



# arci corsi

**2019/2020**

Riservati ai Soci ARCI

[www.arcimodena.org](http://www.arcimodena.org)



Arci Modena

ArciCorsi è a cura di:

**Settore Cultura Arci Modena**

**Serena Lenzotti** – 059/2924757 – lenzotti@arci.it

**Massimo Bondioli** – 059/2924765 – culturamodena@arci.it



Due persone che pedalano insieme con zainetti carichi di cultura. È questa l'immagine che abbiamo scelto quest'anno per gli ArciCorsi, convinti che sperimentare nuove passioni, studiare, approfondire, incontrarsi, investire in se stessi sia una opportunità da cogliere. Come per ogni altra attività di Arci Modena, anche per la corsistica pensiamo che farlo insieme sia più bello ed è per questo che continuiamo a sostenere i progetti di formazione, corsi, lezioni, seminari, attività legate al benessere fisico e psicologico proposti dai nostri circoli di Modena e provincia. ArciCorsi cresce ogni anno e non potremmo essere più orgogliosi di un programma che è sempre più ricco e che tocca svariati campi – alcuni più tradizionali e altri più innovativi e curiosi –, pensato per tutte le età, a prezzi popolari o in forma gratuita, per le socie e soci Arci. Qui di seguito troverete proposte che vanno dal teatro al ballo, dal movimento alle nuove tecnologie, dalla scrittura alla fotografia fino alla musica e ai laboratori di cittadinanza attiva. La cultura e la partecipazione sono il modo migliore per sconfiggere paura e pregiudizio e ogni proposta in queste pagine è un piccolo tassello per provare a costruire insieme una società accogliente e aperta.

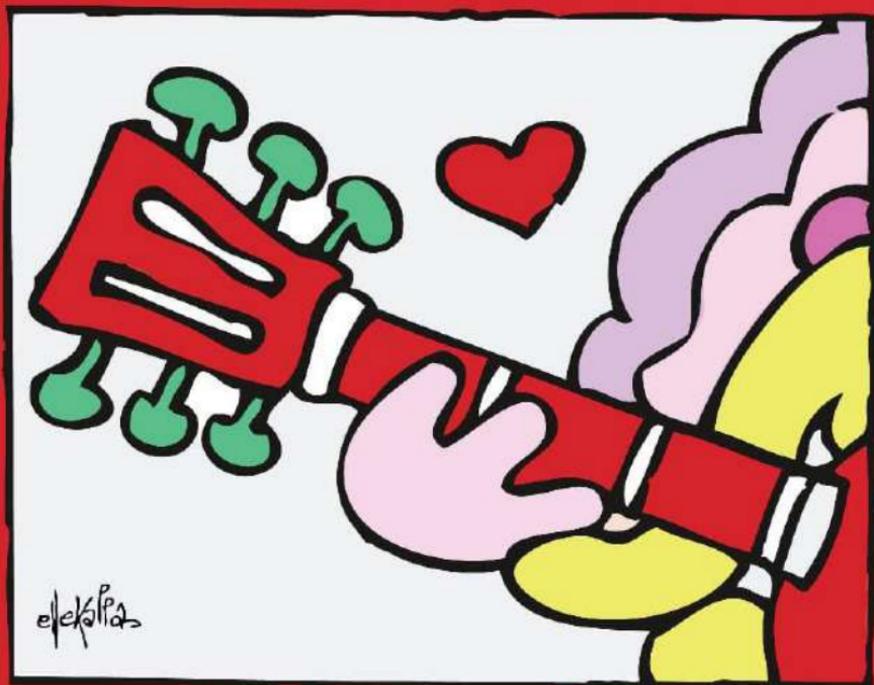
**Anna Lisa Lamazzi**

Presidente Arci Modena

**Serena Lenzotti**

Formazione permanente





# INSIEME, PER PASSIONE

Seguici su [www.arcimodena.org](http://www.arcimodena.org)  
Per tenerti aggiornato,  
iscriviti alla nostra newsletter!



