo 3 luglio 2017 n. 117, delle relative norme

di attuazione e della disciplina vigente.

2. L'assemblea può deliberare l'eventuale regolamento di esecuzione dello statuto per la disciplina degli aspetti organizzativi più particolari.

#### **ART. 20 - (Disposizioni finali)**

1. Per quanto non è previsto dal presente statuto, si fa riferimento alla disciplina vigente in materia.