



COMUNE DI VADO LIGURE

UNO SABAZIA

267

Biblioteca
Civica
Rossellí

*Centro Iniziativa Donna
APS*



Vado Ligure

ANNO ACCADEMICO 2026/2027

Si avvisa

che la **Sede dell'UniSabazia e della Segreteria
nonché del C.I.D. APS**

è stata trasferita
in **Via Piave 2** a Vado Ligure
(piano terra edificio Scuole elementari
ex sede Polizia Municipale)

Le **iscrizioni** si svolgeranno
a **Villa Groppallo**, Via Aurelia 72
dal 21 settembre al 2 ottobre 2026

Le **sedi dei corsi** saranno le seguenti:

- Nuova sede UniSabazia, Via Piave 2
- Villa Groppallo
- Sala culturale Coop
- Scuola di Musica - Molo 844
- Palestra nuove scuole medie

REGOLAMENTO E AVVERTENZE

Il servizio dell'UniSabazia è rivolto a tutti i cittadini di età superiore all'obbligo scolastico.

La partecipazione avviene senza alcuna distinzione di razza, religione, nazionalità, condizione sociale, convinzione politica, nel pieno rispetto dei principi di democrazia, apertività e aconfessionalità.

Per l'ammissione non è richiesto alcun titolo di studio.

Modalità di iscrizione

La quota di iscrizione di € 37,00 dà diritto alla frequenza da uno a sei corsi.

Le iscrizioni si effettuano dal 21 settembre al 2 ottobre, presso Villa Groppallo, Via Aurelia 72, con il seguente orario:

- lunedì ore 15,30 - 17,30;
- da martedì a venerdì ore 10,15 - 12,00 / 15,30 - 17,30.

Per i corsi a numero chiuso è necessaria una preiscrizione, a partire dal 21 settembre, presso Villa Groppallo per verificare la disponibilità dei posti.

Le domande devono essere corredate della ricevuta della tesoreria comunale della Banca Popolare di Novara in Via Aurelia 63 (non effettuare pagamenti prima del 21 settembre, poiché le domande non saranno prese in considerazione).

Al momento della consegna della domanda di iscrizione presso Villa Groppallo i nuovi iscritti riceveranno la tessera con i dati personali e il timbro dell'anno accademico; gli iscritti agli anni precedenti dovranno presentarsi con la **tessera dell'UniSabazia** per l'apposizione del timbro che documenta l'iscrizione all'anno 2026-2027.

I corsi

I corsi programmati sono 33.

Se il numero di iscritti non sarà considerato sufficiente per le caratteristiche del corso, si lascerà al Direttore e alla Responsabile dell'UniSabazia la facoltà di rendere operativo il corso stesso, in caso negativo gli allievi potranno scegliere un altro corso disponibile.

Il materiale occorrente per le varie discipline ed eventuali altre spese per lo svolgimento del corso sono a carico degli iscritti.

Le fasce orarie sono:

- A** 10.00 - 11.30
- B** 15.15 - 16.45
- C** 17.00 - 18.30

L'anno scolastico ha inizio il 19 ottobre 2026 e termina il 19 maggio 2027.

L'Unisabazia sarà chiusa: il 1° novembre, l'8 dicembre, dal 20 dicembre al 6 gennaio, dal 25 al 30 marzo, il 25 aprile, il 1° maggio.

**La Segreteria dell'UniSabazia in via Piave 2 sarà aperta
dal lunedì al venerdì non festivi
dalle ore 15,15 alle ore 17,45**

**UniSabazia cell. 3492925471
Villa Groppallo Tel. 019883914
Sito Web: www.comune.vado-ligure.sv.it
Facebook: UniSabazia Vado Ligure**

CONFERENZE E INIZIATIVE VARIE

in collaborazione con la Biblioteca Civica “F.lli Rosselli” e con il CID APS

OTTOBRE

Venerdì 23, ore 15.15, Sede UniSabazia, via Piave

La principessa misteriosa, conferenza di Santino Nastasi

Esploriamo il capolavoro di Pisanello. Un viaggio affascinante nel labirinto di simboli, suggestioni e incredibili particolari naturalistici, dalle cui sapienti trame si disvelerà la personalità della misteriosa Principessa della Casa D' Este e la sua tragica storia.

NOVEMBRE

Martedì 3, ore 15.15, Villa Groppallo

Convergenza di vite parallele, presentazione del libro di Gabriella Pessano, introduzione di Donatella Ventura

DICEMBRE

Mercoledì 9, ore 15.15, Sede UniSabazia, via Piave

Una pausa gentile nell'Inferno di Dante (incontro con Paolo e Francesca), conferenza di Anna Balestri

GENNAIO

Mercoledì 13, ore 15.15, Sede UniSabazia, via Piave

Odisseo di Omero e Ulisse di Dante (il coraggio e la conoscenza), Conferenza di Anna Balestri

FEBBRAIO

Mercoledì 10, ore 15.15, Sede UniSabazia, via Piave

La politica al tempo di Dante: il caso del Conte Ugolino, conferenza di Anna Balestri

MARZO

Venerdì 5, ore 15.15, Sede UniSabazia, via Piave

Muse senza gloria, conferenza di Santino Nastasi

Storie di donne che hanno ispirato grandi artisti, protagoniste dimenticate di capolavori; non solo belle e desiderate, ma anche ricche di talento creativo.

