

arte**m**

coordinamento editoriale

maria sapio

redazione

tiziana la marca

art director

enrica d'aguanno

impaginazione

francesca aletto

finito di stampare

luglio 2014

stampa e allestimento

poligrafica industriale, napoli

arte'm

è un marchio registrato

prismi

editrice politecnica napoli srl

certificazioni

qualità

ISO 9001: 2008

etica SA 8000: 2008

www.arte-m.net

stampato in italia

printed in italy

© copyright 2014 by

prismi

editrice politecnica napoli srl

tutti i diritti riservati

all rights reserved

università delle

liberetà

di napoli

attività

2014/2015

SOMMARIO

6	EDITORIALE	12	CONOSCERE E APPROFONDIRE	46	COSTRUIRE IL BENESSERE	70	L'ORGANIZZAZIONE
7	chi siamo	20	MUSICA, TEATRO, CANTO	49	LABORATORI DEL CORPO	71	REGOLAMENTO DEGLI ISCRITTI
8	corsi	24	LINGUE E CIVILTÀ STRANIERE	54	DANZA E BALLO	72	ELENCO INSEGNANTI
9	vantaggi ai soci	35	INFORMATICA E FOTOGRAFIA DIGITALE	57	LABORATORI	77	ELENCO CORSI
10	iscrizioni e quote corsi	41	ALIMENTAZIONE E CUCINA	64	TRANSITI		
11	altre informazioni						

EDITORIALE

Università delle LiberEtà di Napoli

Non è senza un certo orgoglio che la cooperativa delle LiberEtà di Napoli arriva dopo un intenso anno di lavoro ad annunciare e a presentare l'apertura a Napoli di un centro di *life long learning*: apprendimento permanente rivolto all'intera popolazione adulta urbana. E non si tratta tanto dell'orgoglio di chi, avendo speso energie e tempo, vede alla fine la propria idea concretizzarsi, quanto piuttosto della consapevolezza, e dell'augurio, che si tratti di un atto fondativo e di un passo, in una città come Napoli, foriero di futuro. Per due ordini di motivi. Innanzitutto perché raccoglie l'esigenza di una cittadinanza attiva, portatrice di una richiesta culturale che va ben al di là della titolarità dei percorsi istituzionali e che sa riconoscere l'importanza dei saperi cerniera con il mondo del lavoro. E, in secondo luogo, proprio perché il mondo del lavoro si trova oggi in una situazione tale da richiedere sempre più una capacità adattativa che sovente rischia di andare al di là delle possibilità psicologiche, economiche e di adattabilità professionale del singolo, di fatto lasciato solo di fronte a se stesso. È giustappunto a questo isolamento che l'Università delle LiberEtà intende dare una risposta che, come ogni risposta culturale, non può che essere quella di "situarci insieme", in un luogo in comune che sappia accogliere pluralità di mondi, di saperi, di passioni, di curiosità, di competenze e, soprattutto in vista di una dimensione europea, di bisogni culturali primari quali le lingue e i linguaggi tecnici e tecnologici. Saperi e passioni, insomma, dal cui intreccio ci auguriamo si generino e si liberino energie vitali per la nostra città, che sappiano convogliarsi e divenire motore sia di cambiamento sia di creatività sociale.

E che altro dovrebbe essere un'Università se non un luogo di

incontro tra generazioni in cui possano liberamente entrare in comunicazione e scambiare competenze?

In questo anno di preparazione e costruzione del progetto, abbiamo più volte potuto verificare quanto in fondo già sapevamo sulla ricchezza e generosità culturale della popolazione napoletana, e quando abbiamo cominciato a coinvolgere il gruppo docenti nel progetto di apprendimento permanente per adulti, il loro entusiasmo è stata una grande fonte d'incoraggiamento per la nostra scommessa che, ora sì, vediamo crescere di giorno in giorno con trasporto e entusiasmo sempre maggiori. Eppure sappiamo che si tratta solo del primo passo verso ciò cui vorremmo che l'intera città si proietti: non solo divenire modello di "città che apprende", *Learning City*, in linea con l'Europa, ma città che già sa e continui a *fare mondo* ben al di là dei localismi nei quali troppo spesso si tende a confinarla.

L'Università delle LiberEtà di Napoli nasce avendo scelto a riferimento l'omonima Università delle LiberEtà di Udine che, attraverso l'impegno diretto del suo presidente professoressa Pina Raso, ha coordinato la fase di progettazione dell'iniziativa di Napoli e reso disponibile il modello organizzativo-didattico e la denominazione originali, mettendo anche a disposizione lo staff delle LiberEtà di Udine.

.....

CHI SIAMO

L'Università delle LiberEtà di Napoli è una cooperativa, che si occupa di educazione permanente e formazione degli adulti. Per iscriversi è sufficiente presentare una domanda e pagare la quota relativa. Per frequentare i corsi non sono richiesti titoli di studio.

L'Università delle LiberEtà di Napoli si propone i seguenti obiettivi:
essere una risorsa culturale e formativa per l'intera comunità;
allargare gli orizzonti culturali, spaziando dalla cultura tradizionale a forme di saperi nuovi e alternativi;
innovare le metodologie didattiche, puntando sul dato che la modificabilità cognitiva è possibile in qualsiasi età;
diffondere, in Italia e in Europa, l'Educazione degli Adulti del sistema non formale.

L'Università delle LiberEtà organizza corsi nei seguenti settori:
conoscere e approfondire corsi teorici di cultura generale;
laboratori (artistici e artigianali), di impostazione pratico-operativa, per affinare la manualità e la creatività;
costruire il benessere, a carattere pratico-operativo, che non escludono una base teorica;
cucina, corsi di cucina regionale, nazionale ed etnica;
laboratori del corpo, comprendono tutti i corsi di attività motoria;
danza, ballo;
musica, teatro, canto;
lingue e civiltà straniere, europee ed extra-europee;
informatica dalle conoscenze di base all'uso dei pacchetti applicativi più diffusi: Word, Excel, Access, ecc. (corsi di tipo teorico-pratico);
transiti, corsi all'incrocio tra differenti discipline e saperi.

.....
CORSI

I corsi possono avere una durata annuale (25 lezioni), quadrimestrale (15 lezioni), bimestrali (8 lezioni) o di alcune settimane (corsi brevi, 4-6 lezioni), secondo i programmi stabiliti dagli insegnanti; le lezioni, della durata di una-tre ore ciascuna, secondo la tipologia, avranno cadenza settimanale, salvo alcuni

corsi per cui è richiesta una diversa organizzazione.
Gli insegnanti predispongono un programma di massima concordato con la direzione. Alcuni rilasciano un programma più dettagliato disponibile in segreteria.

È previsto, salvo casi specifici, un numero minimo di 10 iscritti. Nel caso in cui, all'inizio del corso, questo numero minimo non fosse raggiunto, i corsi quadrimestrali del primo quadrimestre saranno rinviati al secondo e quelli del secondo annullati. I corsi annuali saranno rinviati di un mese, alla fine del quale, se non si è ancora raggiunto il numero minimo, saranno annullati o, in via eccezionale, trasformati in quadrimestrali e rinviati al secondo quadrimestre. In ogni caso, prima di rinviare il corso, sarà tenuta la prima lezione, che sarà gratuita in caso di annullamento. È previsto anche un numero massimo, che dipende dalla tipologia del corso.

Per le lingue è ammesso, qualora il corso scelto si rivelasse non adeguato al livello del discente, trasferirsi ad altro di livello inferiore o superiore, previo accordo con l'insegnante e comunicazione in segreteria.

Talora è previsto l'uso di attrezzature speciali e di materiali specifici; l'Università delle LiberEtà si fa carico della spesa delle attrezzature ad uso collettivo e che rimangono all'interno della struttura. Il costo del materiale di uso individuale sarà a carico del corsista stesso, e non è compreso nella quota.


.....
VANTAGGI AI SOCI

- Sconti:
- Teatro Nuovo
 - Ristorante Pizzeria "Lombardi", via Benedetto Croce
 - Pizzeria "Trianon", via Pietro Colletta

- compilazione della dichiarazione dei redditi (mod. 730), servendosi di professionisti abilitati previo appuntamento presso la nostra sede.

.....
**ISCRIZIONI E
QUOTE CORSI**

Le iscrizioni si ricevono presso gli uffici dell'Istituto Montecalvario in via Portacarrese a Montecalvario, 69. Ci si può iscrivere a tutti i corsi che interessino e in qualunque momento. Con la tessera di iscrizione si acquisisce il diritto di frequentare un corso a scelta in omaggio tra i brevi.
info: tel 081404130; e-mail: libereta.napoli@gmail.com
Per il 2014/2015 le quote di iscrizione sono così fissate:

tessera associativa	€ 30,00
Corsi ordinari	
annuali (25 lezioni)	€ 100,00
bimestrali (8 lezioni)	€ 35,00
quadrimestrali (15 lezioni)	€ 70,00
brevi (4-6 lezioni)	€ 20,00
Spese accessorie corsi	
contributo attestato di frequenza	€ 3,00
Corsi speciali	
Questi corsi adottano un insegnamento individualizzato e, per questa ragione, prevedono un numero ridotto di iscritti. È previsto un programma studiato ad hoc, da svolgersi in un monte ore indicato accanto ad ogni singolo corso.	
Pianoforte (quadrimestrale, 22.5 h, max 8 iscritti)	€ 100,00
Cucina (4 lezioni, max 12 iscritti)	€ 50,00
Giardinaggio e orto urbano (annuale con quota mensile)	€ 40,00
Tutti i corsi della sezione  transiti	€ 40

**ALTRE
INFORMAZIONI**

Restituzione delle quote: la quota associativa non sarà in nessun caso restituita. I contributi per i corsi saranno restituiti solo per cause imputabili all'associazione. L'eventuale rimborso della quota corso deve essere richiesto entro dieci giorni. **Attestati di frequenza:** gli attestati di frequenza sono rilasciati su richiesta individuale ed espressamente motivata (per esempio, documenti da esibire al datore di lavoro o all'istituto scolastico per il credito formativo). Il corsista che lo richiede deve aver frequentato almeno il 70% delle lezioni.
Per motivi organizzativi non è garantito il rilascio di attestati relativi ad anni precedenti.

conoscere e approfondire

civiltà narrate: viaggio nelle culture e nelle religioni dei “nuovi” napoletani

DALLE ORIGINI DEL SIONISMO ALLE “PRIMAVERE ARABE”

Breve €20

a cura di Francesco Villano
07/10/2014 | Mart. 17.30-18.30

Un contributo alla conoscenza di ciò che ha caratterizzato le vicende storico-politiche – locali e globali – degli ultimi due secoli. Indispensabile per provare a capire una delle aree più turbolente del pianeta a noi così vicina.

L’ISLAM E LE SUE DIFFERENTI ARTICOLAZIONI

Breve €20

a cura di Francesco Villano
08/10/2014 | Merc. 18.30-19.30

Napoli ha sempre accolto con empatia tutti coloro che l’hanno scelta come dimora. Negli ultimi decenni è diventata luogo elettivo di permanenza di uomini e donne provenienti dal mondo arabo islamico. La conoscenza della loro religione è il primo indispensabile passo, per avvicinare e comprendere un mondo che ci è più vicino di quanto pensiamo.

RELIGIONI DELL’INDIA E DELL’ESTREMO ORIENTE

Breve €20

a cura di Francesco Villano
08/10/2014 | Mer. 19.00-20.00

Singalesi, indiani, cinesi, filippini: sono loro i “nuovi” napoletani. Conoscerli diventa allora importante, così come, per la costruzione di ponti di solidarietà e pace, risulta necessario approfondire gli universi religiosi e culturali da cui provengono i viaggiatori di questo millennio.

IL DIALOGO INTERRELIGIOSO

Breve €20

a cura di Francesco Villano
08/10/2014 | Merc. 20.00-21.00

Il Concilio Vaticano II ha ridato dignità agli altri percorsi sapienziali, inaugurando la stagione del dialogo interreligioso. Seguirne le origini e gli sviluppi ci porta a comprenderne l’estrema ricchezza e complessità.

il territorio

L'ARCHEOLOGIA AL TEMPO DEI BORBONE E LA SCOPERTA DELLE CITTÀ VESUVIANE

Breve €20

a cura di **Filippo Russo**
06/10/2014 | Lun. 19.00-20.00

La grande stagione delle ricerche archeologiche e delle iniziative culturali che, a partire da Carlo III, caratterizzarono il Regno borbonico, e che ebbero un ruolo decisivo nella cultura della civiltà europea. Una tappa fondamentale nella storia dell'archeologia moderna. Le esplorazioni delle città vesuviane e degli altri siti archeologici del Regno, il Museo nella Reggia di Portici e il Real Museo Borbonico di Napoli. Il percorso prevede una visita presso un'area archeologica e/o un museo.

VIAGGIO NELLA CAMPANIA ANTICA

Breve €20

a cura di **Filippo Russo**
06/10/2014 | Lun. 18.00-19.00

Un itinerario tra le genti che popolarono la Campania antica, nella fase precedente la romanizzazione del territorio. Tra testimonianze archeologiche e fonti letterarie: il

viaggio di Ulisse, la fondazione delle colonie greche, le comunità indigene e i grandi centri etruschi della Campania. Il percorso prevede una visita presso un'area archeologica e/o un museo della regione.

NAPOLI TRA ARCHEOLOGIA, MITO E RELIGIONE

Breve €20

a cura di **Daniela Puddu**
07/10/2014 | Mar. 12. 00-13.00

Parthenope, Neapolis, Napoli. Le testimonianze, i miti, i rituali e le loro rappresentazioni iconografiche, nella città antica. Alla ricerca dei retaggi pagani in una comunità fortemente cristiana. Il percorso prevede una visita presso un'area archeologica e/o un complesso museale.

ARCHEOLOGIA: UN'INDAGINE SUL PASSATO

Breve €20

a cura di **Daniela Puddu**
10/10/2014 | Ven. 19.30-20.30

Introduzione all'archeologia come indagine sul passato, attraverso le testimonianze materiali. Verranno poste le basi per analizzare le stratigrafie nei diversi contesti di abitato e necropoli, attraverso la lettura di reperti ceramici e

metallici, fossili, materiale malacologico, ossa. Il percorso prevede una visita presso un'area archeologica.

EGITTOMANIA

Breve €20

a cura di **Sharon Day**
09/10/2014 | Gio. 17.00-18.00

Un affascinante viaggio attraverso la storia, la religione, l'arte e la lingua di una civiltà antica e misteriosa. Alla scoperta degli aspetti sociali e culturali che l'hanno caratterizzata e che, giunti nel Sud dell'Italia in epoca romana, ne hanno influenzato gli usi e i costumi, dando l'avvio a un particolare gusto per le "cose egiziane" e a un interesse irresistibile verso quei rituali magico-religiosi che diventarono fonte di ispirazione in molti ambienti esoterici della Napoli Rinascimentale.

