

CORSO I DIRITTI

Martedì 15 novembre 2011 ore 15/17,30

Sede ass. A.F.A corso Sardegna 36 sala p.t.
docenti Piero Repetto resp. SPI /CGIL Bassa Val Bisagno,
Marco Sordi resp. Patronato INCA

I diritti previdenziali ed assistenziali: conoscerli per poterne usufruire e per poterli esigere

CORSO SALUTE BENESSERE

Mercoledì 15/02/2012 ore 15/17,00

Sede Villa Imperiale biblioteca Lercari Sala Giannubilo
docente Dott. Massimo Ravera Coordinatore Fisioterapista SC Terapia Fisica e Riabilitazione ASL3 "Genovese"

Il movimento può essere usato come una medicina, ma nessuna medicina può muoverci

Acquisizione di conoscenze per l'autotrattamento e l'automobilizzazione.
Manovre di autoriabilitazione, come ci autocuriamo il mal di schiena



Mercoledì 29/02/2012 ore 15/17,00

Sede Villa Imperiale biblioteca Lercari Sala Giannubilo
docente Prof Ernesto Palummeri Direttore SC Assistenza Geriatrica ASL3 "Genovese"

Smemorati? No grazie

La memoria è tesoro di tutte le cose (Cicerone)

Allenare la memoria per rallentare l'invecchiamento, migliorare la qualità della vita e mantenere più a lungo le capacità cognitive

Mercoledì 14/03/2012 ore 15/17,00

Sede Villa Imperiale biblioteca Lercari Sala Giannubilo
docente Dott. Federica Pascali dirigente medico SC Igiene degli Alimenti e Nutrizione e Antonia Frascà - Dietista S.C. IAN. ASL3 "Genovese"

Alimentare Watson 1

Una corretta alimentazione per invecchiare sani
Acquisizione di corretti stili di vita nel campo dell'alimentazione
i principi nutritivi - l'assorbimento dei cibi - la piramide alimentare

Mercoledì 28/03/2012 ore 15/17,00

Sede Villa Imperiale biblioteca Lercari Sala Giannubilo
docente Dott. Federica Pascali dirigente medico SC Igiene degli Alimenti e Nutrizione e Antonia Frascà - Dietista S.C. IAN. ASL3 "Genovese"

Alimentare Watson 2

Una corretta alimentazione per invecchiare sani
Acquisizione di corretti stili di vita nel campo dell'alimentazione
saper fare la spesa, saper conservare, saper cucinare



Mercoledì 11/04/2012 ore 15/17,00

Sede Villa Imperiale biblioteca Lercari Sala Giannubilo
docenti Dottoressa Gianna Ferrando dirigente medico SC Igiene e Sanità Pubblica ASL 3 "Genovese" - Dottoressa Ducci Direttore SC SERT ASL 3 "Genovese",
Dottoressa Laura Carpi Sommelier



Alimentare Watson 3

Una corretta alimentazione per invecchiare sani
Acquisizione di corretti stili di vita nel campo dell'alimentazione
come difendersi dalla pubblicità - i modi del bere, cosa, come quando bevo - conoscere il vino e saperlo scegliere.

INFORMAZIONI

L'iscrizione ai corsi dell'UNIVERSITA' POPOLARE dell'Età Libera, è gratuita per gli iscritti AUSER
per i non iscritti a partire dal 2° incontro verrà richiesta la quota associativa a UNIAUSER di € 12,00.

ISCRIZIONI dal 10/10 al 07/11:

Auser Bassa Valbisagno Via S. Fruttuoso (c/o) Villa Imperiale

Lunedì - Mercoledì ore dalle 15,00 alle 18,00

martinero.auser@gmail.com

Circolo Zenzero Via Torti 35

Martedì Giovedì Venerdì dalle ore 16,00 alle 18,00

SPI BASSA VALBISAGNO Corso Sardegna 4/D/R Segreteria

Martedì e Venerdì dalle ore 9,00 alle ore 12,00



UNIVERSITA' POPOLARE UNIAUSER

Circolo Territoriale
BASSA VALBISAGNO

CORSI ANNO ACCADEMICO 2011- 2012

CON IL PATROCINIO



**MUNICIPIO III
BASSA VALBISAGNO**

Corso **AMBIENTE E NATURA**

Il verde attorno e dentro di noi: itinerario alla riscoperta di piante e fiori nella vita quotidiana e nella cultura