Donne le cui opere spesso non hanno trovato adeguati riconoscimenti, né affermazione, perché discriminate ed emarginate da una ipocrita società moralista e maschilista

INAUGURAZIONE
dell'anno accademico 2026-2027

Venerdì 16 ottobre
ore 17,00

presso
Sea Art Hote - Sala Culturale

Prolusione inaugurale
Saluti istituzionali

Concerto
Qualche volta sogno
(perché so sognare)

***Eliana Zunino*, voce**
***Enrico Testa*, armonica cromatica e chitarra**
***Giangi Sainato*, chitarra**

Segue incontro conviviale

Area Letteraria

1) LIBRI, CHIACCHIERE E ... UNA TISANA

Direttori e docenti: Donatella Ventura e Cristina Cavallero

Un momento d'incontro informale e accogliente per condividere la passione per la lettura e l'approfondimento di elementi di naturopatia. Punto di partenza del percorso di quest'anno saranno i libri che profumano di natura, esplorando il meraviglioso mondo dei fiori, delle spezie e degli aromi. Parleremo anche del potere delle piante e conosceremo le antiche tradizioni del benessere, sorseggiando insieme una tisana appositamente studiata per ogni appuntamento, gentilmente offerta dal Centro Iniziativa Donna.

Incontri 6, sede Villa Groppallo, giorno giovedì, orario 15.15-16.45.

- ottobre 22** *Il sentiero dei profumi*, di Cristina Caboni - Lavanda, il lenitivo per l'anima.
- novembre 5** *L'apprendista dei fiori*, di Yukihisa Yamamoto - Fiori per l'anima: Iperico, Biancospino, etc.
- novembre 19** *I segreti nascosti dei fiori*, di Sally Page - Avicenna e le prime scuole mediche.
- dicembre 3** *Il giardino di Elizabeth*, di Elizabeth von Arnim - Fiori eduli e piante edibili.
- dicembre 17** *La vita sia per te un giardino*, di Sara Blaydes - Le piante dalla parte delle Donne.
- gennaio 7** *Sale e zafferano*, di Kamila Shamsie - Zafferano, "chi era costui?"

**2) LO SAI
... CHE VISO AVEVA
... CON QUALE VOCE POI CANTAVA**

Direttore: La Meridiana - Banca del Tempo

Probabilmente questo corso interesserà solo a chi, dal titolo, ha intuito l'argomento; si vogliamo proprio ricordare Francesco Guccini.

Se lo avete "frequentato" in età giovanile, potrete comprendere la sua poetica in modo più ragionato apprezzando maggiormente i ritratti, i personaggi, le storie di questo grande cantautore.

Ci sarà spazio anche per condividere vissuti personali legati alle sue canzoni; non un semplice amarcord ma un'occasione per recuperare qualcosa che, a distanza di tanti anni dai primi ascolti, possa ancora aiutarci a vivere.

Incontri 6, sede Via Piave, giorno lunedì, orario 17.00-18.30.

ottobre 26

novembre 2 - 9 - 16 - 23 - 30

3) POESIA E ... DINTORNI ...

Direttore e docente: Gabriella Pessano

Questo corso sarà una escursione nel mondo che la Poesia “sconvolge e coinvolge”.

Esperienze letterarie e amicizie con Poeti di buona parte del mondo: resi possibili tramite incontri e scambi culturali, con gli stessi, in occasione della partecipazione a diversi Congressi di livello internazionale.

Incontri 8, sede Via Piave, giorno martedì, orario 15.15-16.45.

- ottobre 20** Biennale di Liegi (quando nasce-perché) Incontri con i Poeti.
- novembre 3** Cosa c'è, mio primo libro di poesie, come nasce una poesia, perché nasce.
- novembre 17** Filo d'Arianna. Mio secondo libro di poesie. I premi vinti all'estero uno sguardo sulla vita di: Ipazia e Cervantes.
- dicembre 1** IPAZIA. Associazione culturale no-profit con la quale ho organizzato e realizzato progetti artistici. Partecipazione, su invito, a diversi Congressi internazionali (Irlanda, Tchad, Guinea Conakry).
- dicembre 15** NUANCES. Mio terzo libro di poesie bilingue (italiano-francese) realizzato in occasione della partecipazione alla mia seconda Biennale di Liegi.
- gennaio 12** Ankhe-sen-pa-aton (moglie e sorella di Tut-ankh-amon). Mio quarto libro una piccola escursione nella XVIII Dinastia.
- gennaio 26** DI ARTE IN ARTE, mio quinto libro, ultimo di poesie. Luna di miele...curiosità nella storia passata e nel presente attraverso i propri ricordi.
- febbraio 16** Ultimo incontro per la stesura dei ricordi scritti dai partecipanti.

Area Storica

4) IL MUTUO SOCCORSO (1851...2015...)

L'associazionismo operaio ligure a Savona e a Vado Ligure

Direttore: Almerino Lunardon

Docenti: Almerino Lunardon, Roberto Costagli, Giovanni Lunardon

Il corso tratta della nascita e della evoluzione delle società operaie di mutuo soccorso durante il corso della storia italiana e pone interrogativi oggi su di esse in un'era tecnologica dominata dai big tech.

L'associazione nazionale sanità nasce durante l'ottocento in concomitanza con la prima rivoluzione industriale, con il nome di società operaie di mutuo soccorso. Infatti, a seguito della rapida diffusione del manifesto ideato da Marx e Hengel dei numerosi moti rivoluzionari che scoppiarono in quel periodo, specialmente nel nord Italia, cominciò a nascere e a solidificarsi l'idea di senso di unione e di appartenenza dei lavoratori.

Tutto questo era ulteriormente legittimato dallo statuto albertino, promulgato da Carlo Alberto, che oltre ad affermare che ogni uomo doveva godere del diritto di proprietà, stabilì anche che l'associazione, in forma pacifica, per ogni classe e ceto sociale, fosse un diritto per tutti gli uomini.