NAPOLI TRA PIENI E VUOTI: IL DIVENIRE DELLA FORMA URBANA

Breve €20

a cura di **Ciro Curcio**
06/10/2014 | Lun. 20.00-21.00

Un'analisi che parte da Neapolis, momento fondativo "greco" della città, e ne attraversa l'evoluzione fino ai nostri

giorni. Il percorso proposto analizza il Centro Storico di Napoli. Si racconta l'evoluzione della città, riducendo all'essenziale l'interpretazione della forma urbana. Si guarda alla geografia, agli elementi infrastrutturali, ai grandi monumenti che ne influenzano la struttura, ai tessuti edilizi e ai grandi vuoti, e se ne individuano le relazioni, nei rapporti di continuità e discontinuità. Il percorso prevede un itinerario nel Centro Storico.

UN "BIZZARRO PIANETA" SOTTO IL VESUVIO: I QUARTIERI SPAGNOLI, ESSENZA DI UN'INTERA CITTÀ

Breve €20

a cura di **Marisa Bennici**
06/10/2014 | Lun. 12.00-13.00

Ricognizione storica e considerazioni sull'insediamento e sulla popolazione dei Quartieri Spagnoli. Come nel tempo sono divenuti sintesi ed essenza – nel bene e nel male – della città di Napoli. Il percorso prevede un'escursione nei quartieri, tra vicoli e monumenti.

QUATTRO PASSI IN CITTÀ: STORIE POCO NOTE DA ATTRAVERSARE

Breve €20

a cura di **Maria Grazia Gravina**
09/10/2014 | Gio. 14.00-15.00

C'è una Napoli di fonti storiche a "cielo aperto", fatta di piperno e tufo, tutta da esplorare, interrogare e attraversare mediante passeggiate di apprendimento interattivo. Il corso si divide tra lezioni in classe e uscite concordate in orario diverso da quello del corso. Meta della prima visita è il complesso di locali e cortili che si schiudono a ridosso della Chiesa di S. Caterina a Formello. Le vicende del complesso partono dall'incameramento dei beni del monastero nel decennio francese Bonaparte-Murat (1806/1815), per passare poi alla concessione all'imprenditore Raffaele Sava che vi impianta il Lanificio, beneficiando di importanti "incoraggiamenti regi": dalla gratuità dei locali, al bassissimo costo della manodopera composta da delinquenti, detenuti politici e serraglielle, le ragazze traviate: ragazze madri o prostitute, ospiti dell'Albergo dei Poveri, non a caso noto nell'uso popolare come Reclusorio o Serraglio e meta della seconda visita.

LE ACCADEMIE DI "LIBERO PENSIERO" A NAPOLI

Breve €20

a cura di **Maria Grazia Gravina**
09/10/2014 | Gio. 15.00-16.00

Una mappatura della fervente vita culturale del periodo aragonese e del periodo dei Lumi, attraverso la ricostruzione della storia delle principali accademie, "centri di libero pensiero", sorte a Napoli, tra le quali le più celebri sono l'Accademia Alfonsina, poi Pontaniana, e l'Accademia dei Lincei. Il percorso prevede lezioni in classe e itinerari in città da concordare, in orario diverso da quello del corso.

ANTIQUARIATO: LA RICERCA DEL BELLO

Breve €20

a cura di **Mario Scippa**
07/10/2014 | Mar. 18.30-19.30

Una panoramica sulla storia dell'arte e dell'architettura, tra Barocco e fine Ottocento, con particolare attenzione agli stili dell'arredamento e dei complementi di arredo. Si leggerà l'oggetto di arredo, analizzandone le tecniche costruttive e individuandone il luogo di provenienza. Si esamineranno quegli elementi che ne accertano l'autenticità come "oggetto antico", o lo connotano come "oggetto falso".

Si propone l'analisi dal vivo di oggetti antichi e un sopralluogo in un museo o in una galleria antiquaria.

BIRD-WATCHING URBANO: COLORI E SUONI DEGLI UCCELLI SELVATICI IN LIBERTÀ

Breve €20

a cura di **Maurizio Frassinetti**
09/10/2014 | Gio. 20.00-21.00

La pratica del *bird-watching* è facile e divertente: sono sufficienti un binocolo, una guida al riconoscimento degli uccelli e buona volontà. L'osservazione di uccelli selvatici in libertà sta riscuotendo sempre più successo in Italia. Nelle città vivono molte specie di uccelli selvatici e la nostra è una tra le città italiane in cui più intensa risulta l'attività di ricerca ornitologica sulla colonizzazione da parte delle specie selvatiche. Solo a Napoli nidificano 60 diverse specie, mentre 76 vi trascorrono l'inverno. L'educazione al bird-watching permette di entrare in contatto, e riconoscere l'incredibile biodiversità degli uccelli selvatici, fatta di colori e suoni, che spesso non riusciamo a percepire, e contempla progetti di monitoraggio che coinvolgono i cittadini nel censimento delle specie. Il percorso prevede almeno un'uscita sul campo per esercitarsi nella pratica.

DAI LAPILLI ALLE COSTELLAZIONI: I VULCANI DEL COMPLESSO SOMMA-VESUVIO

Breve €20

a cura di **Daniilo Blaquier**
10/10/2014 | Ven. 18.30-19.30

Il complesso Somma-Vesuvio è composto da un antichissimo vulcano ormai spento, il Monte Somma appunto, entro la cui caldera si erge il vulcano attivo più noto del Mondo, il Vesuvio. Un viaggio nei vulcani, che si snoda tra fiumi di lava, magma e lapilli, attraversando tematiche ambientali, mitologiche, percettive e astronomiche. Storie e leggende della "Montagna". Il percorso incrocia ed esplora il sentiero della "Valle dell'inferno" e il Museo Astronomico di Capodimonte.

altri percorsi

A CHE SERVE LA FILOSOFIA?

Breve €20

a cura di **Mariagrazia Gravina**
09/10/2014 | Gio. 16.00-17.00

Un percorso su i quattro affetti fondamentali: gioia, tristezza, odio, amore. Quattro conversazioni "filosofiche" su quattro parole chiave.

LEGGERE CREA INDIPENDENZA

Breve €20

a cura di **Grazia Ferrajoli**

09/10/2014 | Gio. 19.00-20.00

Le tecniche della lettura espressiva, per assaporare le molteplici potenzialità di un testo. Il gusto della lettura, per esplorare l'immaginario, il proprio e l'altrui mondo interiore. Esercitazioni e letture di brani attraverso cui si riconosceranno nelle parole, ma anche nei segni d'interpunzione, stimoli sensoriali, emotivi e tanto altro.

.....

LA LETTURA ATTRAVERSO UN GESTO D'AMORE: COME LEGGERE PER UN BAMBINO

Breve €20

a cura di **Grazia Ferrajoli**

07/10/2014 | Mar. 11.00-12.00

La lettura espressiva per chi è genitore, nonno, educatore. E per chiunque voglia trasmettere al bambino il gusto della lettura, aprendo le parentesi dell'immaginario e della fantasia, attraverso giochi e divertenti esercitazioni. Per entrare nei personaggi e nelle loro storie.

SCRITTURA EFFICACE: COME SCRIVERE IN MANIERA CONVINCENTE NELLE SITUAZIONI QUOTIDIANE E LAVORATIVE

Breve €20

a cura di **Grazia Ferrajoli**

09/10/2014 | Gio. 18.00-19.00

Corso di scrittura pratica per affrontare e risolvere, con disinvoltura e competenza, piccoli e grandi problemi di vita quotidiana. Scrivere un curriculum, un fax, una lettera all'amministratore di condominio o a un ente pubblico.

.....

COMUNICARE CON LA LINGUA ITALIANA DEI SEGNI (LIS)

Breve €20

a cura di **Maddalena Abbate**

08/10/2014 | Mer. 11.00-12.00

Viaggio nell'affascinante mondo della lingua dei sordi. Un percorso di scoperta di storia, cultura e Lingua dei Segni. Incontri aperti a chiunque lo desideri, nei quali imparare a dialogare con persone sorde e a frequentare la loro comunità. Incontri e conversazioni con sordomuti.

PREVENIRE I CONFLITTI: MEDIAZIONE CIVILE E COMMERCIALE

Breve €20

a cura di **Hèlène Fromont**

06/10/2014 | Lun. 10.00-11.00

La vita di oggi è decisamente conflittuale. Assistiamo sempre più a un abbassamento della soglia di tolleranza. Viviamo una vita più stressante di quella di un tempo. E il tutto si trasforma in aumento di liti. Cosa fare? Adottare un "nuovo modo di pensare, per comporre le liti". Mediare per stare meglio.

.....

CINEMATOGRAFIA, DINAMICHE RELAZIONALI E COMUNICATIVE

Bimestrale €30

a cura di **Danilo Blaquier**

10/10/2014 | Ven. 17.30-18.30

Dalle scene dei film di Lynch, Kubrick, Inarritu, Van Sant, Garrone e Haneke, alla comunicazione, alla psicologia e alla psicoterapia sistemica. Un *brain-storming* sulle modalità comunicative e relazionali messe in campo dai protagonisti dei film. E insieme una riflessione di gruppo, condizionata dai mondi e dagli immaginari di ciascuno dei presenti. Ma anche chiarificatrice rispetto a ciò che le teorie della comunicazione, della psicologia e della psicoterapia sistemica ci suggeriscono.

musica, teatro, canto

LA CANZONE NAPOLETANA: DAL CLASSICO AL RAP

Quadrimestrale €70

a cura di Massimo Mollo

09/10/2014 | Gio. 18.00-19.00

Percorso di introduzione alla conoscenza e al canto della canzone napoletana – antica e moderna – e del canto tradizionale di origine contadina. Cenni storici, ascolto, esecuzione e approfondimento delle tecniche interpretative: dal classico al rap, dal canto singolo al canto collettivo.

.....

CHITARRA 1: PRINCIPIANTI

Quadrimestrale €70

a cura di Francesco Sansalone

07/10/2014 | Mar. 18.30-19.30

Il corso è rivolto a chi si accosta per la prima volta allo studio della chitarra. Verranno analizzati i principali accordi in posizione aperta, gli accompagnamenti basilari e i primi giri armonici. Nozioni sulla Tablatura. È necessario essere in possesso di una chitarra acustica o classica.

CHITARRA 2 (INTERMEDIO)

Quadrimestrale €70

a cura di Francesco Sansalone

07/10/2014 | Mar. 19.30-20.30

Laboratorio dedicato a chiunque voglia approfondire lo studio della chitarra. Verranno studiati i principali accordi in barrè, accompagnamenti articolati e si affronteranno le prime improvvisazioni su scala pentatonica. Prerequisito: essere in possesso di una chitarra acustica o classica, buona conoscenza degli accordi in posizione aperta.

.....

CHITARRA BLUES

Quadrimestrale €70

a cura di Francesco Sansalone

07/10/2014 | Mar. 20.30-21.30

Viaggio nel mondo della musica afroamericana per eccellenza: il Blues. Attraverso l'apprendimento di tecniche e stili chitarristici di musicisti che ne hanno fatto la storia. Il Blues acustico ed il fingerpicking.

PIANOFORTE

Quadrimestrale €100

a cura di **Martina Mollo**

06/10/2014 | Lun. 17.00-18.00

Armonia, lettura, ritmo... attraverso il pianoforte. Il pianoforte è lo strumento che più di ogni altro permette di visualizzare l'armonia e di semplificare l'approccio alla musica, rendendolo divertente e stimolante. Il percorso si svolgerà in maniera collettiva e individuale. Obiettivo del corso è suonare al pianoforte qualsiasi tipo di brano, anche accompagnato dalla voce, e comporre musica seguendo ciascuno la propria immaginazione.

.....

"UNO PER TUTTI, TUTTI PER UNO": NEL RITMO DELLE PERCUSSIONI

Quadrimestrale €70

a cura di **Otello Maticena**

10/10/2014 | Ven. 18.30-19.30

Teoria e pratica delle percussioni. Un laboratorio che comprende e vive il ritmo come elemento aggregante attraverso gli strumenti, anche i più vari. *Mission*: "suonare in una *ensemble* ritmica".

IL CAMMINO DELL'ATTORE

Quadrimestrale €70

a cura di **Roberto Errigo**

06/10/2014 | Lun. 21.00-22.00

Timbro e volume, fonazione e rafforzamento della voce. Corpo e gestualità, interazione e comunicazione con il gruppo, monologo. Nozioni fondamentali di lettura interpretativa, caratterizzazione, improvvisazione e recitazione.

.....

INTERPRETARE CHE PASSIONE

Bimestrale €35

a cura di **Adriana Carli**

10/10/2014 | Ven. 16.30-17.30

Il percorso si propone di approfondire la dizione italiana attraverso la lettura di classici. Si approfondiranno diversi modi di interpretare i brani, imparando a usare i giusti fiati tra le parole e, in modo adeguato, i toni bassi e alti della propria voce.

E' PAROLE DE' CANZONE

Bimestrale €35

a cura di **Mario Scippa**

07/10/2014 | Mar. 17.30-18.30

Un viaggio nel potere evocativo delle parole delle canzoni della grande tradizione napoletana. Una ricerca per comprendere i testi, le sfumature e i significati. Un percorso d'ispirazione per costruire versi, per creare e declamare un testo.

.....

IL GIOCO DEL TEATRO

Quadrimestrale €70

a cura di **Rita Esposito**

06/10/2014 | Lun. 20.00-21.00

Laboratorio in cui mettersi alla prova, sperimentarsi e divertirsi, imparando il serio gioco del teatro.

.....

NARRAZIONE E RACCONTO

Quadrimestrale €70

a cura di **Liuba Scudieri**

06/10/2014 | Lun. 19.00-20.00

Cos'è una storia? Imparare a raccontare a partire da un oggetto personale, da una fotografia, da un ricordo. Imparare a narrare una fiaba. Imparare a raccontare un fatto reale. Raccontare a coppie e

poi in gruppo. Raccontare da soli. Trovare modi diversi e divertenti di raccontare: utilizzando la voce, il ritmo, l'intonazione, il gesto e la musica (useremo brani di musica registrata), e anche il canto o uno strumento per chi sa suonare.

.....

LABORATORIO DI POESIA E TEATRO IN LINGUA FRANCESE

Quadrimestrale €70

a cura di **Liuba Scudieri**

06/10/2014 | Lun. 18.00-19.00

Lettura, interpretazione di testi teatrali e di poesie della letteratura francese. I grandi poeti e autori teatrali del Novecento. Dalla pronuncia all'interpretazione: la fluidità nella lingua. Piccole scene teatrali. Improvvisazioni a partire da testi letti insieme.

lingue e civiltà straniere

Tutti i corsi di lingue sono a numero chiuso e con massimo 20 partecipanti (compresi quelli di conversazione). La durata delle singole lezioni è di 90 minuti. Si precisa che i corsi annuali di lingue sono di 25 lezioni.