Arci Modena



# INDICE

## MODENA

'87 & Gino Pini	6
A.S.I.A. Modena	9
Florida	10
Idee in Circolo, Left – Vibra	10
Instabile 19	16
Modena Est	17
Sacca	18
San Damaso	20
San Faustino	20
Sirenella	22
Teatro dei Venti	22
Torrazzo	23

## CARPI

Circolo Arcobaleno	24
Centro Arti Figurative	24
La Fontana	25
Giliberti	26
Giovani Lavoratori	27
Idearte Scuola	28
Loris Guerzoni	28

Rinascita Budrione	29
Sandro Cabassi	30
Ugo Barbaro	31

## SOLIERA

Arci Soliera	32
--------------	----

## FORMIGINE

Circolo Nuovamente	35
Formiginese	37

## SASSUOLO

Circolo Alete Pagliani	40
Gruppo Pittori Sassolesi	41
Ottavio Tassi	42

<b>Laboratori di Cittadinanza Attiva</b>	43
----------------------------------------------	----

# MODENA



## POLIVALENTE '87 & GINO PINI

OPEN DAY con stage dei corsi di ballo per bimbi/ragazzi/adulti

domenica 8 settembre 2019

SETTIMANA OPEN prove gratuite dei corsi di ballo

dal 9 al 14 settembre 2019

## CORSI PER BAMBINI E RAGAZZI

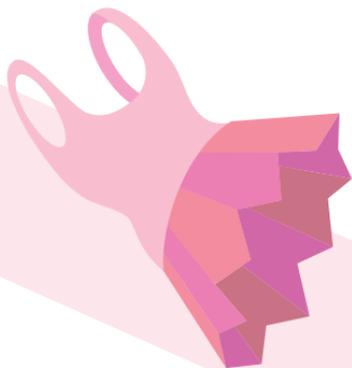
<b>CARIBBEAN SHOW DANCE</b>	<p>Imparerete coreografie strutturate seguendo una trama precisa attraverso l'uso appropriato dei gesti, costumi, e musica.</p> <p><b>FREQUENZA: lunedì e giovedì</b> <b>ORARIO: 19 – 20</b></p>
<b>DANZA EDUCATIVA</b>	<p>Attraverso giochi e tanta fantasia aiuta il bambino a sviluppare il coordinamento motorio, il ritmo e a imparare i primi passi della danza.</p> <p><b>FREQUENZA E ORARIO: martedì 16.45 – 17.30</b></p>
<b>DANZA MODERNA/ MODERN JAZZ</b>	<p>L'utilizzo di musiche moderne e coinvolgenti in questa danza valorizza il gesto e il movimento, riesce a far uscire la personalità del danzatore e il suo rapporto con lo spazio e il tempo.</p> <p><b>FREQUENZA: martedì, mercoledì e venerdì</b> <b>ORARIO: 17 – 18, 18 – 19</b></p>
<b>HIP HOP</b>	<p>La danza Hip Hop è un modo di esprimersi secondo le proprie capacità psico-fisiche e motivazionali. Molti i benefici che può offrire tra i quali lo sviluppo dell'equilibrio, dell'agilità, del linguaggio corporeo e della coordinazione.</p> <p><b>FREQUENZA: lunedì, mercoledì e giovedì</b> <b>ORARIO: 17 – 18, 18 – 19</b></p>
<b>LATINO AMERICANO BIMBI</b>	<p>Danze di coppia ( rumba, cha cha...) che fanno parte delle danze di stile internazionale.</p> <p><b>FREQUENZA E ORARIO: lunedì 17 – 18, 18 – 19; mercoledì 17.30 – 18.30, 18.30 – 19.30</b></p>

<p><b>PROPEDEUTICA ALLA DANZA</b></p>	<p>La propedeutica alla danza permette di dare ai bambini non solo una preparazione fisica adeguata allo studio della danza classica, ma consente anche di lavorare sui principi fondamentali della dinamica, sulla consapevolezza corporea, sulla musicalità e sul senso del ritmo.</p> <p><b>FREQUENZA: venerdì 17 – 18</b></p>
<p><b>PSICOMOTRICITÀ</b></p>	<p>È una disciplina che aiuta a sviluppare l'equilibrio personale e ad armonizzare le diverse aree di sviluppo. La psicomotricità è una pratica che aiuta ad avere fiducia in sé e negli altri e a comunicare sicurezza e tranquillità, apportando miglioramenti anche a livello scolastico. Quindi si rivela particolarmente adatta a bambini molto timidi, insicuri o al contrario, troppo vivaci e con difficoltà di concentrazione.</p> <p><b>FREQUENZA E ORARIO: da definire</b></p>
<p><b>CORO</b></p>	<p>Cantare in un coro è un'esperienza unica che aiuta la socializzazione e permette di condividere un'emozione e una passione che solo la musica riesce a dare.</p> <p><b>FREQUENZA E ORARIO: venerdì 18 – 20</b></p>