I punti fondamentali su cui sono state fondate le prime società di mutuo soccorso erano: autogestione dei fondi, mutualità, solidarietà fra lavoratori, un forte senso di unione morale e di empatia. Il sistema mutuale si basava su uno specifico schema che prevedeva un unico fondo comune e autonomo, costituito dai contributi obbligatori che i lavoratori versavano attraverso una parte del loro salario, poi distribuito per malattie, sussidi di invalidità e di vecchiaia. Possiamo affermare che le società abbiano dato avvio ad un sistema di welfare che superava drasticamente il concetto di assistenzialismo caritatevole, in precedenza erogato dagli enti ecclesiastici.

Oggi le SMS sono molto diversificate e soprattutto rimane difficile prevederne il futuro...

Incontri 8, sede Via Piave, giorno venerdì, orario 15.15-16.45.

novembre 20 La trasformazione politica delle società di Mutuo Soccorso a Savona (Almerino Lunardon).

Le quattro storiche "Società di Mutuo Soccorso" savonesi:

a. La Società Progressista degli Artisti ed Operai (1851).

- b. Fratellanza Operaia e Consociazione delle Società Operaie e Democratiche (1875).
- c. Il Club Operaio di Lavagnola (1881).
- d. La nascita della Società Generale d'ambo i sessi e l'alba del socialismo Savonese (1890).

dicembre 4 Le condizioni storiche all'origine della prima S.M.S. a Vado "La Sabazia" (1884).

Ruolo del Sodalizio all'inizio del '900 e rifondazione della società nel 1914 (Almerino Lunardon).

gennaio 8 L'affermarsi delle diverse società su tutto il territorio:

- a. La "Fratellanza Cattolica" (1908).
- b. La Società di Mutuo Soccorso fra operai "Diritto e Doveri" (1909).
- c. La Società "Croce Verde" poi CRI (1910) (Almerino Lunardon).

gennaio 22 a. La Cooperativa vadese "Muratori e Affini + Associazione Esercenti e Commercianti di Vado L. (1921).

b. Il Circolo Ricreativo fra operai e Associazione Pro Vado (1922) e "La Perseverante" (1929).

c. La Cassa Mutua Internazionale "Malattie "per operai metallurgici (1928) (Almerino Lunardon).

febbraio 5 La Società di Mutuo Soccorso "Pace e Lavoro" (1917) (Roberto Costagli).

febbraio 19 La Società di Mutuo Soccorso San Genesio (già Soc. Ricreativa: Monte S. Elena (1946) (Roberto Costagli).

marzo 5 Il Dopolavoro Italiano per la gestione del "tempo libero" dell'ing. M. Giani, Manager Westinghouse di Vado Ligure (Roberto Costagli).

aprile 2 La "Nuova Frontiera dell'Associazionismo: oggi ..." (Giovanni Lunardon).

5) RACCONTI DI STORIA, STORIE E MITI

Direttore e docente: Renata Parodi

Le lezioni saranno suddivise in due parti: la prima, dopo un preambolo che ci fa vedere quanto sia stato difficile il cammino della metà del cielo per raggiungere la quasi parità con l'altra metà, è una *Storia delle donne nelle civiltà antiche*, letta nelle opere storiche, nella letteratura, nella filosofia, nelle storie e nei miti, per dimostrare quanto sia antico il concetto di inferiorità femminile; la seconda è un excursus su una disciplina nata da poco, *La neurobiologia vegetale*, che studia la capacità di adattamento e di ricordo delle piante, le cure parentali con cui aiutano i nuovi nati: insomma, come sostiene Stefano Mancuso, la loro "intelligenza".

Incontri 12, sede via Piave, giorno mercoledì, orario 15.15-16.45.

ottobre	21
novembre	4 - 18
dicembre	2 - 16
gennaio	20
febbraio	3 - 17
marzo	3 - 17 - 31
aprile	14

6) LA VITA QUOTIDIANA NELLA ROMA ANTICA

Secondo corso

Direttore e docente: Cristina Cavallero

Un corso incentrato su una narrazione della Storia Romana differente dall'abituale susseguirsi di date ed avvenimenti bellici.

Gli incontri verteranno su alcune tematiche particolari della vita dei cittadini romani, dalle abitudini quotidiane ai rimedi naturali utilizzati in campo medico, spaziando tra magia, festività, storia di genere e legislazione arcaica.

L'obbiettivo finale è quello di fornire un'immagine il più possibile sfaccettata della romanità, mettendone in evidenza gli aspetti di peculiare modernità.

Incontri 6, sede Villa Groppallo, giorno martedì, orario 15.15-16.45.

novembre 17 *Mens sana in corpore sano.* I Romani e l'igiene: terme, acquedotti e *balnea*.

dicembre 1 *Faber est suae quisque fortunae.* Le professioni dei Romani.

gennaio 19 *Panem et circenses.* Arena e circo, *divertissements* del popolo.

febbraio 2 *Homo sine pecunia est imago mortis.* Monetazione e cenni di numismatica romana.

febbraio 16 *Spes ultima dea.* Divinità del *pantheon* romano e il concetto di *pax deorum*.

marzo 2 *In cauda venenum.* Pozioni, rimedi e avvelenamenti nella Roma antica.

7) DI DONNE E NOBILI NOZZE

Società e cultura attraverso i secoli e le unioni matrimoniali

Direttore e docente: Maria Rosa Marsilio

Grazie a prestigiose nozze, le nobili famiglie, nei secoli, agguantavano potere e territori. Donne spesso intese come preziosa merce di scambio, ma che si fecero invece portatrici di osmosi culturali, di reti divulgative e condivisione del sapere femminile.