Per frequentare un corso di conversazione è necessario essere già in possesso delle strutture grammaticali fondamentali. Nei corsi di conversazione verranno presi in esame letture, video o esercizi atti a stimolare le abilità orali.

I numeri accanto al nome della lingua indicano i livelli.

I programmi di massima, esposti nelle pagine seguenti, sono indicativi; a seconda dell'insegnante (e del gruppo classe) ci possono essere delle lievi variazioni: ulteriori spiegazioni possono essere richieste all'atto dell'iscrizione.

La frequenza di un corso porta al raggiungimento di una competenza linguistica codificata dal Consiglio d'Europa in livelli A, B e C (illustrati nella pagina seguente). Se, nell'arco del primo mese, il corso scelto si rivelasse non adeguato al livello del discente, è possibile trasferirsi ad un altro di livello superiore o inferiore, previo accordo con l'insegnante e con la segreteria.

Le principali caratteristiche di questi corsi sono:

numero massimo di iscritti: 20 (minimo 10 per l'attivazione);

lezioni rigorosamente in lingua; programma specifico.

I corsi annuali di lingue straniere inizieranno la prima settimana di dicembre.

PRECORSI

8 lezioni (ottobre-novembre) in preparazione del corso annuale.

1) principianti: per creare le basi e

facilitare l'apprendimento della lingua;

2) livelli successivi: ripasso degli argomenti trattati negli anni precedenti,

funzionale sia a rinfrescare le

conoscenze sia a omogeneizzare la

classe facilitando l'inserimento di nuovi iscritti.

L'iscrizione al precorso bimestrale non è obbligatoria, ma è caldamente suggerita.

Livello del corso		livello di competenza linguistica	
▪ livello 1	principianti assoluti	livello elementare	A1
▪ livello 2	falsi principianti		A2
▪ livello 3	pre-intermedio	livello intermedio	A2/B1
▪ livello 4	intermedio		B1
▪ livello 4 superiore	intermedio superiore		B1/B2
▪ livello avanzato		livello avanzato	C1/C2
▪ conversazione 1° livello	livello intermedio		B1
▪ conversazione 2° livello	livello avanzato		B2/C1

INGLESE 1

Annuale €100.00

Precorso bimestrale €35.00

a cura di Lucia Cinquegrana

Precorso bimestrale dal 06/10/2014

Lun. 10.00-11.30

Corso annuale dal 01/12/2014

Lun. 10.00-11.30

a cura di Brunella Furfaro

Precorso bimestrale dal 08/10/2014

Mer. 16.30-18.00

Corso annuale dal 03/12/2014

Mer. 16.30-18.00

a cura di Daniela Puddu

Precorso bimestrale dal 07/10/2014

Mar. 9.00-10.30

Corso annuale dal 02/12/2014

Mar. 9.00-10.30

a cura di Annalisa Barone

Precorso bimestrale dal 09/10/2014

Gio. 13.00-14.30

Corso annuale dal 04/12/2014

Gio. 13.00-14.30

Dedicato a chi intende appropriarsi delle basi della lingua inglese. Il corso ha l'obiettivo di raggiungere, attraverso lo studio delle strutture grammaticali più semplici, una competenza comunicativa di base corrispondente al livello A1. Si imparerà a formare le prime frasi per descrivere se stessi, la propria famiglia, il luogo dove si abita, gli interessi, gli hobby.

INGLESE 2

Annuale €100.00

Precorso bimestrale €35.00

a cura di Annalisa Barone

Precorso bimestrale dal 07/10/2014

Mar. 10.30-12.00

Corso annuale 02/12/2014

Mar. 10.30-12.00

Indicato a chi possiede una conoscenza elementare dell'inglese e vuole potenziarne le competenze, per progredire nella lingua parlata e scritta. Il corso si propone di insegnare costrutti grammaticali di livello A2 quali gli aggettivi qualificativi, gli avverbi di quantità, le parole composte con "some" e "any", le forme progressive del passato del presente e del passato, e i costrutti grammaticali per offrire e suggerire in lingua inglese. Per parteciparvi è sufficiente conoscere i pronomi personali soggetto e oggetto, il presente semplice e progressivo e il passato semplice.

INGLESE 3

Annuale €100.00

Precorso bimestrale €35.00

a cura di Annalisa Barone

Precorso bimestrale dal 08/10/2014

Mer. 16.30-18.00

Corso annuale dal 03/12/2014

Mer. 16.30-18.00

Rivolto a chi intende migliorare la propria conoscenza della lingua inglese, per sostenere una conversazione di medio livello, consolidando il livello di competenza linguistica intermedio e progredendo verso il livello intermedio superiore. Si approfondiranno in particolare: i tempi verbali (passati, futuri e condizionali), tutte le forme dei sostituti del futuro semplice, le strutture grammaticali di difficoltà gradualmente crescente (*conditionals, might/should, possessives, reflexive pronouns, modals, look like, phrasal verbs, reported speech* etc.). Prerequisiti: conoscenza delle basi grammaticali della lingua, dei tempi *present simple* e del *present continuous*, del *past simple* e *past continuous*, dei *future forms, present perfect with for/since*, dei comparativi e superlativi, e delle espressioni idiomatiche più comuni.

INGLESE 4

Annuale €100.00

Precorso bimestrale €35.00

a cura di Annalisa Barone

Precorso bimestrale dal 09/10/2014

Gio. 14.30-16.00

Corso annuale 04/12/2014

Gio. 14.30-16.00

Esercizi scritti e orali per migliorare le proprie competenze sull'uso dei giusti tempi grammaticali, soprattutto i passati. Ci si dedicherà inoltre allo studio del gerundio e dei vari composti per esprimerlo (con aggettivo, verbo, preposizione). Verrà fornito l'insegnamento della differenziazione delle *time clauses*, al fine di saper formulare frasi o periodi cronologicamente corretti. Prerequisiti: livello di competenza linguistica intermedio (conoscenza di *present simple, continuous, perfect, simple past, modals, future forms, past perfect and continuous e present perfect continuous*).

INGLESE CONVERSAZIONE 1

Quadrimestrale €70.00

a cura di **Annalisa Barone**

Dal 06/10/2014 | Lun. 15.00-16.30

Per avviare alla conversazione coloro che si avvicinano per la prima volta alla lingua parlata. Il corso è consigliato a chi è già in possesso delle strutture grammaticali fondamentali della lingua, pari a un livello falsi principianti (A2). Il programma si basa su conversazioni facili e guidate per potersi esprimere in viaggio ed in contesti di vita quotidiana.

INGLESE CONVERSAZIONE 2

Quadrimestrale €70.00

a cura di **Annalisa Barone**

Dal 07/10/2014 | Mar. 15.00-16.30

Lecture sulla cultura e le tradizioni inglesi e americane; articoli giornalistici semplici su avvenimenti quotidiani, locali e internazionali; brani, racconti e real life stories da comprendere e commentare; dibattiti e lavori di gruppo; role-plays e quiz, etc.
L'obiettivo è imparare a esprimersi liberamente e correttamente nelle varie situazioni di vita quotidiana e su questioni di rilevanza sociale.

"VISUAL AND LANGUAGE": LABORATORIO PITTORICO IN LINGUA INGLESE

Bimestrale €35.00

a cura di **Celesta Bufano**

Dal 06/10/2014 | Lun. 16.00-17.00

Dal 02/02/2015 | Lun. 16.00-17.00

Il corso svolgerà il lavoro didattico pittorico in lingua inglese, attraverso una conversazione artistica che esplora la pittura e ne analizza le tecniche. Il percorso favorisce e valorizza l'apprendimento innato della lingua grazie all'intensità del contatto con la propria creatività. Il laboratorio prevede momenti itineranti di visita a mostre e musei storici, accompagnati dai materiali per dipingere.

INGLESE DA VIAGGIO

Bimestrale €35.00

a cura di **Ludovica Caniparoli**

Dal 06/10/2014 | Lun. 11.30-13.00

Dal 02/02/2015 | Lun. 11.30-13.00

Dedicato a chi desidera cominciare a comunicare in situazioni pratiche: ricerche *on-line* di trasporti; scrivere *e-mail* o telefonare; frasario minimo in aeroporto, stazione, museo, albergo, ristorante. A fine corso ognuno avrà redatto un pratico vademecum di "sopravvivenza linguistica" da tenere sempre con sé insieme al passaporto.

INGLESE PER TURISTI

"FAI DA TE"

Bimestrale €35.00

a cura di **Donatella Grillo**

Dal 06/10/2014 | Lun. 16.30-18.00

Dal 02/02/2015 | Lun. 16.30-18.00

Un corso pensato per i viaggiatori, volto all'acquisizione delle competenze fondamentali per affrontare le situazioni più comuni durante un viaggio all'estero (aeroporto, stazione, hotel, ristorante, ecc). Oltre ai dialoghi e alle conversazioni, si affronterà lo studio di funzioni comunicative fondamentali, da adattare poi alle singole esigenze di ciascun turista.

ENGLISH SONGS

Bimestrale €35.00

a cura di **Donatella Grillo**

Dal 07/10/2014 | Mar. 16.30-18.00

Dal 03/02/2015 | Mar. 16.30-18.00

Un percorso per rompere il ghiaccio con l'inglese e acquisirne le basi del lessico, le strutture grammaticali e una pronuncia corretta. In maniera rilassata e divertente attraverso l'ascolto e il canto informale delle più belle canzoni del repertorio classico inglese e americano degli ultimi decenni.

ENGLISH MOVIES: RASSEGNA DI FILM IN INGLESE (CINEFORUM)

Bimestrale €35.00

a cura di **Annalisa Barone**

Dal 06/02/2015 | Ven. 17.30-19.30

Dal 03/04/2015 | Ven. 17.30-19.30

Un modo nuovo e piacevole per apprendere il linguaggio parlato inglese e americano, al fine di saperne distinguere le varietà geolinguistiche. Il percorso propone visione e commento di film in lingua.

FRANCESE 1. LEGGERE E PARLARE FRANCESE-LINGUA E LETTERATURA

Annuale €100.00

Precorso bimestrale €35.00

a cura di **Marie-Thérèse Sitzia**

Precorso bimestrale dal 08/10/2014

Mer. 15.00-16.30

Corso annuale dal 03/12/2014

Mer. 15.00-16.30

Il corso fonda la sua didattica su un metodo che sviluppa un approccio comunicativo alla lingua attraverso l'ascolto di musica, la visione di film e la lettura di poesie. Una scoperta accattivante e stimolante delle realtà linguistiche e culturali del francese. Dedicato a adulti e adolescenti inesperti o alla prima esperienza, che desiderano appropriarsi delle basi della lingua francese.

FRANCESE LIVELLO BASE DI LINGUA E CULTURA

Annuale €100.00

Precorso bimestrale €35.00

a cura di Liuba Scudieri

Precorso bimestrale dal 10/10/2014

Ven. 19.30-21.30

Corso annuale dal 05/12/2014

Ven. 19.30-21.30

Elementi di base di grammatica francese. Conversazione: dialoghi tratti dalla vita quotidiana, cosa è importante sapere per viaggiare. Cultura francese: visione di film, ascolto di musica.

.....

FRANCESE 2. LEGGERE E PARLARE FRANCESE-LINGUA E LETTERATURA

Annuale €100.00

Precorso bimestrale €35.00

a cura di Marie-Thérèse Sitzia

Precorso bimestrale dal 09/10/2014

Gio. 11.30-13.00

Corso annuale dal 04/12/2014

Gio. 11.30-13.00

Parlare, leggere e scrivere la lingua francese, distinguere la lingua parlata da quella scritta, la lingua francese dalle lingue francofone. Attraverso l'utilizzo di supporti audio, video e della letteratura, verranno approfondite le strutture grammaticali, sintattiche e fonetiche della lingua francese. Destinato a adulti

e adolescenti che già possiedono una conoscenza elementare del francese, desiderosi di potenziarne le competenze.

.....

FRANCESE 3. LEGGERE E PARLARE FRANCESE-LINGUA E LETTERATURA

Annuale €100.00

Precorso bimestrale €35.00

a cura di Marie-Thérèse Sitzia

Precorso bimestrale dal 10/10/2014

Ven. 15.30-17.00

Corso annuale dal 05/12/2014

Ven. 15.30-17.00

Le cours propose aux élèves des activités multiples et variées leur offrant la possibilité de s'exprimer aussi fréquemment que possible, d'autre part et surtout leur en donner les moyens linguistiques. Le but que nous nous sommes assigné n'est certainement pas de faire naître dans nos classes des poètes mais d'éveiller nos élèves à cette forme particulière d'expression, pour permettre aux élèves d'écrire à leur gré, de lire, de dire et d'apprendre des poèmes.

FRANCESE CONVERSAZIONE

Annuale €100.00

a cura di Marie-Thérèse Sitzia

Dal 06/10/2014 | Gio. 13.30-15.00

Strutture linguistiche (fonetica, ritmo, intonazione, lessico), per imparare a esprimersi in modo chiaro e naturale e a interagire nelle situazioni semplici della vita quotidiana (fare conoscenza, chiedere e fornire informazioni). Nel secondo quadrimestre i corsisti impareranno a interagire con situazioni più complesse (raccontare le proprie esperienze, commentare brevi articoli di giornali).

.....

LABORATORIO DI POESIA E TEATRO IN LINGUA FRANCESE

Quadrimestrale €70.00

a cura di Liuba Scudieri

Dal 06/10/2014 | un. 18.00-19.00

Lettura, interpretazione di testi teatrali e di poesie della letteratura francese. I grandi poeti e autori teatrali del Novecento. Dalla pronuncia all'interpretazione: la fluidità nella lingua. Piccole scene teatrali. Improvvisazioni a partire da testi letti insieme.

TEDESCO 1

Annuale €100.00

Precorso Bimestrale €35

a cura di Annalisa Barone

Precorso bimestrale dal 08/10/2014

Mer. 14.30-16.00

Corso annuale dal 03/12/2014

Mer. 14.30-16.00

a cura di Claudia Moeller

Precorso bimestrale dal 06/10/2014

Lun. 18.00-19.30

Corso annuale dal 01/12/2014

Lun. 18.00-19.30

Attraverso l'apprendimento delle regole grammaticali di base, i partecipanti saranno in grado di formulare semplici frasi e di districarsi in varie situazioni quotidiane. Per principianti assoluti.

TEDESCO 2

Annuale €100.00

Precorso bimestrale €35

a cura di Annalisa Barone

Precorso bimestrale dal 10/10/2014

Mar. 12.00-13.30

Corso annuale dal 02/12/2014

Mar. 12.00-13.30

a cura di Claudia Moeller

Precorso bimestrale dal 06/10/2014

Lun. 19.30-21.00

Corso annuale dal 01/12/2014

Lun. 19.30-21.00

Si arriverà a consolidare il livello di competenza linguistica A1. Attraverso il coinvolgimento attivo dei partecipanti il percorso didattico consentirà di dare e ricevere informazioni di base relativamente alla persona e alla famiglia, e di comprendere informazioni in contesti legati a esigenze quotidiane. Prerequisiti: numeri, domande W, singolari e plurali, articoli determinativi e indeterminativi, verbi separabili e inseparabili, casi nominativo e accusativo.