## CORSI PER ADULTI

<p><b>BACHATA SENSUAL</b></p>	<p>Questo ballo rappresenta una variante della bachata tradizionale dove l'elemento più importante diventa l'espressione corporale attraverso onde e movimenti a otto del bacino e una maggiore connessione tra uomo e donna.</p> <p><b>FREQUENZA E ORARIO: martedì 21.30 – 22.30, giovedì 21 – 22</b></p>
<p><b>BOOGIE WOOGIE</b></p>	<p>Da ballare su musica Swing o sui ritmi Rock and Roll, il Boogie è un ballo divertente e spettacolare. Movimenti rapidi, footwork elaborati ed evoluzioni aeree.</p> <p><b>FREQUENZA E ORARIO: lunedì 21 – 22</b></p>
<p><b>DANZA DEL VENTRE</b></p>	<p>La danza orientale è tradizionalmente praticata dalle donne, perché esprime interamente la femminilità, la vitalità e la sensualità. Danza unica nel suo genere con stili diversi a seconda del paese d'origine, come la danza con il velo.</p> <p><b>FREQUENZA E ORARIO: lunedì 19 – 20</b></p>

<b>GESTUALITÀ UOMO E DONNA</b>	<p>Questa disciplina è rivolta a chi frequenta un corso di salsa, vuole aumentare la fluidità dei movimenti corporei e imparare a coordinare e arricchire di gesti il proprio modo di ballare la salsa e le danze tradizionali e folkloristiche cubane (rumba, son, cha cha).</p> <p><b>FREQUENZA E ORARIO: mercoledì 20 – 21, 22 – 23</b></p>
<b>HULA</b>	<p>Danza tradizionale hawaiana dalle origini antiche e dal fascino sensuale, che aiuta ad armonizzare il corpo.</p> <p><b>FREQUENZA E ORARIO: lunedì 21 – 22</b></p>
<b>LINDY HOP</b>	<p>È la forma più tradizionale di ballo swing, nata a New York negli anni trenta.</p> <p><b>FREQUENZA E ORARIO: mercoledì 21 – 22</b></p>
<b>SALSA CUBANA</b>	<p>Questa danza è caratterizzata dalla continua rotazione dell'uomo in senso orario, attorno alla donna, con movimenti del corpo molto accentuati e in particolare quelli del bacino. Molto veloce e atletica, ricca di intrecci e di figure. Danza potente e ritmica.</p> <p><b>FREQUENZA: lunedì e mercoledì</b> <b>ORARIO: 20.45 – 21.45, 21.45 – 22.45</b></p>
<b>SALSA PORTORICANA</b>	<p>Viene spesso definita ballo "in linea": la coppia rispetta una linea di ballo o la sua perpendicolare e i cambi di direzione avvengono in senso antiorario, contrariamente alla cubana.</p> <p><b>FREQUENZA E ORARIO: lunedì 21 – 22, 22 – 23</b></p>
<b>INFORMAZIONI</b>	<p>Polivalente '87 &amp; Gino Pini via Pio La Torre, 61 – Modena Tel. 059/300015 – Fax 059/301164 Orario segreteria lun/ven 9 – 13, 14.30 – 24 Mail: polisportiva87@gmail.com Web: www.pol87pini.it Fb: Polivalente 87 &amp; Gino Pini Instagram: polisportiva_87_ginopini</p>