Sei epoche storiche si svelano attraverso le vite di alcune protagoniste: le loro unioni matrimoniali saranno il punto di partenza di un viaggio dall'alto medioevo al 1800. La politica nazionale e sovranazionale, le frontiere contese, la cultura, dinastie e lignaggi, scienza, curiosità, amori e tradimenti. Un corso a 360° per scoprire la Storia attraverso le storie di ogni giorno.

Incontri 6, sede Villa Groppallo, giorno venerdì, orario 15.15-16.45.

ottobre 30 Beatrice del Monferrato - Marchesa di Savona e musa poetica.

novembre 13 Ilaria del Carretto - la sepoltura svelata.

novembre 27 Jolanda di Challant - un matrimonio riparatore nel 1500.

dicembre 11 Le Madame Reali - la reggenza barocca.

gennaio 15 Maria Pia e Maria Clotilde: matrimoni risorgimentali.

gennaio 29 Margherita di Savoia – la prima Regina d'Italia.

8) IL PROCESSO DI INDUSTRIALIZZAZIONE E REALTÀ AZIENDALI A VADO LIGURE

Direttori: Almerino Lunardon, Valerio Ghisolfi, Roberto Costagli

Il corso si compone di due conferenze in sede e una serie di visite a piedi o con mezzi propri con partenza da Piazza San Giovanni (di fronte al Comune).

Incontri 8, sede via Piave, giorno giovedì, orario 15.15-16.45.

novembre 26 Storia dell'industrializzazione a Vado Ligure (Almerino Lunardon).

dicembre 10 Fare impresa con gli spin off: un esempio vadese (Valerio Ghisolfi).

gennaio 14 Visita alla azienda Clayver produttrice di botti in ceramica con argilla intelligente accompagnati da Valerio Ghisolfi.

gennaio 28 Visita alla fabbrica Alstom e al recente museo accompagnati da Roberto Costagli.

febbraio 11 Visita Mondo Marine a Porto Vado accompagnati da Roberto Costagli.

marzo 11 Visita al Porto di Vado Ligure.

aprile 8 Visita alla S.A.N.A.C. accompagnati da Gian Paolo Gallo.

aprile 22 Visita al Gasco Group accompagnati da Valerio Ghisolfi.

9) GEOLOGIA E TERRITORIO

Direttori: Nico Cassanello, Daniela Andreoni
Associazione Culturale Aemilia Scauri A.P.S.

Docenti: Andrea Alliri, Mauro Spotorno,
Rinaldo Massucco, Rosella Milano

Incontri 6, sede Via Piave, giorno martedì, orario 15.15-16.45.

dicembre 1 Geologia e territorio (Andrea Alliri).

dicembre 15 La trasformazione del paesaggio ligure negli ultimi secoli, alcuni esempi significativi (Mauro Spotorno).

marzo 9 La colonizzazione monastica in Liguria: trasformazione del territorio tra colonizzazione monastica e sfruttamento nobiliare nell'area centrale ligure (Mauro Spotorno).

marzo 23 Carsismo e speleologia (Rinaldo Massucco).

aprile 6 Le rocce della nostra provincia, laboratorio e percorso cittadino alla scoperta dell'utilizzo della pietra (Rosella Milano).

aprile 20 Alla scoperta della provincia più boscosa d'Italia, piante comuni e piante rare (Rosella Milano).

N.B.: la sequenza delle lezioni potrà subire modifiche, le date resteranno invariate.

Area Psicologica e Filosofica

10) COME INTERPRETIAMO I NOSTRI CONFLITTI

Direttori e docenti: Graziella e Paola Salerno

Il percorso giunge alla quarta edizione. Il programma è stato rivisto cogliendo anche i suggerimenti dei partecipanti che ringraziamo.

Quest'anno si entrerà in maniera più approfondita nelle tematiche e nei processi che muovono il conflitto.

Il percorso prevede il coinvolgimento attivo degli iscritti.

Incontri 8, sede via Piave, giorno giovedì, orario 17.00-18.30.

ottobre 22 Introduzione: anatomia e mappa del Conflitto.

ottobre 29 Raccontare il conflitto: come vediamo i fatti?

novembre 5 I conflitti ritornano. Quali sono gli atteggiamenti che utilizzo. Sono funzionali al conflitto?

novembre 12 Azioni o reazioni.

novembre 19 Le emozioni le riconosco come amiche o nemiche?

novembre 26 Sfidare i nostri conflitti (possibili soluzioni o risoluzioni).

dicembre 3 Cosa sono le procedure di risoluzione alle liti giudiziarie. Vantaggi, benefici, costi a confronto con il processo civile e amministrativo.

dicembre 10 Ri-definizione personale del conflitto.

Area Linguistica

11) CONVERSAZIONE FRANCESE

Corso avanzato

Direttore e docente: Francine Grandjean

È richiesta la conoscenza della lingua.

Incontri 12, sede Villa Groppallo, giorno mercoledì, orario 15.15-16.45.

ottobre 21 - 28

novembre 4 - 11 - 18 - 25

dicembre 2 - 9 - 16

gennaio 13 - 20 - 27

12) PARIS JE T'AIME: VOYAGE AU CŒUR DE LA CULTURE PARISIENNE

Direttore e docente: Lucette Mallet

Incontri 12, sede Via Piave, giorno giovedì, orario 15.15-16.45.

novembre 5 A la découverte de Paris.

novembre 12 Le Louvre.

novembre 26 Les Ponts de Paris.

dicembre 3 Les grandes Places de Paris.

dicembre 10 Féeries de Noël sur les Champs Elisée. Decors.

dicembre 17 Un Noël a Paris: décorations et guirlandes.

gennaio 14 Montmatre: vieux village.

gennaio 21 La Mode à Paris et ses grand Magasins.

febbraio 11 Musée d'Orsay et son horologe sur la rive gauche.

febbraio 25 La Bastille, Opéra Garnier.

marzo 18 Un voyage a Paris, rendez-vous à Notre Dames.

aprile 1 Diner à Paris: decor pour une belle table.