.....

TEDESCO 3

Annuale €100.00

Precorso bimestrale €35

a cura di Claudia Moeller

Precorso bimestrale dal 07/10/2014

Mar. 18.00-19.30

Corso annuale dal 02/12/2014

Mar. 18.00-19.30

Partendo da una conoscenza pregressa di base, attraverso esercizi orali, scritti e piccole conversazioni in contesti legati alla vita quotidiana si arriverà a sviluppare le competenze del livello A2 (i 4 casi, preposizioni con dativo e accusativo, aggettivi e pronomi possessivi, modali, ecc.).

.....

TEDESCO 4

Annuale €100.00

Precorso bimestrale €35

a cura di Claudia Moeller

Precorso bimestrale dal 07/10/2014

Mar. 19.30-21.00

Corso annuale dal 02/12/2014

Mar. 19.30-21.00

Esercizi orali, scritti e conversazioni in diversi contesti comunicativi abbinati allo sviluppo di strutture grammaticali di difficoltà graduale per giungere a un livello di competenza linguistica B1 (livello intermedio superiore). Prerequisiti: essere in possesso di un livello di competenza linguistica A2 (livello intermedio).

TEDESCO CONVERSAZIONE

Quadrimestrale €70.00

a cura di Annalisa Barone

Dal 10/10/2014 | Ven. 14.00-15.30

Apprendimento del lessico necessario per permettere allo studente di salutare, presentarsi, descrivere e descriversi in lingua tedesca. Sono previsti lavori di gruppo e *roleplay* per simulare semplici contesti di vita quotidiana (ordinare al ristorante, parlare al telefono, prenotare un viaggio) per stimolare lo studente a utilizzare gli strumenti comunicativi e grammaticali appresi e ad acquisire scioltezza nel linguaggio.

.....

SPAGNOLO 1

Annuale €100.00

Precorso bimestrale €35

a cura di M. Soledad Garcia Martin-Sauceda

Precorso bimestrale dal 08/10/2014

Mer. 18.00-19.30

Corso annuale dal 03/12/2014

Mer. 18.00-19.30

a cura di Maria Concetta Capuano

Precorso bimestrale dal 06/10/2014

Lun. 13.00-14.30

Corso annuale dal 01/12/2014

Lun. 13.00-14.30

Tempi verbali: presente indicativo *regular* e *irregular*; differenza tra *ser* e *estar*; *gerundio*, *préterito perfecto*, *futuro simple*

y compuesto. Le strutture fondamentali della lingua spagnola per gestire situazioni di vita quotidiana in diversi contesti.

.....

SPAGNOLO 2

Annuale €100.00

Precorso bimestrale €35

a cura di Maria Concetta Capuano

Precorso bimestrale dal 07/10/2014

Mar. 13.30-15.00

Corso annuale 02/12/2014

Mar. 13.30-15.00

a cura di M. Soledad Garcia-Martin Saucedo

Precorso bimestrale dal 10/10/2014

Ven. 20.00-21.30

Corso annuale dal 05/12/2014

Ven. 20.30-21.30

Corso rivolto a coloro che hanno già frequentato un corso di spagnolo o hanno semplici conoscenze della lingua. Si partirà da argomenti come: *préterito perfecto*, *preterito indefinido*, aggettivi e pronomi possessivi e dimostrativi, facili conversazioni. Ascolto di canzoni e visione di film in lingua.

SPAGNOLO 3

Annuale €100.00

Precorso bimestrale €35

a cura di **Maria Concetta Capuano**

Precorso bimestrale dal 09/10/2014

Gio. 18.00-19.30

Corso annuale dal 04/12/2014

Gio. 18.00-19.30

a cura di **M .Soledad Garcia-Martin Saucedo**

Precorso bimestrale dal 10/10/2014

Mer. 19.30-21.00

Corso annuale dal 03/12/2014

Mer. 19.30-21.00

Es aconsejable, para inscribirse y frecuentar este curso, tener un conocimiento básico de la gramática castellana. Está previsto un repaso de SER/ESTAR, de algunas perífrasis verbales y de los cuatro pasados ya vistos en el 2 nivel para luego continuar con nuevos argumentos que nos llevarán a adquirir un Nivel de Competencia Lingüística B2 del cuadro de referencia europeo.

CINESE 1

Quadrimestrale €70.00

a cura di **Annamaria Aulicino**

Dal 10/10/2014 | Ven. 18.00-19.30

Corso base per principianti assoluti. Parte grammaticale: pinyin, toni, caratteri (struttura, ordine dei tratti), uso del vocabolario, tempo presente / passato / futuro, aggettivi, avverbi, particelle modali, classificatori.

ITALIANO DI SOPRAVVIVENZA

Bimestrale €35.00

a cura di **Liuba Scudieri**

Dal 10/10/2014 Ven. 15.30-17.00

Dal 06/02/2015 Ven. 15.30-17.00

Dedicato a chi è appena arrivato e desidera imparare o migliorare la lingua italiana. Per consentire un livello base e una comunicazione efficace, utile nelle esperienze più comuni: pronuncia, norme grammaticali e sintattiche basilari, lessico più ricorrente nella vita quotidiana.

ITALIANO. LIVELLO

INTERMEDIO/AVANZATO

Bimestrale €35.00

a cura di **Liuba Scudieri**

Dal 10/10/2014 | Ven. 17.00-18.30

Dal 06/02/2015 | Ven. 17.00-18.30

Elementi di grammatica italiana. Costruire un racconto del proprio percorso personale e professionale. Presentarsi e sostenere un colloquio di lavoro. Scrivere correttamente.

informatica e fotografia digitale

ALFABETIZZAZIONE INFORMATICA

Quadrimestrale €70

a cura di **Francesca Parisi**

Dal 09/10/2014 | Gio. 16.00-18.00

Dal 05/02/2015 | Gio. 16.00-18.00

Per chi desidera acquisire dimestichezza con il computer e poter operare in sicurezza e autonomia. Si impara a riconoscerne parti e funzioni, creare documenti, gestire immagini di fotocamera digitale. Primo utilizzo di Internet.

INFORMATICA E INTERNET

Quadrimestrale €70

a cura di **Francesca Parisi**

Dal 09/10/2014 | Gio. 18.00-20.00

Dal 05/02/2015 | Gio. 18.00-20.00

Percorso avanzato sulle potenzialità dei programmi del pacchetto Office e per la creazione di semplici siti web.

TUTTO SUL COMPUTER

Quadrimestrale €70

a cura di **Enrico Cozzuto**

Dal 07/10/2014 | Mar. 19.00-21.00

Dal 03/02/2015 | Mar. 19.00-21.00

Dedicato a chi desidera imparare ad usare il computer e a navigare in Internet. Hardware e software; il sistema operativo (Windows 7); Microsoft Office. Internet: web 2,0 video chiamate/ skype; posta elettronica (outlook/gmail), streaming, social network, chat, cloud, condivisione file, e-shopping.

INTERNET CONSAPEVOLE: ALLA RICERCA DI INFORMAZIONI E SERVIZI ON-LINE

Quadrimestrale €70

a cura di **Maurizio Marvaso**

Dal 07/10/2014 | Mar. 9.00-11.00

Dal 03/02/2015 | Mar. 9.00-11.00

Per utenti principianti, con dimestichezza minima nell'uso del computer, che desiderano conoscere e usare in sicurezza i servizi e le potenzialità di Internet. Dalla connessione, alla ricerca delle informazioni. Navigare in sicurezza evitando frodi e accedere ai servizi disponibili (conto on-line, comprare e pagare on-line...). Comunicare attraverso posta elettronica, chat, videochiamate (Skype), social network (Facebook, Twitter...). Valutare attendibilità delle informazioni e dei dati Internet. Divertirsi: leggere libri, ascoltare musica guardare film.

DIVERTIRSI CON IL COMPUTER

Quadrimestrale €70

a cura di **Roberta Scorziello**

Dal 06/10/2014 | Lun. 10.00-12.00

Dal 02/02/2015 | Lun. 10.00-12.00

Un percorso per apprendere in modo pratico, semplice, immediato e divertente tutti i concetti necessari per appropriarsi e sviluppare padronanza del computer.

IL COMPUTER E INTERNET: GUIDA PRATICA

Quadrimestrale €70

a cura di **Raffaella Castigliola**

Dal 08/10/2014 | Mer. 09.00-11.00

Dal 04/02/2015 | Mer. 09.00-11.00

Cos'è un pc: software e hardware. Il sistema operativo. Cosa sono icone, cartelle, file e directory. Come archiviare ed organizzare i propri dati. Come creare un documento Word: lettere, richieste a enti, fax. Come creare un documento Excel. Internet: il motore di ricerca. I pericoli del web: come evitare frodi, malware, phishing. Internet per aiutarci con la burocrazia: documenti on line, bancoposta, inps, asl e non solo. La comunicazione: social network, i rischi come evitarli. Posta elettronica, Skype, files multimediali (Youtube, video, musica, film).

COME USARE FACEBOOK

Bimestrale €35

a cura di **Bruno De Fazio**

Dal 08/10/2014 | Mer. 18.00-20.00

Dal 07/01/2015 | Mer. 18.00-20.00

Aprire un account e gestirlo in sicurezza. Analisi dei comandi e implementazione dei contenuti. Organizzare i contatti e realizzare liste di amici. Caricare immagini. Le pagine fan. Aprire e gestire un gruppo. Creare un evento. Aprire una pagina dedicata. I valori da comunicare e gli atteggiamenti da mantenere. Dall'utilizzo amatoriale a quello istituzionale.

SEO WEB COPYWRITER

Quadrimestrale €70

a cura di **Bruno De Fazio**

Dal 08/10/2014 | Mer. 20.00-22.00

Dal 04/02/2015 | Mer. 20.00-22.00

Il corso di redattore web/web copywriter fornisce i rudimenti necessari alla creazione e gestione di contenuti testuali, audio e video, destinati alla diffusione su Internet. Si passano in rassegna gli strumenti utilizzati per la comunicazione 2.0 di cui si serve il Web Copywriter, che riunisce in un'unica figura il lavoro redazionale tipico delle testate giornalistiche online, quello degli uffici stampa, delle case editrici, delle società di consulenza editoriale e

delle agenzie di comunicazione. Tra gli obiettivi del corso c'è la creazione di un blog, prima personale e poi collettivo, al fine di realizzare una piattaforma comune sulla quale dare vita al lavoro redazionale tipico delle testate giornalistiche online, delle case editrici, delle società di consulenza editoriale e delle agenzie di comunicazione.

.....

FONDAMENTI DI FOTOGRAFIA: DALL'ANALOGICO AL DIGITALE

Bimestrale €35

a cura di **Giuliano Montieri**

Dal 09/10/2014 | Gio. 17.00-19.00

Dal 08/01/2015 | Gio. 17.00-19.00

Il corso mira a fornire gli strumenti di base per l'appassionato di fotografia non nativo digitale. Principali argomenti del corso: differenza tra l'analogico e il digitale; la macchina fotografica digitale; scansione e archiviazione di negativi, diapositive e vecchie stampe; panoramica sui software di fotoritocco e gestione immagini; trucchi per il fotoritocco digitale; come creare una presentazione a video; come creare un fotolibro; condividere le proprie foto sui social network (Facebook, Google plus e Instagram). Il laboratorio alterna incontri in aula e all'aperto.

DALLE BASI DELLA FOTOGRAFIA DIGITALE ALL'ARTE DELLO "STILL LIFE"

Quadrimestrale €70

a cura di **Giuseppe Carfora**

Dal 07/10/2014 | Mar. 17.00-19.00

Dal 13/01/2015 | Mar. 17.00-19.00

Un percorso rivolto a chi desidera apprendere le basi della fotografia digitale. In una prima fase si analizzano: funzionamento della reflex digitale, classificazione delle ottiche, lunghezza focale, angolo e profondità di campo, diaframma, tempo, sensibilità ISO, esposizione, luce naturale e flash, messa a fuoco. Il secondo momento del percorso ha come obiettivo la realizzazione di *Still Life* – natura morta – termine ripreso nel campo della fotografia per descrivere la tecnica fotografica di qualsiasi oggetto inanimato. Ognuno sarà messo in condizione di realizzare il suo scatto "perfetto", sino alla fase di post-produzione.

.....

FOTOGRAFA ET LABORA

Bimestrale €35

a cura di **Antonella Padulano**

Dal 08/10/2014 | Mer. 16.00-18.00

Dal 07/01/2015 | Mer. 16.00-18.00

La società è in continua evoluzione e il primo senso che, per capacità e velocità, assiste a questo mutamento è la vista.

Oggi più che mai non vi è possibilità di chiudere occhio se non con l'ausilio di uno artificiale: quello fotografico. Il corso offre ai partecipanti le competenze fondamentali per l'utilizzo della macchina fotografica, con particolare attenzione al reportage.

Fotocamera: funzionamento e componenti. Formati dei file fotografici: Raw/Tiff/peg. Dispositivi ottici: obiettivi, funzionalità e tipologie. Parametri di scatto: tempo e diaframma. Composizione dell'immagine: inquadratura, esposizione. Elaborazione dell'immagine: introduzione Software, Adobe Photoshop.

.....

CORSO DI FOTOGRAFIA AVANZATO

Bimestrale €35

a cura di **Egidio Massa**

Dal 07/10/2014 | Mar. 20.00-22.00

Dal 13/01/2015 | Mar. 20.00-22.00

Sistemi di misurazione, esposizione, temperatura colore, bilanciamento del bianco, composizione dell'immagine, utilizzo del flash, il bianco e nero, food foto, elaborazione di base. Prerequisiti: è necessario avere svolto il corso base o essere a conoscenza dei fondamentali della fotografia.

FOTOGRAFIA DIGITALE: "VEDI NAPOLI E POI... SCATTA"

Bimestrale €35

a cura di **Giuseppe Carfora**

Dal 07/10/2014 | Mar. 15.00-17.00

Dal 13/01/2015 | Mar. 15.00-17.00

Oltre ai fondamenti della fotografia, il corso prevede tre escursioni fotografiche all'aperto che avranno come soggetto la città di Napoli. 1. Vomero: elementi di paesaggio, inquadratura, posizione del sole e propria, settaggio manuale e automatico, cavalletto, ottiche. 2. Centro storico: osservazione dal basso, tra persone, vicoli e monumenti, luci e ombre, luce riflessa, flash, soggetti in movimento. 3. Il mare: fotografare l'acqua è certamente una delle esperienze più formative per un fotografo, l'imprevedibilità dei tempi lunghi e del costante movimento del soggetto rendono impossibile una previsione esatta dello scatto che si cercherà di domare e realizzare. A seguire una post-produzione con camera RAW di Photoshop. Si approfondiranno in particolare i seguenti argomenti: fotocamere compatte, di cellulare, reflex digitali; classificazione delle ottiche; lunghezza focale, angolo e profondità di campo; diaframma, tempo di scatto; sensibilità ISO; esposizione: luce naturale, luce flash. Messa a fuoco, inquadratura; temperatura colore; uso del cavalletto; file RAW.