# A.S.I.A. MODENA

I corsi sono da settembre a giugno

Contattateci per conoscere giorno e orario

<b>ARTI MARZIALI</b>	Ki Aikido per adulti, ragazzi e bambini: arte marziale giapponese che migliora la concentrazione e la coordinazione mente-corpo. Kung Fu – Yi Quan e Qi Gong: dalla Cina per coltivare l'energia e la flessibilità.
<b>YOGA, MEDITAZIONE E MINDFULNESS</b>	Hatha Yoga, Yoga Dinamico, Yoga e postura, Yoga Bimbi, Yoga e Meditazione... un'ampia scelta di corsi per trovare il più adatto a sé. Corsi di Mindfulness per affrontare lo stress attraverso la consapevolezza.
<b>GINNASTICHE PER LA SALUTE</b>	Pilates, Metodo Feldenkrais, Ginnastica Perineale, Stretching, Do-In: scegli il corso che senti più adatto a te e riscopri il piacere di un movimento fluido ed equilibrato.
<b>SPECIALE SCHIENA: BACK SCHOOL, MEZIERES E CORE BALANCE</b>	Esercizi cuciti su misura e informazione permettono di combattere il mal di schiena facendo attenzione anche ai movimenti della vita quotidiana. Per adulti e ragazzi.
<b>SPECIALE TERZA ETÀ</b>	Corsi specifici tenuti da insegnanti esperti per prendersi cura di sé e mantenersi in esercizio con allegria; con attenzione alle esigenze di ognuno.
<b>LABORATORI PER ADULTI E BAMBINI</b>	Origami, Yoga e acquerello orientale, Yoga del suono, Arte terapia... scopri sul nostro sito il programma dei laboratori. Ce ne sono per tutti i gusti!
<b>INFORMAZIONI</b>	A.S.I.A. Modena ASD APS via Ettore Orlandi, 20/a – Modena Tel. 059/454367 Orario segreteria: lun/mar 10 – 13, 16.30 – 20; mer/gio 16 – 20, ven 10 – 12.30, 16 – 19 Mail: <a href="mailto:info@asiamodena.it">info@asiamodena.it</a> Web: <a href="http://www.asiamodena.it">www.asiamodena.it</a> Fb, YouTube, Instagram: ASIA Dojo Modena



## FLORIDA

Contattaci per conoscere gli orari

<b>KIZOMBA</b>	<b>FREQUENZA: principiante e intermedio, venerdì</b>
<b>SALSA CUBANA</b>	<b>FREQUENZA: principiante e intermedio, giovedì</b>
<b>SALSA CUBANA/ BACHATA E SALSA PORTORICANA</b>	<b>FREQUENZA: principiante e intermedio, martedì</b>
<b>INFORMAZIONI</b>	<p>Circolo Florida  via Delfini, 52 – Modena  Cel. 3395353690  Mail: <a href="mailto:circoloflorida@libero.it">circoloflorida@libero.it</a>  Web: <a href="http://www.circoloflorida.com">www.circoloflorida.com</a>  Fb: Circolo Culturale Florida</p>



## IDEE IN CIRCOLO, CIRCOLO CULTURALE LEFT – VIBRA, RETE DEGLI STUDENTI UNIVERSITARI, LO SPAZIO NUOVO

<b>CORSO DI PIZZICA</b>	<p>Un tempo la pizzica veniva usata come cura per le “tarrantolate”, donne affette da un malessere psicologico ed esistenziale simile alle convulsioni isteriche e alla pazzia. Oggi questa pratica è pressoché scomparsa ma rimane la passione per questa musica e questa danza; quindi non occorre essere folli ma può aiutare. Vi aspettiamo a ballare! Iscrizione entro il 24 gennaio.</p> <p><b>FREQUENZA: otto incontri dal 29 gennaio, mercoledì</b>  <b>ORARIO: 19.30 – 20.30</b>  <b>LUOGO: Circolo culturale Left - Vibra, via IV Novembre 40/a</b></p>
<b>CORSO DI YOGA</b>	<p>Lo yoga è una disciplina millenaria che coinvolge corpo, postura, respiro e spiritualità: un universo che tocca la persona nel profondo. Praticare lo yoga facilita un benessere fisico e mentale. Iscrizioni entro il 1 ottobre.</p> <p><b>FREQUENZA: dal 7 ottobre, lunedì</b>  <b>ORARIO: 18 – 19</b>  <b>LUOGO: Lo Spazio nuovo, via IV Novembre 40/b</b></p>

## CORSO PER DJ

Il corso è rivolto a chiunque che, amando la musica, abbia voglia di addentrarsi nelle sue diverse espressioni e in particolare nel mondo dei dj. Si approfondirà la conoscenza dei diversi stili musicali con particolare attenzione agli strumenti di un Dj set. Iscrizioni entro il 30 ottobre.