13) APPRODO NELL'AZZURRITÀ

L'Italia come “Sehnsuchtsland”, terra dei desideri e dei sogni

Direttore e docente: Franca Argenti

Corso di cultura tedesca. La frequenza del corso non richiede alcuna conoscenza della lingua tedesca.

Incontri 6, sede Villa Groppallo, giorno lunedì, orario 15.15-16.45.

- gennaio 11** Il Grand Tour: l'Italia come meta obbligata del “viaggio di formazione”. Viaggiatori tedeschi in Sicilia. Heinrich Heine, impressioni di viaggio: da Monaco a Lucca.
- gennaio 25** Viaggiatori tedeschi in Liguria.
- febbraio 8** Dalla Germania in viaggio verso Torino, Venezia e Milano.
- febbraio 22** Urbe, Caput Mundi, Città eterna. In una parola Roma.
- marzo 8** Pittura: dialogo tra i grandi Maestri italiani e tedeschi.
- aprile 5** Musica: i compositori tedeschi e lo “stile italiano”.
Le atmosfere nordiche incontrano il colore mediterraneo.

Area Scientifica

14) UN VIAGGIO INTORNO AL CIBO

Direttore e docente: Giovanna Alessandria

Incontri 6, sede via Piave, giorno giovedì, orario 17.00-18.30.

- gennaio 7** Cibo amico cibo nemico ... come fare la pace.
- gennaio 14** Noi e i nostri microbi. Chi abita con noi.
- gennaio 21** Nuovi cibi tra insetti e carne sintetica: ma sarà vero?
- gennaio 28** Etichette e additivi.
- febbraio 4** Chi ci convince a scegliere: stomaco o cervello o ...?
- febbraio 11** La sicurezza alimentare tra conserve e paure.

15) SMARTPHONE E INTELLIGENZA ARTIFICIALE

Direttore e docente: Antonello Spinetti

Lo smartphone come strumento: aggiornamento e utilizzo corretto degli account, concetti generali su internet e la sicurezza.

Incontri 6, sede Via Piave, giorno martedì, orario 17.00-18.30.

- gennaio 12** Lo smartphone come strumento: aggiornamento e utilizzo corretto degli account, concetti generali su internet e la sicurezza .
- gennaio 26** L'ambiente Google: gmail, drive, calendar .
- febbraio 2** L'utilizzo delle IA con lo smartphone. Principali IA (chatgpt, gemini, claude).
- febbraio 16** Interazione IA con l'ambiente Google.
- marzo 2** Rischi e norme sulla IA.
- marzo 16** Gestire bene le richieste alla IA, come scrivere correttamente i prompt.

Area Artistica

16) L'ORA D'ARTE

Direttore e docente: Renata Parodi

Vedremo i colori giallo, verde, rosa, lilla, bianco, e le variazioni nei secoli del loro significato simbolico: lo studio della percezione ci insegna infatti che quello che era vero ieri può non esserlo oggi, perché i contesti sono mutati, e le esperienze passate ci condizionano, e ri-creano il nostro modo di vedere. Potremo anche renderci conto di come la pittura non solo ci coinvolga con la vista, ma solleciti altri sensi: ammirare un'opera d'arte è infatti un'esperienza unica, perché ciascuno di noi la legge in un modo differente, notando aspetti e particolari che sfuggono a molti.

Incontri 10, sede via Piave, giorno martedì, orario 15.15-16.45.

ottobre	27
novembre	10 - 24
gennaio	12 - 26
febbraio	9 - 23
marzo	9 - 23
aprile	6

17) LE “MIE” STORIE DELL’ARTE

Direttore e docente: Nicoletta Riva

Incontri 6, sede via Piave, giorno giovedì, orario 17.00-18.30.

novembre 12 Outsider: artisti geniali ai margini dell’arte.

novembre 19 Modigliani, l’ultimo romantico.

novembre 26 Niki de Saint Phalle, l’artista delle donne danzanti.

dicembre 3 Le ciociare di Montparnasse.

dicembre 10 Lee Miller. Vita di una fotografa “al fronte”.

dicembre 17 Peggy, Palma e le altre. Le signore che fecero i musei

18) VIAGGIO IN LIGURIA TRA CINEMA, MUSICA E TRADIZIONI

Direttori e docenti: Massimo Caprioglio e Tristano Bettini

Incontri 6, sede via Piave, giorno lunedì, orario 15.15-16.45.

novembre 16 La Liguria che canta: la scuola genovese.

novembre 30 La Liguria che si vede: tra cinema e personaggi.

dicembre 7 La Liguria che vive: feste e tradizioni.

gennaio 18 La Liguria che cambia: borghi e territori

febbraio 1 La Liguria che racconta: storie e personaggi.

febbraio 15 Vado Ligure anni 60 a colori.

19) VI RACCONTO UNA CITTÀ

Direttore e docente: Anna Traverso

Incontri 6, sede via Piave, giorno giovedì, orario 15.15-16.45.

ottobre 22 Bologna.

ottobre 29 Londra.

novembre 5 Milano.

novembre 12 Mosca.

novembre 19 Palermo.

novembre 26 Reykjavik.

20) UNA PENNELLATA!!