RIPRESE E MONTAGGIO VIDEO

Quadrimestrale €70

a cura di **Marco Gaudiello**

Dal 06/10/2014 | Lun. 19.00-20.00

Dal 12/01/2015 | Lun. 19.00-20.00

Laboratorio sulle tecniche di base per affrontare la ripresa e il montaggio video digitale, analizzando attrezzature (telecamere, ottiche, microfoni, ecc.) e vari supporti (hardware e software), per utilizzarli sul campo. Il laboratorio alterna incontri in aula e all'aperto e offre la possibilità di esperienze sul campo in eventuali produzioni video.

alimentazione e cucina

corsi teorici

"LA VIA DEL CIBO": DIETETICA E EDUCAZIONE ALIMENTARE

Quadrimestrale €70

a cura di **Vincenzo Dina**

Dal 09/10/2014 | Gio. 17.00-19.00

Dal 05/03/2015 | Gio. 17.00-19.00

Il cibo l'ambiente, il contesto... tutto nutre. Storia dell'alimentazione. La via del cibo: dal senso di fame alla digestione; il metabolismo, il dispendio energetico. Stili di vita e abitudini alimentari, fattori di rischio per la salute. La dieta mediterranea, la dieta vegetariana: esperienze di conoscenza con il cibo per una dieta personalizzata. Il cibo come fonte di terapia. Il cibo industriale e qualità di ciò che mangiamo. Leggere e comprendere le etichette degli alimenti. Simulazioni per l'elaborazione di piani dietetici per differenti condizioni di salute.

corsi pratici

CUCINA CASALINGA DI BASE

Cucina €50

a cura di **Annamaria Aulicino**

Mer. 17.00-19.00

Primi passi e ricette semplici di antipasti, primi e secondi piatti, contorni, dolci. Organizzazione della cucina,

congelazione dei cibi preparati in casa, e altro ancora.

CUCINA PER SINGLES

Cucina €50

a cura di **Olmo Tomas**

4 lezioni dal 06/10/2014

Lun. 18.00-20.00

Rivolto a chi non si è mai provato ai fornelli e si ritrova improvvisamente in una situazione di "impellente sopravvivenza" quotidiana. Come preparare deliziose pietanze in poco tempo, provando a risparmiare sulla spesa.

LA CUCINA IN 30 MINUTI

Cucina €50

a cura di **Olmo Tomas**

4 lezioni dal 08/10/2014

Mer. 9.00-10.30

La risposta all'esigenza diffusa di cucinare in tempi brevi. Ricette gustose e veloci della tradizione culinaria italiana. Dedicato a chi ama mangiare bene e non ha mai abbastanza tempo da dedicare ai fornelli.

LA CUCINA PER CHI "NON SA FARE I DOLCI"

Cucina €50

a cura di **Annamaria Aulicino**

4 lezioni dal 08/10/2014

Mer. 19.00-21.00

Per realizzare torte classiche e decorate. Torte al limone e biscotti. Crema pasticcera, mousse al cioccolato e crostate di frutta. Insomma, si svelano basi e segreti della pasticceria. Dalla pasta frolla alla pasta sfoglia, alla pasta choux ai bigné.

LE MANI IN PASTA 1

Cucina €50

a cura di **Annamaria Aulicino**

4 lezioni dal 09/10/2014

Gio 17.00-19.00

Gli impasti di base: pasta all'uovo, pasta per pizze, pasta frolla, pasta brisée.

LE MANI IN PASTA 2

Cucina €50

a cura di **Annamaria Aulicino**

4 lezioni dal 09/10/2014

Gio. 19.00-21.00

Proseguimento e arricchimento del corso precedente: pasta all'uovo colorata, pasta ripiena, pasta brioche, pasta fillo.

LA CUCINA CLASSICA NAPOLETANA

Cucina €50

a cura di **Annamaria Aulicino**

4 lezioni dal 06/10/2014

Lun. 18.00-20.00

La preparazione classica delle principali pietanze tipiche della cucina napoletana.

LA CUCINA NAPOLETANA "ARISTOCRATICA"

Cucina €50

a cura di **Annamaria Aulicino**

4 lezioni dal 06/10/2014

Lun. 20.00-22.00

La cucina dei Monzù e delle più raffinate famiglie "aristocratiche" napoletane.

"RISO, RISOTTI E RISATE"

Cucina €50

a cura di **Tomas Olmo**

4 lezioni dal 10/10/2014

Ven. 16.30-18.30

Scelta della tipologia di riso, caratteristiche delle diverse qualità, modalità di cottura e soprattutto mantecatura. Si confezioneranno ricette e preparati. E si potrà godere insieme dei frutti delle proprie "fatiche".

LA CUCINA VEGETARIANA

Cucina €50

a cura di Olmo Tomas

4 lezioni dal 10/10/2014

Ven. 18.30-20.30

Largo utilizzo di verdura e ortaggi, per la preparazione di menù insoliti e contemporanei. Una proposta rivolta a chi desidera avvicinarsi alla cucina vegetariana, sperimentando nuovi abbinamenti di sapori e colori. E scoprire il benessere con gusto.

LA CUCINA NATURALE

Cucina €50

a cura di Marina Mosca

4 lezioni dal 08/10/2014

Mer. 14.30-16.30

Il percorso si pone l'obiettivo di insegnare le basi della cucina naturale con riferimenti alla cucina vegetariana, vegana e crudista. Permette la formazione verso un settore professionalmente molto innovativo e con buone prospettive occupazionali.

"NON SO FARE IL PESCE MORTO"

Cucina €50

a cura di Olmo Tomas

4 lezioni dal 08/10/2014

Mer. 21.00-22.30

Il corso aiuterà a capire come riconoscere il pesce fresco. Pulirlo, filettarlo, esaltarlo. Quali sono le varie tipologie di pesce e quali cotture sono più adatte a ognuna di esse.

GLI HAMBURGER

Cucina €50

a cura di Olmo Tomas

4 lezioni dal 07/10/2014

Mar. 20.00-22.00

Non più fast food, ma cibo da gourmet. Tutti i segreti per realizzare hamburger perfetti, con carne, pesce, verdure e riso.

CUCINARE PER BAMBINI

Cucina €50

a cura di Olmo Tomas

4 lezioni dal 10/10/2014

Ven. 20.30-22.30

Un percorso rivolto a mamme e papà che vogliono scoprire come cucinare piatti sani e gustosi manicaretti ai loro piccoli "buon gustai".

LE CONSERVE

Cucina €50

a cura di Olmo Tomas

4 lezioni dal 06/10/2014

Lun. 16.00-18.00

Marmellate, frutta sotto spirito, passate, sottoli, sottaceti. Un percorso dedicato al mondo delle conserve dolci e salate. Per riscoprire la genuinità e la semplicità, di molte preparazioni, gustarle in famiglia o regalarle agli amici.

IL FINGER FOOD

Cucina €50

a cura di Olmo Tomas

4 lezioni dal 07/10/2014

Mar. 16.00-18.00

Per scoprire l'evoluzione dei tradizionali piccoli antipasti. Emozionare i sensi in un boccone in miniatura. Da mangiare con gli occhi e afferrare con le dita.

"LA CINA NEL PIATTO"

Cucina €50

a cura di Annamaria Aulicino

4 lezioni dal 09/10/2014

Gio. 21.00-22.30

La cucina cinese classica con le ricette più gradite agli occidentali.

corsi speciali

IL MENÙ DI NATALE

Cucina €50

a cura di Olmo Tomas

Dal 03/11/2014

Lun. 18.00-20.00

Spunti e nuove idee per il vostro menù di Natale, studiati per deliziare e stupire ospiti e familiari. La minestra maritata, il capitone, il baccalà, l'insalata di rinforzo, gli struffoli. E tutto ciò che non può mancare sulla tavola del cenone della vigilia e del pranzo di Natale.

RICETTE PASQUALINE

Cucina €50

a cura di Tomas Olmo

Dal 02/03/2015 | Lun. 18.00-20.00

Le delizie e i manicaretti che avreste sempre voluto preparare per la Pasqua e non avete mai osato fare.

costruire il benessere

INTOLLERANZE ALIMENTARI

Bimestrale €35

a cura di **Marisa Bennici**

Dal 06/10/2014 | Lun. 11.00-12.00

Il corso affronta il problema delle intolleranze alimentari in generale, e dal punto di vista sanitario, sociale e psicologico, riferendosi in particolar modo alla celiachia.

.....

SELF MAKE UP: L'ARTE DELLA BELLEZZA

Bimestrale €35

a cura di **Marcella Ilian**

Dal 09/10/2014 | Gio. 10.00-11.00

Imparare a truccarsi di giorno, di sera, per un evento. Tecniche di base per valorizzare le proprie caratteristiche morfologiche. Esaltazione dei propri punti di forza, correzioni delle imperfezioni. Scelta dei colori in funzione delle tonalità di pelle, occhi, capelli, labbra.

GLI SCACCHI: EFFETTI POSITIVI NELLA MENTE

Bimestrale €35

a cura di **Elio Picone**

Dal 07/10/2014 | Mar. 20.30-21.30

Corso di alfabetizzazione scacchistica di I livello. Un percorso nel gioco da tavolo di strategia per eccellenza, uno dei giochi più famosi al mondo.

.....

EDUCAZIONE ALL'ASCOLTO

Bimestrale €35

a cura di **Dario Perroni**

Dal 07/10/2014 | Mar. 19.30-20.30

Il laboratorio è rivolto agli operatori sociali che intendono acquisire e potenziare le capacità di mediazione pedagogica, e a tutti coloro che desiderano impadronirsi di strumenti espressivi utili alla creazione dell'ascolto e all'educazione all'espressività. Attraverso attività ludiche e modalità di lavoro sperimentali che coinvolgono la musica, il corpo, i sensi e la manualità, si potranno imparare metodologie utili in ambito educativo e per acquisire o potenziare le proprie capacità espressive.

PERSONAL COACHING **UMANISTICO**

Bimestrale €35

a cura di **Massimiliano Iliano**

Dal 07/10/2014 | Mar. 13.00-14.00

Tecniche di base per ridisegnare, sviluppare e raggiungere in maniera creativa i propri obiettivi, personali e professionali. Percorsi di motivazione e autostima. Il coaching può aiutare a sbloccare le resistenze, a migliorare la qualità della vita. Attraverso strategie semplici, ma efficaci, per sviluppare comportamenti e atteggiamenti che conducono al successo.

.....

MEDITAZIONE

Bimestrale €35

a cura di **Bruno Renzullo**

Dal 06/10/2014 | Lun. 21.00-22.00

Il percorso propone tecniche di meditazione di facile apprendimento, antiche e moderne. Per superare stress e affaticamento. E ritrovarsi freschi e "ringiovaniti".

TRATTAMENTI REIKI

€15.00 a seduta

a cura di **Annamaria Aulicino**
su appuntamento

Il Reiki scorre e agisce attraverso le mani. Rafforza lo stato di salute, ricarica le batterie vitali, riduce lo stress, combatte l'insonnia. Aiuta inoltre a vincere la dipendenza da nicotina e alcool. Il trattamento non è un massaggio, e non sostituisce cure mediche o farmaci. Favorisce invece il processo naturale di guarigione, perché attiva i poteri curativi individuali. Trattamento della durata: 40 minuti circa previo appuntamento.

corso speciale

.....

GIARDINAGGIO E ORTO URBANO

Annuale. Quota mensile € 40.00

a cura di **Vincenzo Dina**

Dal 09/10/2014 | Gio. 9.00-12.00

Un percorso particolare, d'incontri con la "madre terra" e di in-formazione sull'agricoltura naturale. Realizzazione e mantenimento di un orto, piccole attività di vivaismo. Giornate di autoproduzione di pane, pasta, prodotti da forno, marmellate e confetture realizzati con frutta e ortaggi della campagna. Sede dell'attività è la splendida Vigna di San Martino, sempre a Napoli al Corso Vittorio Emanuele.

laboratori del corpo

GINNASTICA, TONIFICAZIONE E STRETCHING

Quadrimestrale € 70

a cura di Lucia Cinquegrana

Dal 06/10/2014 | Lun. 9.00-10.00

Un percorso finalizzato all'apprendimento di una preparazione di allungamento *stretching* che aiuta il risveglio muscolare. Una serie di esercizi, da introdurre nella nostra vita come "patrimonio di pratica quotidiana". Di cura del corpo e del benessere psicofisico. Esercizi utili a potenziare la flessibilità dei muscoli e dei tendini, migliorare la capacità di movimento, prevenire traumi muscolari e articolari.

.....

GINNASTICA DOLCE: "LA COLAZIONE DEL CORPO"

Quadrimestrale € 70

a cura di Marie-Thérèse Sitzia

Dal 06/10/2014 | Lun. 11.00-12.30

Brevi sequenze di aerobica a basso impatto, gag, stretching. Rivolto ad adulti, anziani e gestanti per migliorare il sistema cardio-respiratorio, aumentare la potenza, la forza e la flessibilità muscolare, diminuire lo stress e correggere la postura.

LO YOGA DELLA RISATA

Quadrimestrale € 70

a cura di Rodolfo Matto

Dal 08/10/2014 | Mer. 17.00-18.00

Lo Yoga della risata, ideato dal medico indiano Dr. Kataria, è un metodo unico, che combina esercizi di risate e respirazione yoga (Pranayama). Crea energia, nel favorire l'apporto di più ossigeno al corpo e al cervello. Produce benessere fisico, mentale e emozionale. I componenti del gruppo sono guidati nella simulazione di risate, eseguite come esercizio fisico, stimulate dal contatto visivo e dalla giocosità che è in ognuno di noi. E la risata diventa contagiosa e spontanea. Lo yoga della risata insegna a mantenere alto il morale, anche di fronte alle sfide della vita. È pura energia positiva, che unisce le persone rapidamente. Rafforza il sistema immunitario, abbassa la pressione sanguigna, controlla la glicemia e mantiene il cuore sano. È un potente antidoto contro la depressione.

.....