Sede Circolo Zenzero Via G. Torti 35 Genova

**Martedì 8 novembre 2011
ore 15/17,30**

Presentazione Corso

**La biodiversità
della flora ligure**

docente Mario Calbi, membro
della Società Botanica Italiana



**Martedì 22 novembre 2011 ore
15,30/17,30**

**Importanza e funzione
dei parchi naturali nella
conservazione della flora e
della fauna**

docente Stefano Massone, ex dirigente Settore Ambiente Regione Liguria
con proiezione video

"I parchi della Liguria..... Con gli occhi dei rapaci"

Mercoledì 7 dicembre 2011 ore 15/17,30

Piante e fiori di Natale

docente Anna Trucco, insegnante, giudice internazionale di arte floreale
Conoscenza e loro utilizzo nella tradizione ai giorni nostri giorni.
Creiamo insieme una decorazione natalizia

Martedì 10 gennaio 2012 ore 15/17,30

Piante e fiori nella poesia e nella letteratura del passato

docente Donata Ortolani, docente di storia della critica letteraria italiana,
ricercatore Dip. Italianistica Università di Genova

Martedì 24 gennaio 2012 ore 15/17,30

Piante e fiori nella poesia e nella letteratura contemporanea

docente Silvio Ferrari, già amministratore cittadino e docente nei Licei



Martedì 7 febbraio 2012 ore 15/17,30

Piante e fiori nella pittura

docente Elena Sichel, docente di Storia dell'Arte

Martedì 21 febbraio 2012 ore 15/17,30

Visita ai Parchi di Nervi e ai Musei di Arte Moderna

docente Elena Sichel, docente di Storia dell'Arte

Martedì 6 marzo 2012 ore 15/17,30

I funghi: non solo porcini

docente Aurora Montemartini, micologa

Martedì 13 Marzo 2012 ore 14/18

**Orti Botanici perché? Un'esperienza sul campo.
Visita guidata Orto Botanico Villa Beuca Cogoleto**

Docente Mario Calbi, membro della Società Botanica Italiana

Martedì 3 aprile ore 15/17,30

Piante e Fiori spontanei in cucina

docente Mario Calbi, membro della Società Botanica Italiana

incontro con assaggi, nel mese in accordo con il docente visita guidata
(in Val Bisagno..., Bavari)

Martedì 8 maggio 2012 ore 15/17,30

Le piante in medicina

docente Enzo Parisi, biologo

incontro con proiezione, in maggio visita all'Orto Botanico dell'Università di Genova

Martedì 5 giugno 2012 ore 15/17,30

**Paesaggi dell'agricoltura
periurbana: passato e futuro**

docente Diego Moreno, docente
di geografia storica Università
di Genova e Calmilla Traldi,
dottoranda presso DISMEC
Università di Genova.

(ipotesi di creazione di un orto-
giardino nel territorio della Bassa
Val Bisagno) in accordo con il
docente in giugno visita ad un giardino cittadino; **cena finale a base di
erbe, fiori e funghi, data, costo e modalità da concordare.**



CORSO LABORATORIO

di disegno e pittura floreale

Fornire gli elementi di base del disegno attraverso la rappresentazione di composizioni floreali semplici e sviluppare le capacità artistiche dei partecipanti.

docente Grazia Cabano, architetto

a fine corso, sarà organizzata una mostra con gli elaborati degli allievi.

INCONTRI: il mercoledì pomeriggio dalle ore 15,30 alle 17,30 da dicembre a maggio 2012 - date: 14 dicembre 2011, 18 gennaio 2012, 1, 15, 29 febbraio, 14 e 28 marzo, 11 aprile, 2 e 16 maggio, mostra 30 e 31 maggio oppure 5 e 6 giugno.

Sede Zenzero Via Torti 35 Genova

Nel mese di ottobre 2011 nasce l'"Università Popolare dell'Età Libera - UniAuser Genova", associazione di promozione sociale, che intende progettare un'offerta formativa rivolta prioritariamente a persone adulte per:

- Valorizzare le competenze presenti in ciascuno.
- Fornire stimoli e strumenti operativi che consentano di sviluppare le competenze necessarie alla costruzione di un progetto di vita all'uscita dal mondo del lavoro.
- Facilitare la condivisione di percorsi di apprendimento tra i partecipanti, incentivando anche la mutua formazione inter e intragenerazionale e tra appartenenti a culture differenti.
- Promuovere e sviluppare competenze per l'attiva partecipazione alla vita sociale, e forme più complesse di cittadinanza attiva.
- Fornire strumenti che consentano l'auto aggiornamento sui temi trattati; realizzare concretamente progetti che traggano motivazioni e strumenti operativi dalle attività didattiche seguite.