Direttore e docente: Laura Tarabocchia

Corso a numero chiuso: 15 allievi

Una tecnica pittorica adatta ai principianti e non. È un metodo di pittura che permette di creare motivi complessi e colorati con un solo movimento del pennello caricato con colori diversi contemporaneamente. Questo consente di ottenere sfumature e variazioni di colore in un unico tratto. La tecnica si basa su pochi movimenti di base che sono abbastanza facili da imparare e ripetere. La tecnica verrà supportata e semplificata da schede che guideranno il percorso.

Materiale occorrente sarà spiegato meglio nella lezione introduttiva: pennelli piatti di varie misure (es. larghi 10 mm, 8 mm e 12/13 mm con setole MORBIDE e LUNGHE, COLORI ACRILICI - NO tempere od olio) per la prima lezione si consiglia almeno un colore chiaro ed uno scuro, tavolozza o semplicemente un piattino di plastica, contenitore per acqua, straccetti o scottex fogli per le prove.

Incontri 6, sede via Piave, giorno giovedì, orario 15.15-16.45.

gennaio 14 - 21 - 28

febbraio 4 - 11 - 18

Area Natura, Ambiente, Escursionismo

21) VIVIAMO GLI AMBIENTI NATURALI DELLA TERRA

Rapporto dell'uomo con la natura fra passato, presente... Quale futuro?

Direttori e docenti: Roberto Costagli, Giampaolo Gallo e Almerino Lunardon

Incontri 11, sede via Piave, giorno mercoledì, orario 17.00-18.30.

ottobre 21 Occitania, un'idea senza confini.

novembre 4 La civiltà contadina.

novembre 18 Camminando in Cappadocia si scopre la storia antica.

dicembre 2 Laghi: specchio della montagna.

dicembre 16 Dissoluzione dell'Unione Sovietica.

gennaio 20 La montagna d'inverno.

febbraio 3 Celti: popoli con una matrice linguistica e culturale comune.

febbraio 17 Andare per colli in estate.

marzo 3 Viaggio nel grande Nord.

marzo 17 Come ha cambiato la storia del territorio la ferrovia Torino-Savona.

aprile 14 Stragi nazifasciste, oggi disattese e testimonianze autentiche del M. Manfrei.

Il corso prevede anche una serie di camminate sul nostro territorio nell'ambito del progetto CID APS "A PASSO LENTO" con programma di iniziative aperte agli iscritti CID e UNISABAZIA,

22) REGNO VERDE

Direttori e docenti: Graziella Vernazza e Loredana Torrazza

Incontri 11, sede via Piave, giorno lunedì, orario 15.15-16.45.

- novembre 9** Presentazione del Corso (Graziella Vernazza, Loredana Torrazza). Nuove idee per Vado Fiorita (Donatella Ventura).
- novembre 23** Spontanee commestibili. Dalla terra alla padella (Rosella Milano).
- dicembre 14** Composizione floreale, centro tavola natalizi (Lucette Mallet).
- gennaio 11** Fiori di montagna (Roberto Costagli).
- gennaio 25** Orto che passione! (Lucia Varaldo).
- febbraio 8** Visita all'apiario benedettino di Finalpia, con mezzi propri (Graziella Vernazza).
- febbraio 22** La potatura di agrumi, olivi e altri alberi da frutta (Vincenzo Rebella).
- marzo 22** Profumi e colori attraverso la macchia mediterranea (Sara Gianelli).
- aprile 23** Festa dei libri e delle Rose nel giardino di Villa Groppallo.
- giugno 5** Festa floreale nel giardino di Villa Groppallo.
- giugno 6** Escursione in pullman alla Festa delle rose a Bossolasco (Alta Langa).

23) LA DONNA E IL CAMMINO, STORIE DI FATICA E SOLITUDINE

Direttori: Nico Cassanello e Daniela Andreoni
Gruppo escursionistico La Rocca

Docenti: Paola Bussino, Marina Cagnasso, Nico Cassanello, Marco Castiglia, Giovanna Caviglia, Donatella Ferrari, Antonella Ferro, Edilia Giacolla, Enzo Grillo, Tiziana Maccanti, Giovanni Martini, Rosella Milano, Maria Chiara Molinari, Loredana Pastorino, Liviana Piccardo, Marina Pierucci, Antonella Ratto, Maria Antonietta Savarese.

Per le uscite partenza ore 9 nel luogo più idoneo a seconda di dove si svolgerà l'escursione, che verrà specificato nella locandina dedicata pubblicata di volta in volta. Rientro entro le ore 18 salvo imprevisti. Pranzo al sacco, spostamenti con mezzi propri. Equipaggiamento da escursionismo (scarponcini, zaino, giacca a vento, bastoncini consigliati).

Incontri 10, sede primo incontro via Piave, giorno giovedì, orario 15.15-16.45.

- ottobre 29** La donna che cammina, il cammino delle donne (D. Ferrari).
- novembre 5** Tra fasce e corbette, su e giù per Varigotti (N. Cassanello, M. Castiglia, T. Maccanti).
- novembre 12** Sulle orme di Adelasia (R. Milano, N. Cassanello). Possibile merenda/pranzo a Cascina Miera.
- novembre 19** Il cammino di Vera Grita – Savona / Albisola Superiore (P. Bussino, D. Andreoni).
- novembre 26** La donna il bosco e le fascine – Segno, acqua San Martino, Bric Berba (E. Grillo, A. Ferro).

- dicembre 10** I sentieri della Badessa Bellenda – Auguri di Natale, San Genesio (D. Andreoni, M.C. Molinari, M. Cagnasso).
- marzo 4** Sulle terre dell’ultima pastora. Roviasca – Cà da Suintina (G. Caviglia, L. Piccardo, E. Giacolla).
- marzo 11** Dal monte al mare, Faadette e cotone, donne Tesceue du Cutunificiu Ligure (Le tessitrici del Cotonificio Ligure) (G. Martini, A. Ratto).
- aprile 1** Mazzetti di fiori e tradizioni popolari. Rialto – Madonna della Neve (M. Pierucci, L. Pastorino, M.A. Savarese).
- aprile 15** Il sentiero dell’ardesia, le donne camalle. Lavagna (in treno) (D. Andreoni, N. Cassanello).