ANANDA YOGA: PER UNA CONSAPEVOLEZZA PIÙ ELEVATA

Quadrimestrale € 70

a cura di Luigi Sannino e Maria Giulia Taurisano

Dal 09/10/2014 | Gio. 19.00-20.00

Il respiro, nostro compagno insostituibile, è sempre presente ma spesso

dimenticato. Impariamo a conoscerlo e a farlo diventare uno strumento di benessere. Non solo nello yoga, ma in ogni attimo della nostra esistenza. Il percorso, graduale e guidato, nell'Hatha Yoga favorisce momenti di ascolto del proprio corpo, scioglie le articolazioni, allunga la muscolatura, rende più elastica la colonna vertebrale. Ci aiuta a comprendere come respirare consapevolmente. Brevi ma efficaci sequenze di Asana (posizioni dello yoga), praticabili anche a casa. Momenti di meditazione e di rivalutazione del silenzio interiore.

.....

YOGA: SAPERE ATTRAVERSO L'ASCOLTO DEL CORPO

Quadrimestrale € 70

a cura di Patrizia Di Schiavi

Dal 07/10/2014 | Mar. 18.00-19.30

Millenaria filosofia di vita, lo Yoga propone posizioni (Asana), movimenti (Mudra) e tecniche di respiro (Pranayama), attraverso le quali essere nel presente "consapevolmente". Per conoscersi e rilassarsi a livello fisico, emotivo e mentale. Diventando "sapienti" di ciò che siamo e che possiamo essere.

YOGA: EQUILIBRIO E ARMONIA

Quadrimestrale € 70

a cura di Maria Concetta Capuano

Dal 07/10/2014 | Mar. 16.30-17.30

Dal primo approccio alla pratica dello yoga: posizioni, respirazione e rilassamento. Per equilibrare e armonizzare il corpo, la mente, le emozioni.

.....

IL METODO RIO ABIERTO: PRATICA DI MOVIMENTO CON LA MUSICA PER IL RIEQUILIBRIO ENERGETICO

Quadrimestrale € 70

a cura di Marina Martone

Dal 07/10/2014 | Mar. 17.30-18.30

Muoversi con la musica rappresenta un viaggio interiore, di scoperta di sé e delle proprie potenzialità. Il Rio Abierto mira al raggiungimento dello sviluppo armonico dell'essere umano. Attraverso una pratica che associa il movimento ritmico alla musica, al rilassamento e alla meditazione.

“LA SOSTENIBILE LEGGEREZZA DELL’ESSERE”: IL BENESSERE ATTRAVERSO IL SORRISO

Quadrimestrale € 70

a cura di **Rodolfo Matto**

Dal 08/10/2014 | Mer. 18.00-19.00

È uno spazio a metà tra un setting terapeutico e un laboratorio. Per liberarci dalle rigidità. Nell’ottica di tutela di un bene che si considera “sociale”: il benessere di ciascuno di noi. Attraverso la leggerezza del riso e del sorriso, impariamo a decentrare il nostro sguardo sul mondo. A sapere, fin da subito, gestire le nostre istanze emotive. Con l’obiettivo di esplorare e scoprire nuove possibilità comunicative, abbassare il livello di disagio, creare un clima positivo e invitante, mediare e prevenire i conflitti, abbassare il rischio depressione.

.....

CLOWNTERAPIA

Quadrimestrale € 70

a cura di **Rodolfo Matto**

Dal 08/10/2014 | Mer. 19.00-20.00

Laboratorio teorico-pratico di Clownterapia e comicoterapia sociale per educatori, animatori insegnanti, genitori, nonni. E quanti si trovano ad agire con bambini e ragazzi che cercano con fatica di essere grandi. La clownterapia, più comunemente chiamata comicoterapia,

è una disciplina che studia le proprietà benefiche del sorriso e la relazione tra il fenomeno del ridere e il benessere. Il Clown non usa solo tecnica, ma opera con l’anima. Costruire la traccia su cui far muovere il proprio clown significa, per chi lavora con il mondo dell’infanzia: creare un rapporto più sereno e significativo attraverso l’uso dell’immaginazione, del potenziamento e della riscoperta delle capacità espressive; scoprire competenze comunicative e relazionali attraverso la messa in gioco delle parti “leggere” di sé.

.....

DIFESA PERSONALE: PREVENZIONE E TECNICHE MARZIALI

Quadrimestrale € 70

a cura di **Massimo Mongelluzzi**

e Pasquale Scognamiglio

Dal 06/10/2014 | Lun. 18.00-19.00

La difesa personale è innanzitutto sicurezza personale, oltre che un insieme di tecniche marziali per neutralizzare un avversario. In quest’ottica, il percorso dà molta importanza all’analisi e alla pratica delle modalità comportamentali per evitare lo scontro. Nella consapevolezza che la prevenzione deve essere un habitus mentale che caratterizza la personalità. Poiché ogni scontro, voluto o non voluto, porta con sé forti conseguenze fisiche, psicologiche e morali. Anche se si è il vincitore.

DIFESA PERSONALE: ANTIBULLISMO

Quadrimestrale € 70

a cura di **Massimo Mongelluzzi**

e Pasquale Scognamiglio

Dal 09/10/2014 | Gio. 18.00-19.00

Dedicato agli adulti, ma soprattutto alle ragazze e ai ragazzi a rischio di prepotenze “bullistiche”, nelle scuole e nelle strade. Questo percorso nasce dalla consapevolezza che il bullismo è un fenomeno sempre più diffuso, che colpisce un ragazzo su sei. E questo fenomeno, induce a lavorare sulla difesa – e non sull’offesa – e in particolare sullo sviluppo e sul potenziamento di sicurezza psicologica. Attacco e difesa, azione e reazione, sono studiati “sentendo” il contatto con l’avversario, inizialmente con le braccia e progressivamente con tutto il corpo. È auspicabile la partecipazione di figli e genitori insieme. Come compagni di un allenamento che contribuisca anche a consolidare l’armonia familiare.

danza e ballo

YOGA/VENTRE DANCE

Quadrimestrale €70

a cura di **Maria Giulia Taurisano**
Dal 08/10/2014 | Mer. 16.00-17.00

Un'inedita, piacevole contaminazione tra danza del ventre e elementi di yoga. Divertirsi e tonificarsi. Esaltare la femminilità attraverso i movimenti del corpo, mentre le braccia e le mani disegnano arabeschi.

.....

RAQS SHARQI: DANZA ORIENTALE

Quadrimestrale €70

a cura di **Sharon Day**
Dal 07/10/2014 | Mar. 19.00-20.00

Espressione della cultura medio-orientale, conosciuta nel mondo occidentale come danza del ventre, la danza orientale è una raffinata e sensuale forma artistica che consente di esprimere gioia e libertà. Adatta a tutte le donne, indipendentemente dall'età e dalla corporatura.

DANZE POPOLARI

Quadrimestrale €70

a cura di **Enzo Stendardo**
Dal 08/10/2014 | Mer. 20.00-21.00

Un'esplorazione musicale intorno alla danza e ai suoni della tradizione popolare e contadina. In un viaggio di andata e ritorno, che dall'Italia del Sud arriva ai Balcani.

.....

DANZA CONTEMPORANEA E COREOGRAFIA

Quadrimestrale €70

a cura di **Marie-Thérèse Sitzia**
Dal 06/10/2014 | Lun. 16.00-18.00

Danza contemporanea, con approfondimenti sullo studio della coreografia. Il laboratorio concentra la prima parte della lezione sulla formazione del corpo, con esercizi base, anche di yoga, per poi passare alla danza, ricercando la differenza tra improvvisazione e composizione. Si indaga la coreografia nelle sue varie cifre: solo, duo, terzetto, quartetto, quintetto.

DANZE CARAIBICHE

Quadrimestrale €70

a cura di **Giuseppina Volpe**

Dal 06/10/2014 | Lun. 20.00-21.00

Corso per principianti per imparare le basi e le figure di bachata, merengue, salsa, chacha, mambo cubano, rumba.

.....

ZUMBA

Quadrimestrale €70

a cura di **Giuseppina Volpe**

Dal 07/10/2014 | Mar. 11.00-12.00

Laboratorio di fitness musicale di gruppo, con ritmi e movimenti della musica afro-caraibica mescolati ai movimenti tradizionali dell'aerobica. Per creare alto consumo calorico divertendosi.

.....

DANCYNG

Quadrimestrale €70

a cura di **Giuseppina Volpe**

Dal 07/10/2014 | Mar. 10.00-11.00

Sport, danza e canto: movimento e divertimento, a ritmo di musica.

BALLI STANDARD

Quadrimestrale €70

a cura di **Francesca Parisi**

Dal 09/10/2014 | Gio. 20.00-21.00

Approccio danzante alle basi del tango, del valzer, della rumba e del chacha.

laboratori

RICICLO MUSICALE

Bimestrale €35

a cura di **Dario Perroni**

Dal 08/10/2014 | Mer. 18.30-20.30

Un percorso per imparare a costruire strumenti musicali con materiali di riciclo. Il laboratorio è finalizzato all'acquisizione di metodi e principi fisici alla base della produzione sonora, attraverso i quali realizzare oggetti sonori di facile assemblaggio e notevole effetto, costruiti con materiali poveri e di risulta. Gli oggetti sonori realizzabili sono: percussioni, effetti d'ambiente, a fiato, aerofoni, ecc.

.....

PITTURA E PENSIERO CREATIVO: ACQUERELLO, TEMPERA, OLIO

Quadrimestrale €70

a cura di **Maria Elena Stellato**

Dal 06/10/2014 | Lun. 10.00-11.30

Laboratorio di pittura ad acquerello, a tempera, a olio. Dedicato a chi decide di "sporcarsi le mani", pur di esprimersi in tutti i colori della creatività. Teoria del colore e tavolozza del pittore. Proporzioni e anatomia artistica. La prospettiva. La composizione e la rappresentazione dello spazio. Teoria delle ombre. La linea, il movimento e la staticità. I materiali. Pittura dal vero e pensiero creativo.

ESPRIMERSI ATTRAVERSO LA PITTURA CONTEMPORANEA

Quadrimestrale €70

a cura di **Francesco Manes**

Dal 09/10/2014 | Gio. 19.00-20.30

Laboratorio sui contesti storico-artistici, sulle espressioni e sulle possibilità dell'arte contemporanea. Un apprendistato emotivo di pigmenti, vernici e resine. Una "bottega" sull'uso di pennello e spatola. Sulle tecniche per stendere il colore su tela, carta, vetro, legno e plexiglas. Per contaminare materiali e creare opere prime.

.....

"VISUAL AND LANGUAGE": LABORATORIO PITTORICO IN LINGUA INGLESE

Bimestrale €35

a cura di **Celesta Bufano**

Dal 06/10/2014 | Lun. 16.00-17.00

Laboratorio pittorico in lingua inglese. Una conversazione artistica in inglese, che esplora la pittura e ne analizza le tecniche. Il percorso favorisce e valorizza l'apprendimento innato della lingua, attraverso l'intensità del contatto con la propria creatività. Il laboratorio prevede momenti itineranti di visita a mostre e musei storici, accompagnati dai materiali per dipingere.

COLORI, MATITE E CARBONCINI: DISEGNO ED EDUCAZIONE VISIVA

Quadrimestrale €70

a cura di **Maria Elena Stellato**

Dal 06/10/2014 | Lun. 11.30-13.00

Spazio artistico di educazione al disegno. Laboratorio di apprendimento sull'uso di colori, matite e carboncini. La teoria del colore. Proporzioni e anatomia artistica. Prospettiva, composizione e rappresentazione dello spazio. La teoria delle ombre. La linea, il movimento e la staticità.

.....

LIBERI DI VIVERE LA CREATIVITÀ: POTPOURRI DI TECNICHE ARTISTICHE

Quadrimestrale €70

a cura di **Maria Elena Stellato**

Dal 06/10/2014 | Lun. 14.00-15.30

Laboratorio per lo sviluppo dell'abilità manuale, di educazione visiva e tecniche artistiche: disegno, pittura, scultura. Come il bambino che con naturalezza riesce a dipingere e modellare, così dentro di noi è la chiave per liberare creatività e abbandonare "blocchi". Questo percorso, mira a mutare l'istinto in sensibilità artistica, e una generica inclinazione in "abilità a creare", valendosi degli strumenti acquisiti nella pratica artistica diretta.

"LA CURA": RESTAURO E CONSERVAZIONE DI OPERE D'ARTE

Quadrimestrale €70

a cura di **Francesco Manes**

Dal 07/10/2014 | Mar. 18.30-20.30

Spazio sull'opera d'arte, dal punto di vista del restauratore. Un percorso che parte dal Rinascimento, per arrivare all'epoca contemporanea. La storia e le tecniche del restauro e della conservazione delle opere d'arte. Se ne apprendono sistemi e tecniche di esecuzione – foderatura, sverniciatura, pulitura, stuccatura e integrazione pittorica dei dipinti su tela – attraverso applicazioni pratiche dei metodi.

.....

RESTAURO

Breve €20

a cura di **Umberto La Marra**

Dal 06/10/2014 | Lun. 17.00-18.30

Restauro di quadri. Intelaiatura e ritocchi.

MODELLATO ARTISTICO IN TERRACOTTA

Quadrimestrale €70

a cura di Maria Elena Stellato
Dal 09/10/2014 | Gio. 11.30-13.30

Il percorso ha l'obiettivo di valorizzare il mondo creativo che è in ognuno, indirizzando la naturale attitudine a esprimersi nella modellazione artistica della terracotta.

Manipolazione della creta e conoscenza degli strumenti di lavoro.

Realizzazione di manufatti in terracotta, studio e perfezionamento delle tecniche espressive attraverso il disegno/modellato dal vero. Studio della composizione, teoria della prospettiva, anatomia superficiale (artistica), tecniche del bassorilievo e del modellato tutt'otondo, teoria base del colore.

.....

IL MAGNIFICO MONDO DELL'ARGILLA

Quadrimestrale €70

a cura di Marzia del Giudice
Dal 07/10/2014 | Mar. 17.00-18.30

Laboratorio di scultura in argilla: uno spazio di possibilità e creatività. C'è l'argilla semirefrattaria, quella che non si spacca facilmente, e la rossa maiolica da rivestire di cristallina. Il caolino pregiato per la porcellana. La creta naturale, con i colori tra l'ocra e

il grigio, che quando si cuoce diventa terracotta porosa rosso mattone. E c'è il gesso, di consistenza cremosa e malleabile, da spalmare intorno a un'armatura e modellare. Si producono bozzetti preparatori per creazioni di bassorilievi e sculture.

Costruzioni di armature e processori per lo stampo. Rifiniture.

.....

OFFICINA DI SCULTURE IN CARTAPESTA

Bimestrale €30

a cura di Marzia del Giudice
Dal 08/10/2014 | Mer. 15.30-17.00

Officina di realizzazione di sculture in carta. La cartapesta è un'arte antica, da secoli utilizzata in Cina, Persia e Giappone. Alle nostre latitudini è ancora oggi impiegata per produrre oggetti, maschere e carri allegorici. Nell'officina si producono sculture, utilizzando carta di giornale e carta monocolora, sempre in associazione con la colla, da pressare con stampi di gesso, al fine di applicarne strati su armature. O semplicemente da modellare con le mani.