**FREQUENZA: cinque incontri dal 4 novembre, lunedì**

**ORARIO: 18.30 – 20.30**

**LUOGO: Circolo culturale Left - Vibra, via IV Novembre 40/a**

## CORSO APPLICATO DI TECNICA AUDIO/ACUSTICA PER APPASSIONATI DI MUSICA/DJ E MUSICISTI

Dare la possibilità a chi si affaccia al mondo musicale o ne fa già parte di poter approfondire tutto ciò che c'è oltre lo strumento per poterne sfruttare al meglio le possibilità. Per utilizzare la tecnologia moderna ed espandere le proprie attitudini. Iscrizioni entro il 6 marzo.

**FREQUENZA: 6 incontri dal 10 marzo, martedì + prova finale teorico/pratica**

**ORARIO: 20 – 23**

**LUOGO: Circolo culturale Left - Vibra, via IV Novembre 40/a**

## MATTABANDA

Un gruppo di amatori, amanti delle percussioni, da alcuni anni si incontra per creare ritmi e sequenze con i quali animare parate e feste di strada. È un progetto in collaborazione con Social Point.

**FREQUENZA: dal 17 settembre, martedì**

**ORARIO: 18 – 20**

**LUOGO: Lo Spazio Nuovo, via IV Novembre 40/b**

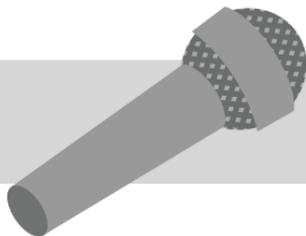
## CORSO BARMAN

Il corso si rivolge a tutti gli appassionati del mondo del Beverage, e a tutti coloro che desiderano approfondire o ampliare le tecniche di preparazione delle bevande. Si acquisirà una conoscenza più approfondita dei prodotti, delle tecniche di preparazione e delle competenze della figura che sta dall'altra parte del bancone. Iscrizioni entro il 30 ottobre.

**FREQUENZA: cinque incontri dal 6 novembre, mercoledì**

**ORARIO: 19 – 21**

**LUOGO: Circolo culturale Left - Vibra, via IV Novembre 40/a**



<p><b>CORSO DI COMUNICAZIONE</b></p>	<p>Il corso consentirà di acquisire conoscenze relative a: scrittura di un testo giornalistico e approfondimento del linguaggio, analisi e utilizzo dei social network, individuazione delle piattaforme adatte al raggiungimento dell'obiettivo e loro utilizzo, coinvolgimento della community, consolidamento e aumento dei follower, monitoraggio delle attività, realizzazione di scatti fotografici. Le competenze acquisite nel corso consentiranno di promuovere in autonomia la propria attività associativa e/o i propri eventi. Iscrizioni entro il 27 gennaio.  <b>FREQUENZA: dieci incontri dal 30 gennaio, giovedì</b>  <b>ORARIO: 18.30 – 20.30</b>  <b>LUOGO: Lo spazio nuovo, via IV Novembre 40/b</b></p>
<p><b>CORSO VIDEO MAKER</b></p>	<p>Un percorso formativo per apprendere il mondo del video o diventare video maker. Realizzare un prodotto audiovisivo attraverso tutte le fasi della produzione, dall'idea e sceneggiatura, alle tecniche di ripresa, linguaggio video e un particolare approfondimento su quelle che sono le strumentazioni connesse a questo mondo.  <b>FREQUENZA: da definire</b>  <b>LUOGO: Circolo culturale Left - Vibra, via IV Novembre 40/a</b></p>
<p><b>LABORATORIO DI SARTORIA CREATIVA</b></p>	<p>Il laboratorio per principianti e appassionati approfondirà: la macchina da cucire, i punti di cucitura a mano, la scelta dei tessuti, il cartamodello, il taglio e la confezione. Iscrizioni entro il 25 ottobre.  <b>FREQUENZA: otto incontri dal 28 ottobre, lunedì</b>  <b>ORARIO: 19.30 – 21.30</b>  <b>LUOGO: Lo Spazio Nuovo, via IV Novembre 40/b</b></p>
<p><b>GRUPPO DI AUTO MUTUO AIUTO</b></p>	<p>L'Auto Mutuo Aiuto (A.M.A.) si propone di mettere in contatto persone che condividono lo stesso problema, facilitando dialogo, scambio vicendevole, confronto.  <b>FREQUENZA: martedì, mercoledì e giovedì</b>  <b>ORARI: Gruppo AMA Uditori di Voci martedì 16.30 – 17.30, Gruppo AMA generico "Il Quadrifoglio" mercoledì 18.30 – 19.30, giovedì 10 – 12</b>  <b>LUOGO: Idee in circolo, via IV Novembre 40/a</b></p>