N.B: la sequenza delle uscite potrà subire modifiche, le date resteranno invariate.

Area Musicale

24) SUONARE LA CHITARRA

Direttore e docente: Fabio L. Pesenti

Il corso consiste in un laboratorio strumentale per apprendere le tecniche e impostazioni di base, brani facili per cantare e suonare.

Il corso è pensato per allievi a livello base ed intermedio.

Incontri 6, sede Scuola di Musica - Molo 844, giorno lunedì, fascia oraria 10.00-11.30.

ottobre 19 - 26

novembre 9 - 16 - 23 - 30

25) TASTIERE, CHITARRE E CANTO CON I PERTINACI

Direttore e docente: Giorgio Coggiola

Assistente: Tiziana Malservigi

La Musica nutre e guarisce il corpo e la mente. Un elisir per tutte le età

Incontri 8, sede Sala culturale Coop, giorno mercoledì, orario 15.15-16.45.

gennaio 13 - 27

febbraio 10 - 24

marzo 10 - 24

aprile 7 - 21

Area di Espressione Corporea e Sportiva

26) “GINNASTICA DOLCE” PRIMO CORSO

Direttore: Fulvia Rescazzi

Assistente: Pierluigi Bortoletto

Si rinnova l'appuntamento con i corsi di Ginnastica Dolce di UNISABAZIA, una proposta ideata per promuovere il benessere psicofisico attraverso un percorso motorio accessibile a tutti.

Sotto la guida di Fulvia e Pierluigi, il programma integra elementi di pilates e stretching per la flessibilità corporea, insieme a moduli di musicalità, danza e elementi di tango argentino.

Completano il percorso mirati esercizi ludici e cognitivi per l'allenamento della memoria e della mente.

I due corsi sono consecutivi e il secondo rappresenta la naturale continuazione del primo.

Modalità di iscrizione: Per motivi assicurativi e organizzativi, è necessario iscriversi formalmente al primo corso, al secondo corso o a entrambi, a seconda della propria disponibilità.

Abbigliamento: Per le lezioni sono necessarie scarpe da ginnastica o calze antiscivolo gommate; ulteriori dettagli verranno comunicati direttamente in palestra.

Incontri 12, sede palestra nuove Scuole Medie, giorno lunedì, orario 17.00-18.30.

ottobre	26
novembre	2 - 9 - 16 - 23 - 30
dicembre	7 - 14
gennaio	11 - 18 - 25
febbraio	1

27) “GINNASTICA DOLCE” SECONDO CORSO

Direttore: Fulvia Rescazzi

Assistente: Pierluigi Bortoletto

Incontri 12, sede palestra nuove Scuole Medie, giorno lunedì, orario 17.00-18.30.

febbraio	8 - 15 - 22
marzo	1 - 8 - 15 - 22
aprile	5 - 12 - 19 - 26
maggio	3

28) HO’OPONOPONO CAMBIA LA TUA VITA PARTENDO DA TE

Direttore e docente: Maurizio Repetto

Esiste un modo semplice per lasciare andare ciò che appesantisce il cuore e vivere con maggiore serenità?

L’Ho’oponopono, antica disciplina hawaiana, offre strumenti pratici per liberarsi da emozioni negative, sensi di colpa, rancori e schemi limitanti. Un percorso accessibile a tutti, ricco di esempi ed esercizi, per portare più armonia, equilibrio e benessere nella vita di ogni giorno.

Incontri 10, sede via Piave, giorno mercoledì, orario 15.15-16.45.

gennaio	13 - 27
febbraio	10 - 24
marzo	10 - 24
aprile	7 - 21
maggio	5 - 19

29) ANTICHI INSEGNAMENTI ORIENTALI PER IL BENESSERE PSICOFISICO

Direttore: Mauro Peretti

Docenti: Mauro Peretti, Flavia Zamana

Durante le lezioni saranno studiate e praticate varie metodiche tramandate dai Maestri della Tradizione in India, Tibet, Cina, Giappone, utilizzate anche per conseguire e mantenere uno stato di benessere e di equilibrio del corpo e della mente.

Seguendo le nostre profonde correnti di energia eseguiremo gli Esercizi per la Salute (II parte) dei Saggi Taoisti e studieremo l'alchimia degli Otto Pezzi di Broccato: cammineremo con la leggerezza del Passo del Gatto e la consapevolezza del Passo Meditativo Zen; applicheremo semplici tecniche di respirazione e di concentrazione; ci rilasseremo con facili e delicate forme di automassaggio; miglioreremo i movimenti delle mani e dei polsi con i divertenti esercizi del Qi Gong delle dita.

Non è richiesto alcun requisito fisico, né alcuna preparazione. Non verranno eseguiti esercizi a terra, per cui sarà necessario solo abbigliamento comodo, ad esempio una tuta e scarpe leggere tipo "ginnastica"

Incontri 9, sede palestra nuove Scuole Medie, giorno mercoledì, orario 15.15-16.45.

ottobre 21 - 28

novembre 4 - 11 - 18 - 25

dicembre 2 - 9 - 16

30) LO SHIATSU E LA MEDICINA TRADIZIONALE CINESE

Direttore e docente: Livio Barbero

Impariamo a conoscere lo Shiatsu, disciplina giapponese arrivata in Italia negli anni 70.

Lo Shiatsu a sostegno della persona sia per la parte fisica, che la parte mentale ed emozionale.