UNA NUOVA FORMA D'ARTE: LE SCULTURE IN PASTA DI PANE

Bimestrale €30

a cura di Marzia del Giudice
Dal 08/10/2014 | Mer. 17.00-18.30

Percorso laboratoriale in cui si condivide un sapere che viene dal passato, fatto di sculture e creazioni di pasta di pane, sale e acqua. Dalla notte dei tempi i panificatori hanno dato alla pasta di pane le forme più varie: trecce, pesci, uccelli, figure umane. In Grecia, statuette di pane erano offerte a Demetra, dea della fecondità. In seguito, agli impasti da portare in processione, si aggiunsero i colori: il giallo-oro dello zafferano, il rosso del legno di sandalo, il verde dell'ortica e il blu delle more di gelso. Questa nuova "forma d'arte", recupera un passato che, attraverso piccole sculture, esprime vita, amore e prosperità.

.....

ARTE DELLE CANDELE

Bimestrale €30

a cura di Maria Elena Stllato
Dal 09/10/2014 | Gio. 14.00-16.00

Un progetto di manipolazione creativa, per realizzare candele con forme e colori variegati e originali. Conoscenza dei materiali (cera, paraffina, stearina e coloranti) e delle tecniche di base. Modellazione e calchi. Teoria e

miscelazione del colore. Fusione, colaggio, finitura e riparazione delle candele.

.....

NO SPRECHI: ECO-LABORATORIO DI RICICLO ARTISTICO

Bimestrale €30

a cura di Francesca Sannino
Dal 08/10/2014 | Mer. 11.30-13.00

Se non usi più un oggetto non vuol dire che devi eliminarlo. Un prodotto può rinascere proprio in fase di dismissione. Vivere una "seconda vita". Una nuova possibilità. Diventare il protagonista di un ciclo di riuso ecologico dei materiali. Nuova vita a giornali, carta riciclata, bottiglie di plastica, da trasformare in piatti, porta oggetti, ciotole e bigiotteria. Nuove opportunità per tessuti di scarto, da tramutare in accessori moda e per la casa.

.....

BIGIOTTERIA E DINTORNI

Bimestrale €30

a cura di Rita Esposito
Dal 06/10/2014 | Lun. 19.00-20.00

Laboratorio per bigiottere e bigiotteri. Si apprendono le tecniche di base, l'infilatura delle perle, l'uso e la manipolazione di metalli, e altro ancora. Un'officina fatta di passione, tecnica e creatività.

DECORAZIONI NATALIZIE CON IL RICICLO CREATIVO

Bimestrale €30

a cura di **Francesca Sannino**
Dal 08/10/2014 | Mer. 9.30-11.30

Carta, plastica, tessuti, materiali dismessi. Come trasformare lo scarto in splendidi decori per un nuovo Eco-Natale.

.....

CUCITO E RICICLO CREATIVO: ECO-LABORATORIO DI RITAGLI E SCAMPOLI

Quadrimestrale €70

a cura di **Francesca Sannino**
Dal 07/10/2014 | Mar. 10.00-12.00

Laboratorio sartoriale che raccoglie, seleziona, ripara, crea e adatta capi di abbigliamento e accessori. Un modo per dare una nuova funzione d'uso a materiale di scarto.

I ritagli e gli scampoli inutilizzati delle aziende di tessuti e vestiti usati. Il progetto vuole incoraggiare lo sviluppo di un'attività artigianale, che contribuisca alla salvaguardia dell'ambiente attraverso il riciclo.

AGO E FILO: RIPARAZIONI SARTORIALI

Bimestrale €30

a cura di **Francesca Sannino**
Dal 07/10/2014 | Mar. 12.00-14.00

Nuova vita ai vecchi capi d'abbigliamento. Dalle riparazioni sartoriali, alla personalizzazione di capi di abbigliamento. Con gusto e creatività. Come allungare, accorciare o allargare. Restringere vita, fianchi, pantaloni. Modificare petto, collo, spalle, manica, anche in relazione alla tipologia dei tessuti. Come procedere per sostituire cerniere, colli e polsini. Ripristinare un orlo. Riparare pantaloni o strappi. In che modo applicare asole, bottoni, decorazioni. E infine creare il nostro "nuovo" capo, riutilizzando abiti e altri materiali.

.....

L'UNCINETTO CREATIVO

Quadrimestrale €70

a cura di **Annamaria Aulicino**
Dal 09/10/2014 | Gio. 16.00-17.00

Imparare a usare l'uncinetto, i punti di base e i segreti di questo attrezzo minuto. Per realizzare con le nostre mani, piccoli, facili, utili lavori.

L'ARTE DEL RICAMO

Quadrimestrale €70

a cura di **Annamaria Aulicino**
Dal 08/10/2014 | Mer. 22.00-23.00

Dedicato a chi, ago alla mano, vuole seguire il filo della creatività. A chi vuole imparare a realizzare le proprie idee rapidamente e con creatività, ricamando con i punti decorativi più semplici.

.....

FERRI E FILATI: LAVORARE A MAGLIA

Quadrimestrale €70

a cura di **Annamaria Aulicino**
Dal 08/10/2014 | Mer. 21.00-22.00

Laboratorio di ferri, filati e intrecci. Dall'avvio delle maglie, alla realizzazione di semplici manufatti o piccoli capi di abbigliamento. È necessario portare con sé un paio di ferri n° 4 e un filato compatibile con il numero dei ferri.

ECONOMIA DOMESTICA: PICCOLI E GRANDI SEGRETI

Bimestrale €30

a cura di **Annamaria Aulicino**
4 lezioni | Mer. 21.00-22.30

Trucchi e segreti per organizzare la casa. Come smacchiare, lavare, pulire. Come riparare, sistemare, rinnovare. Come stirare. Come preparare, conservare, cuocere. Come curare. Come prevenire.

transiti

PER CHI ASPIRA A UN
VIAGGIO DI CONOSCENZA
E DI CONTAMINAZIONE
DELL'ANIMA

Con questa formula si propongono percorsi di contaminazione, attraverso i quali è possibile transitare trasversalmente in discipline, tematiche e creatività differenti. Percorsi di quattro incontri di due ore ciascuno, da vivere come passaggi che varcano e approcciano saperi, immaginari e mondi culturali, contigui o distanti.

**IL RESPIRO DEL VENTRE
E I SUONI DEL RESPIRO**
yoga/ventre dance e percussioni
Mensile €40 1h

a cura di **Maria Giulia Taurisano**
**Lo Yoga e la danza, nel respiro del ventre:
introduzione allo Yoga/ventre dance**
a cura di **Otello Maticena**
**Il ritmo con i suoni del respiro:
introduzione alle percussioni**
Gio. 19.00-20.00

Un tragitto su movimento, respiro e suono, che percorre arabeschi orientali, ritmo e percussioni.

.....

CIBO E CULTURE DAL MONDO
cucina, storia e cultura
della civiltà arabo-islamica
Mensile €40 2h

a cura di **Olmo Tomas**
Cucina di piatti e sapori levantini
a cura di **Francesco Villano**
Storia e cultura della civiltà arabo-islamica
Mar. 15.30-17.30

Un viaggio fatto di cultura, spezie, profumi e sapori, che attraversa la civiltà arabo-islamica. Storia, religione e cibo di latitudini torride e mediterranee.

IL CONTEMPORANEO E L'ANTICO
archeologia e danza
contemporanea
Mensile €40 2h

a cura di **Filippo Russo**
**Forme rituali e aspetti sociali della
danza nel mondo antico**
a cura di **Marie-Thérèse Sitzia**
**Introduzione alla danza contemporanea
e alla coreografia**
Mer. 16.00-18.00

Una narrazione sulle ritualità e sugli aspetti sociali della danza nel mondo antico, dove la danza contemporanea trova ispirazione e contaminazione.

.....

**IL SUD DEL CANTO E DELLE
TAMMORRE**
canto e danze popolari
Mensile €40 2h

a cura di **Massimo Mollo**
**Introduzione al canto napoletano e
all'uso della voce nelle espressioni e
nelle intonazioni del canto contadino**
a cura di **Enzo Stendardo**
**Introduzione alla danza e ai suoni della
tradizione popolare e contadina**
Mer. 18.00-20.00

Un passaggio che attraversa aree contigue, legate da cultura e suoni. Il suono della voce e quello della tradizione del ballo contadino.

LE "RICETTE IMMORALI" DI MANUEL VÁZQUEZ MONTALBÁN

letture e cibi immorali

Mensile €40 2h

a cura di **Adriana Carli**

Tecniche di lettura espressiva e interpretazione

a cura di **Olmo Tomas**

Cucina di cibi immorali

Gio. 16.00-18.00

Un approccio "letterale" e al contempo passionale, al libro di Manuel Vázquez Montalbán. Per interpretarne la *verve* e assaporarne i profumi e le invenzioni culinarie.

LA VIA DELLA CARTA sculture in cartapesta e civiltà e religioni dell'estremo oriente

Mensile €40 2h

a cura di **Marzia Del Giudice**

Laboratorio sull'arte della scultura in cartapesta

a cura di **Francesco Villano**

Civiltà e religioni dell'estremo Oriente: la Cina

Ven. 16.00-18.00

Un transito alla scoperta dell'arte antica della cartapesta e delle culture dell'Estremo Oriente. Percorrendo il continente per una via fantastica, fatta di fragili e leggere sculture di carta, che da

secoli abitano gli immaginari dei nostri popoli e delle lontanissime civiltà cinesi.

IL MAGMA E LO SCARTO il riciclo artistico e il complesso somma-vesuvio

Mensile €40 2h

a cura di **Danilo Blaquier**

Il complesso Somma-Vesuvio: viaggio nella "Montagna", tra natura e mitologia

a cura di **Francesca Sannino**

Laboratorio di riciclo artistico

Mer. 16.30-18.30

Racconti di miti e leggende, passeggiate lente nella natura sospesa del complesso Somma-Vesuvio, si fondono in un unico insieme con il riciclo artistico. L'oggetto di scarto diventa opportunità, nel combinare emozioni, creatività e salvaguardia dell'ambiente.

YOGA, RISATE E RISO cucina e yoga della risata

Mensile €40 2h

a cura di **Rodolfo Matto**

Lo Yoga della risata

a cura di **Olmo Tomas**

Cucina: riso, risate e risotti

Ven. 19.30-21.30

Mantecare e inventarsi risate. Respirare, mescolare. Creare pura energia. Ridere a crepappele. Godere. Godere della risata contagiosa, del colore, del profumo, del sapore. Emozionarsi in questo viaggio di Yoga, risate e riso.

VITA, AMORE E PROSPERITÀ sculture di pane e impasti di pane, pizze e focacce

Mensile €40 2h

a cura di **Annamaria Aulicino**

Cucina di impasti di pane, pizze e focacce

a cura di **Marzia Del Giudice**

Laboratorio di sculture in pasta di pane

Mer. 16.30-18.30

Transito tattile che attraversa l'impasto, e dal mondo antico, recupera un simbolo che esprime vita, amore e prosperità. L'impasto di acqua e di sale, un sapere antichissimo fatto con le mani. Un transito culturale che lavora impasti di pane, focacce, impasti di pizze. E crea una "nuova forma artistica", fatta di piccole sculture in pasta di pane.

L'ESPRESSIONE DEL MARE fotografia e pittura contemporanea

Mensile €40 2h

a cura di **Giuseppe Carfora**

Laboratorio di introduzione alla fotografia digitale

a cura di **Francesco Manes**

Laboratorio di introduzione alla pittura contemporanea

Lun. 21.00-23.00

Due sguardi contemporanei impegnati nella ricerca dell'espressione del mare. Un viaggio emotivo e passionale, in compagnia di un pittore e di un fotografo. Tra pigmenti, obiettivi e diaframmi, vernici, resine, angoli e profondità di campo.

LA BELLEZZA E IL RITRATTO self make up e fotografia

Mensile €40 2h

a cura di **Marcella Iliano**

Laboratorio di introduzione al Self Make Up

a cura di **Egidio Massa**

Laboratorio di introduzione alla fotografia digitale

Ven. 20.30-22.30

Transito visivo in cui si incrociano bellezza, sguardi e caratteri, personalità. Luci e ombre, colori, ciprie. Bianco e nero. Matite, rossetti e immagini. Un percorso di ricerca sullo sguardo, sull'attimo e sul ritratto perfetti.

LA PAROLA SONORA

nel regno del suono e del senso

Mensile €40 2h

a cura di **Dario Perroni**

**Riciclo musicale: laboratorio di
creazione di strumenti e oggetti sonori**

a cura di **Mario Scippa**

**Il suono, il senso e il potere evocativo
delle parole**

Gio. 17.00-19.00

Transito che incrocia il suono e il senso della parola, coinvolgendo l'ascolto e la manualità. Un laboratorio articolato, che sperimenta nuove modalità comunicative e di ascolto, in cui il suono valorizza e amplifica il contenuto della parola "detta". Imparando a costruire strumenti e oggetti sonori – percussioni, effetti d'ambiente, a fiato, aerofoni ecc. – anche con materiali di riciclo.

L'ORGANIZZAZIONE

Presidente

Ornella Furfaro

Segreteria organizzativa

Gloria Crisafo, Marilù Parisi

Segreteria amministrativa

Gilda Di Tommaso

Responsabile organizzazione

corsi e rapporti con

gli insegnanti

Uliana Guarnaccia

Responsabile comunicazione

Marilù Parisi

Responsabile ufficio iscrizioni

e rapporti con il pubblico

Gloria Crisafo

recapiti

tel. 081 404130

e-mail: libereta.napoli@

gmail.com

REGOLAMENTO DEGLI ISCRITTI

- 1. Si pregano i signori corsisti di non chiedere il subentro al loro posto nei corsi di parenti o conoscenti.** L'iscrizione è strettamente nominale.
- 2. È possibile trasferirsi da un corso all'altro:** per ogni spostamento è fatto obbligo di rivolgersi in segreteria che ne verificherà la fattibilità e il consenso dell'insegnante.
- 3. le quote versate non possono essere restituite se non per cause imputabili all'Università:** le richieste di rimborso per motivi personali (famiglia, salute, lavoro, etc...) non possono essere soddisfatte. Per cause imputabili all'Università (**annullamento del corso o errore da parte dell'Università**) il rimborso potrà essere effettuato solo se richiesto **entro e non oltre 30 giorni dalla comunicazione.**
- 4. Il costo della tessera d'iscrizione non verrà rimborsato in nessun caso.**
5. Il cambiamento dell'insegnante durante l'anno di studi non è motivo di richiesta di rimborso.
6. I corsisti sono pregati di tenersi informati in prima persona dell'inizio dei corsi a cui si sono iscritti. La segreteria avviserà gli iscritti ai corsi solo nel caso in cui questi dovessero partire con data diversa o orario diverso dal previsto.
7. Per alcuni corsi di attività motoria è obbligatorio il **certificato medico.**
8. La prima settimana di iscrizioni è riservata agli iscritti dell'anno appena concluso. Al termine di questa settimana non sarà possibile far valere alcun diritto di precedenza. Tutti coloro che desiderano proseguire un corso e/o inserirsi al livello successivo, devono versare regolarmente la quota per garantirsi il posto.

ELENCO DEGLI INSEGNANTI

Maddalena Abbate

Comunicare con la lingua italiana dei segni (LIS)

Annamaria Aulicino

Cinese 1

Trattamenti Reiki

L'uncinetto creativo; L'arte del ricamo; Ferri e filati: lavorare a maglia; Economia domestica:

piccoli e grandi segreti
Cucina casalinga di base; Le mani in pasta 1 e 2; La cucina classica napoletana; La cucina "arstocratica" napoletana; La Cina nel piatto; La cucina per chi "non sa fare i dolci"; Vita, amore e prosperità

amore e prosperità

Annalisa Barone

Inglese 1, 2, 3, 4; Inglese conversazione 1 e 2; English movies: rassegna di film in inglese; Tedesco 1, 2; Tedesco convesazione

Marisa Bennici

Un "bizzarro pianeta" sotto il vesuvio: i Quartieri Spagnoli, essenza di un'intera città

Intolleranze alimentari

Danilo Blaquier

Dai lapilli alle costellazioni: i vulcani del complesso

Somma-Vesuvio;

Cinematografia, dinamiche relazionali e comunicative; Il magma e lo scarto

Celeste Bufano

"Visual and language": laboratorio pittorico in lingua inglese

Ludovica Canniparoli

Inglese da viaggio

Maria Concetta Capuano

Spagnolo 1, 2, 3

Yoga: equilibrio e armonia

Giuseppe Carfora

Dalle basi della fotografia digitale all'arte dello "Still Life"; Fotografia digitale: "vedi Napoli e poi... scatta"; L'espressione del mare

Adriana Carli

Interpretare che passione; Le "ricette immorali" di Manuel Vázquez Montalbán

Lucia Cinquegrana

Inglese 1

Ginnastica: tonificazione e stretching

Raffaella Costigliola

Il computer e internet: guida pratica

Enrico Cozzuto

Tutto sul computer

Ciro Curcio

Napoli tra pieni e vuoti: il divenire della forma urbana

Sharon Day

Egittomania, *Raqs sharqi*: danza orientale

Bruno De Fazio

Come usare Facebook; Seo web copywriter

Marzia Del Giudice

Il magnifico mondo dell'argilla; Officina di sculture in cartapesta; Una nuova forma d'arte: le sculture in pasta di pane; La via della carta; Vita, amore e prosperità

Patrizia Di Schiavi

Yoga: sapere attraverso l'ascolto del corpo

Vincenzo Dina

"La via del cibo": dietetica e educazione alimentare; Giardinaggio ed orto urbano

Roberto Errigo

Il cammino dell'attore

Rita Esposito

Il gioco del teatro; Bigiotteria e dintorni

Grazia Ferrajoli

Leggere crea indipendenza; La lettura attraverso un gesto d'amore: come leggere per un bambino; La scrittura efficace: come scrivere in modo convincente nelle situazioni quotidiane e lavorative

Maurizio Fraissinet

Bird-watching urbano: colori e suoni degli uccelli selvatici in libertà

Helen Fromont

Prevenire i conflitti: mediazione civile e commerciale

Brunella Furfaro

Inglese 1

M. Soledad Garcia Martin Saucedo

Spagnolo 1, 2, 3

Marco Gaudiello

Riprese e montaggio video

Maria Grazia Gravina

Quattro passi in città: storie poco note da attraversare; Le accademie di "libero pensiero" a Napoli; A che serve la filosofia?

Donatella Grillo

Inglese per turisti "fai da te"; English songs

Marcella Iliano

Self Make Up: l'arte della bellezza; La bellezza e il ritratto

Massimiliano Iliano

Personal coaching umanistico

Umberto La Marra

Restauro

Francesco Manes

Esprimersi attraverso la pittura contemporanea; "La cura": restauro e conservazione di opere d'arte; L'espressione del mare

Marina Martone

Il metodo Rio Abierto: pratica di movimento con la musica per il riequilibrio energetico

Maurizio Marvaso

Internet consapevole: alla ricerca di informazioni e servizi on-line

Egidio Massa

Corso di fotografia avanzato; La bellezza e il ritratto

Otello Maticena

"Uno per tutti, tutti per uno": nel ritmo delle percussioni; Il respiro del ventre e i suoni del respiro

Rodolfo Matto

Yoga della risata; "La sostenibile leggerezza dell'essere": il

benessere attraverso il sorriso; Clownterapia; Yoga, risate e riso

Claudia Moeller

Tedesco 1, 2, 3, 4

Martina Mollo

Pianoforte

Massimo Mollo

La canzone napoletana: dal classico al rap; Il Sud del canto e delle tammore

Massimo Mongelluzzi

Difesa personale: prevenzione e tecniche marziali; Difesa personale: antibullismo

Giuliano Montieri

Fondamenti della fotografia: dall'analogico al digitale

Marina Mosca

La cucina naturale

Antonella Padulano

Fotografa et labora

Francesca Parisi

Balli standard; Alfabetizzazione informatica; Informatica e Internet

Dario Perroni

Riciclo musicale; Educazione all'ascolto; La parola sonora

Elio Picone

Gli scacchi: effetti positivi nella mente

Daniela Puddu

Inglese 1

Archeologia: un'indagine sul passato; Napoli tra archeologia, mito e religione

Bruno Renzullo

Meditazione

Filippo Russo

L'archeologia al tempo dei Borbone e la scoperta delle città vesuviane; Viaggio nella Campania antica; Il contemporaneo e l'antico

Luigi Sannino

Ananda Yoga: per una consapevolezza più elevata

Francesca Sannino

No sprechi: eco-laboratorio di riciclo artistico; Decorazioni natalizie con il riciclo creativo; Cucito e riciclo creativo: eco-laboratorio di ritagli e scampoli; Ago e filo: riparazioni sartoriali; Il magma e lo scarto

Francesco Sansalone

Chitarra 1: principianti; Chitarra 2 (intermedio); Chitarra Blues

Mario Scippa

Antiquariato: la ricerca del

bello; E' parole de' canzone; La parola sonora

Liuba Scudieri

Narrazione e racconto; Francese livello base; Laboratorio di poesia e teatro in lingua francese; Italiano di sopravvivenza; Italiano livello intermedio/avanzato

Pasquale Scognamiglio

Difesa personale: prevenzione e tecniche marziali; Difesa personale: antibullismo

Roberta Scorziello

Divertirsi con il computer

Marie-Thérèse Sitzia

Ginnastica dolce: "la colazione del corpo"; Danza contemporanea e coreografia; Il contemporaneo e l'antico Francese 1, 2, 3; Francese conversazione

Maria Elena Stellato

Pittura e pensiero creativo: acquerello, tempera, olio; Colori, matite e carboncini: disegno e educazione visiva; Liberi di vivere la creatività: *potpourri* di tecniche artistiche; Modellato artistico in terracotta; Arte delle candele

INDICE CORSI

Enzo Stendardo

Danze popolari; Il Sud del canto e delle tammore

Maria Giulia Taurisano

Ananda Yoga: per una consapevolezza più elevata; Yoga/ventre dance; ; Il respiro del ventre e i suoni del respiro

Olmo Tomas

Cucina per singles; La cucina in 30 minuti; "Riso, risotti e risate"; La cucina vegetariana; "Non so fare il pesce morto"; Gli hamburger; Cucinare per bambini; Le conserve; Il finger food; Il menù di natale; Ricette pasqualine; Cibo e culture dal mondo; Le "Ricette immorali" di Manuel Vázquez Montalbán; Yoga, risate e riso

Francesco Villano

L'Islam e le sue differenti articolazioni; Dalle origini del Sionismo alle "primavere arabe"; Religioni dell'India e dell'Estremo Oriente; Il dialogo interreligioso; Cibo e culture dal mondo; La via della carta

Giuseppina Volpe

Danze caraibiche; Zumba; Dancy

A che serve la filosofia? 17

Ago e filo: riparazioni

sartoriali 62

Alfabetizzazione informatica 36

Ananda Yoga: per una consapevolezza più elevata 50

Antiquariato: la ricerca del bello 16

Archeologia: un'indagine sul passato 14

Arte delle candele 61

Balli standard 56

Bigiotteria e dintorni 61

Bird-watching urbano: colori e suoni degli uccelli selvatici in libertà 17

Chitarra 1 21

Chitarra 2 21

Chitarra Blues 21

Cibo e culture dal mondo 65

Cinematografia, dinamiche relazionali e comunicative 19

Cinese 1 34

Clownterapia 52

Colori, matite e carboncini: disegno e educazione visiva 59

Come usare Facebook 37

Comunicare con la lingua italiana dei segni (LIS) 18

Corso di fotografia avanzato 39

Cucina casalinga di base 42

Cucina per singles 42

Cucinare per bambini 44

Cucito e riciclo creativo: eco-laboratorio di ritagli e scampoli 62

Dai lapilli alle costellazioni: i vulcani del complesso Somma-Vesuvio 17

Dalle basi della fotografia digitale all'arte dello "Still Life" 38

Dalle origini del sionismo alle "primavere arabe" 13

Dancyng 56

Danza contemporanea e coreografia 55

Danze caraibiche 56

Danze popolari 55

Decorazioni natalizie con il riciclo creativo 62

Difesa personale: antibullismo 53

Difesa personale: prevenzione e tecniche marziali 52

Divertirsi con il computer 37

Economia domestica: piccoli e grandi segreti 63

Educazione all'ascolto 47

Egittomania 15

English movies: rassegna di

film in inglese 29
 English songs 29
 E' parole de' canzone 23
 Esprimersi attraverso la
 pittura contemporanea 58
 Ferri e filati: lavorare a maglia 63
 Fondamenti della fotografia:
 dall'analogico al digitale 38
 Fotografa et labora 38
 Fotografia digitale: "vedi
 Napoli e poi... scatta" 39
 Francese 1 29
 Francese 2 30
 Francese 3 30
 Francese conversazione 31
 Francese livello base di lingua
 e cultura 30
 Giardinaggio ed orto urbano 48
 Ginnastica dolce: "la colazione
 del corpo" 50
 Ginnastica: tonificazione e
 stretching 50
 Gli hamburger 44
 Gli scacchi: effetti positivi
 nella mente 47
 Il cammino dell'attore 22
 Il computer e internet: guida
 pratica 37
 Il contemporaneo e l'antico 65
 Il dialogo interreligioso 13
 Il finger food 45
 Il gioco del teatro 23
 Il magma e lo scarto 66
 Il magnifico mondo dell'argilla 60
 Il menù di Natale 45
 Il metodo Rio Abierto: pratica
 di movimento con la musica
 per il riequilibrio energetico 51
 Il respiro del ventre e i suoni
 del respiro 65
 Il Sud del canto e delle
 tammore 65
 Informatica e Internet 36
 Inglese 1 26
 Inglese 2 26
 Inglese 3 27
 Inglese 4 27
 Inglese conversazione 1 28
 Inglese conversazione 2 28
 Inglese da viaggio 28
 Inglese per turisti "fai da te" 29
 Internet consapevole: alla
 ricerca di informazioni e
 servizi on-line 36
 Interpretare che passione 22
 Intolleranze alimentari 47
 Italiano di sopravvivenza 34
 Italiano livello intermedio/
 avanzato 34
 L'archeologia al tempo dei
 Borbone e la scoperta delle
 città vesuviane 14

La bellezza e il ritratto 67
 Laboratorio di poesia e teatro
 in lingua francese 23
 La canzone napoletana: dal
 classico al rap 21
 La Cina nel piatto 45
 La cucina napoletana
 "aristocratica" 43
 La cucina classica napoletana 43
 La cucina in 30 minuti 42
 La cucina naturale 44
 La cucina per chi "non sa fare
 i dolci" 43
 La cucina vegetariana 44
 "La cura": restauro e
 conservazione di opere d'arte 59
 La lettura attraverso un gesto
 d'amore: come leggere per un
 bambino 18
 La parola sonora 68
 L'arte del ricamo 63
 La scrittura efficace: come
 scrivere in modo convincente
 nelle situazioni quotidiane e
 lavorative 18
 "La sostenibile leggerezza
 dell'essere": il benessere
 attraverso il sorriso 52
 "La via del cibo": dietetica e
 educazione alimentare 42
 La via della carta 66
 Le accademie di "libero
 pensiero" a Napoli 16
 Le conserve 45
 Leggere crea indipendenza 18
 Le mani in pasta 1 43
 Le mani in pasta 2 43
 Le "ricette immorali" di Manuel
 Vázquez Montalbán 66
 L'espressione del mare 67
 Liberi di vivere la creatività:
potpourri di tecniche artistiche 59
 L'Islam e le sue differenti
 articolazioni 13
 L'uncinetto creativo 62
 Meditazione 48
 Modellato artistico in
 terracotta 60
 Napoli tra archeologia, mito e
 religione 14
 Napoli tra pieni e vuoti: il
 divenire della forma urbana 15
 Narrazione e racconto 23
 "Non so fare il pesce morto" 44
 No sprechi: eco-laboratorio di
 riciclo artistico 61
 Officina di sculture in
 cartapesta 60
 Personal coaching
 umanistico 48
 Pianoforte 22
 Pittura e pensiero creativo:

acquerello, tempera, olio 58
 Prevenire i conflitti:
 mediazione civile e
 commerciale 19
 Quattro passi in città: storie
 poco note da attraversare 16
Raqs sharqi: danza orientale 55
 Religioni dell'India e
 dell'Estremo Oriente 13
 Restauro 59
 Ricette pasqualine 45
 Riciclo musicale 58
 Riprese e montaggio video 40
 "Riso, risotti e risate" 43
 Self Make Up: l'arte della
 bellezza 47
 Seo web copywriter 37
 Spagnolo 1 33
 Spagnolo 2 33
 Spagnolo 3 34
 Trattamenti Reiki 48
 Tedesco 1 31
 Tedesco 2 32
 Tedesco 3 32
 Tedesco 4 32
 Tedesco conversazione 33
 Tutto sul computer 36
 Un "bizzarro pianeta" sotto il
 Vesuvio: i Quartieri Spagnoli,
 essenza di un'intera città 15
 Una nuova forma d'arte: le
 sculture in pasta di pane 61
 "Uno per tutti, tutti per uno":
 nel ritmo delle percussioni 22
 Viaggio nella Campania antica 14
 "Visual and language":
 laboratorio pittorico in lingua
 inglese 28
 Vita, amore e prosperità 67
 Yoga della risata 67
 Yoga: equilibrio e armonia 51
 Yoga, risate e riso 67
 Yoga: sapere attraverso
 l'ascolto del corpo 51
 Yoga/Ventre dance 55
 Zumba 56