Disciplina olistica non in alternativa, ma a sostegno e integrazione a quella occidentale.

Se la conosciamo impariamo ad apprezzarla.

Incontri 6, sede via Piave, giorno venerdì, orario 17.00-18.30.

novembre 6 Chi siamo e cos'è lo Shiatsu e la Medicina Tradizionale Cinese.

novembre 13 La filosofia del Tao e il suo significato, i cinque elementi.

novembre 20 I Meridiani principale che percorrono il corpo.

novembre 27 L'ansia e lo Shiatsu.

dicembre 4 Il mal di schiena e lo Shiatsu.

dicembre 11 Come vivere meglio la nostra vita.

Area laboratorio

31) ORIGAMI

Direttore e docente: Kazujo Hisamatsu

Per lo svolgimento del corso gli allievi devono portare con sé carta da origami (formato standard 15x15 cm) e un paio di forbici.

Non è richiesta alcuna competenza precedente, solo la voglia di sperimentare insieme!

Incontri 6, sede via Piave, giorno venerdì, orario 17.00-18.30.

gennaio 8	Scatola.
gennaio 15	Vestiti.
gennaio 22	Animali terrestri.
gennaio 29	Animali marini.
febbraio 5	Character (Pokemon, Totoro, etc.).
febbraio 12	Fiore.

32) TEATRO

Direttore e docente: Mauro Damonte

Conoscenza e approfondimento dell'attività teatrale, con particolare attenzione al comportamento in scena, alla lettura espressiva e alla relazione scenica con gli altri attori.

Incontri 12, via Piave, giorno mercoledì, orario 15.15-16.45.

ottobre	21
novembre	4 - 18
dicembre	2 - 16
gennaio	20
febbraio	3 - 17
marzo	3 - 17
aprile	7 - 21

33) CUCINA: I PIATTI DELLA NONNA

Direttrici: Josetta Bazzano e Graziella Ombra

Docenti: Gianna Campidori, Giuseppina Chereau, Mario Gianelli,
Renata Patrone, Eugenia Scarone, Loredana Torrazza

Corso a numero chiuso: 30 allievi

Incontri 8, sede via Piave, giorno martedì, orario 17.00-18.30.

novembre 3 Foglie di verza ripiene (Gianna Campidori).

novembre 17 Frittatine varie di verdura (Giuseppina Chereau).

dicembre 1 Semifreddo al torroncino (Renata Patrone).

gennaio 19 Ravioli con la verza (Graziella Ombra).

febbraio 9 Coniglio alla ligure (Josetta Bazzano).

marzo 9 Escursione giornaliera nell'Oltrepo Pavese per degustazione vini presso l'Azienda Montelio accompagnati da Mario Gianelli.

aprile 6 Tortino di acciughe (Loredana Torrazza).

aprile 20 Frittelline dolci e salate (Eugenia Scarone).

A ogni lezione sarà effettuata la degustazione del piatto presentato. A tale scopo ciascun partecipante deve versare un contributo complessivo di euro 25,00 durante la prima lezione ai Direttori del corso.

INDICE

Regolamento e avvertenze	pag.	1
Conferenze e iniziative varie	pag.	3

Area Letteraria

1) Libri, chiacchiere e ... una tisana	pag.	7
2) Lo sai ... che viso aveva ... con quale voce ...	pag.	8
3) Poesia e ... dintorni ...	pag.	9

Area Storica

4) Il mutuo soccorso (1851...2015...)	pag.	10
5) Racconti di storia, storie e miti	pag.	12
6) La vita quotidiana nella Roma antica	pag.	13
7) Di donne e nobili nozze	pag.	14
8) Il processo di industrializzazione a Vado L.	pag.	15
9) Geologia e territorio	pag.	16

Area Psicologica e Filosofica

10) Come interpretiamo i nostri conflitti	pag.	17
---	------	----

Area Linguistica

11) Conversazione francese Corso avanzato	pag.	18
12) Paris je t'aime ... culture parisienne	pag.	19
13) Approdo nell'azzurrità	pag.	20

Area Scientifica

14) Un viaggio intorno al cibo	pag.	21
15) Smartphone e intelligenza artificiale	pag.	22

Area Artistica

16) L'ora d'arte	pag.	23
17) Le "mie" storie dell'arte	pag.	24
18) Viaggio in Liguria tra cinema, musica e tradizioni	pag.	25
19) Vi racconto una città	pag.	26
20) Una pennellata!!	pag.	27

Area Natura, Ambiente, Escursionismo

21) Viviamo gli ambienti naturali della terra	pag.	28
22) Regno verde	pag.	29
23) La donna e il cammino, storie di fatica e solitudine	pag.	30

Area Musicale

24) Suonare la chitarra	pag.	32
25) Tastiere, chitarre e canto con i Pertinaci	pag.	32

Area di Espressione Corporea e Sportiva

26) Ginnastica dolce - primo corso	pag.	33
27) Ginnastica dolce - secondo corso	pag.	34
28) Ho'Oponopono cambia la tua vita partendo da te	pag.	34
29) Antichi insegnamenti orientali per il benessere	pag.	35
30) Lo Shiatsu e la medicina tradizionale cinese	pag.	36

Area laboratorio

31) Origami	pag.	37
32) Teatro	pag.	38
33) Cucina: i piatti della nonna	pag.	39



**La Segreteria dell'UniSabazia in via Piave
sarà aperta dal lunedì al venerdì non festivi
dalle ore 15,15 alle ore 17,45**

**UniSabazia cell. 3492925471
Villa Groppallo Tel. 019883914
Sito Web: www.comune.vado-ligure.sv.it
Facebook: UniSabazia Vado Ligure**