## SPAZIO NUOVO FOR KIDS

### MAGICO MUNDO WINTER // LABORATORI LUDICO CULTURALI

Una ludo scuola di martedì, mercoledì e giovedì,  
da settembre a fine maggio, 16.30 - 18.

Divertimento, giochi cooperativi e laboratori di: inglese/avviamento alla  
musica/creazione di un libro/scrittura/graffiti.

Per i bambini della scuola Cittadella si prevede, previa iscrizione,  
il ritiro alle 16.30.

#### LIBRO D'ARTISTA CREA IL TUO LIBRO PER BIMBI E RAGAZZI

Attraverso la sperimentazione tecnica e pittorica i partecipanti realizzeranno un proprio libro d'artista. Potrai infatti creare un testo fatto su misura personalizzando racconti, immagini e personaggi, in modo da rispecchiare la realtà del bambino a cui il libro è dedicato.

**FREQUENZA:** 5 incontri dal 16 gennaio, giovedì

**ORARIO:** 17 - 18

**LUOGO:** Lo spazio nuovo, via IV Novembre 40/b

#### MAGICO MUNDO FREE // UN VILLAGGIO IN CRESCITA - LABORATORI GRATUITI PER BAMBINI

Nell'ambito del progetto "Un villaggio in crescita", con il contributo del Quartiere 1. Mercato bio, dibattiti, presentazioni libri.

**FREQUENZA:** dall'11 settembre fino a metà luglio,  
mercoledì

**ORARIO:** 17 - 18

**LUOGO:** Lo spazio nuovo, via IV Novembre 40/b

#### PERCORSO DI AVVIAMENTO ALLA MUSICA

Il corso si prefigge di avvicinare i bambini al mondo della musica attraverso il gioco, affinché acquistino consapevolezza della loro innata forza creativa. Un approccio, quindi, molto fisico, per permettere ai bimbi di visualizzare e memorizzare la musica come elemento nello spazio e consentire l'apprendimento degli elementi ritmici necessari per una prima esperienza diretta con strumenti musicali quali tastiera, chitarra, armonica, basso, o batteria. Iscrizione trimestrale.

**FREQUENZA:** dal 26 settembre a fine dicembre, giovedì  
// riprende dal 20 febbraio a fine maggio

**ORARIO:** 17 - 18

**LUOGO:** Lo spazio nuovo, via IV Novembre 40/b

**PLAY IN ENGLISH  
LABORATORI  
CREATIVI IN  
LINGUA INGLESE  
PER BIMBI E  
RAGAZZI**

Il progetto si pone l'obiettivo di avvicinare i bambini in età scolare alla lingua inglese attraverso attività ludico-didattiche che coinvolgano tutte le sfere sensoriali (vista, tatto, udito, gusto e olfatto). Il laboratorio mira a sviluppare le prime abilità linguistiche stimolando interesse ed atteggiamento positivo nei confronti delle altre culture e della lingua straniera. L'idea è di utilizzare l'approccio comunicativo per favorire la socializzazione accrescendo la disponibilità all'ascolto. Iscrizione trimestrale

**FREQUENZA: dal 24 settembre a fine maggio, martedì**

**ORARIO: 17 – 18**

**LUOGO: Lo spazio nuovo, via IV Novembre 40/b**

## **CORSI E LABORATORI**

**CORSO DI  
PSICOMOTRICITÀ**

La psicomotricità è una disciplina educativa che facilita il naturale percorso evolutivo del bambino attraverso il movimento e il gioco. Attraverso il gioco e la sperimentazione dello spazio e dei materiali il bambino impara a conoscere se stesso e l'ambiente che lo circonda, mette in gioco le proprie emozioni ed esprime il proprio mondo interiore.

**FREQUENZA: da definire**

**LUOGO: Lo Spazio Nuovo, via IV Novembre 40/b**

**CORSO PER DJ**

Il corso è rivolto a bambini/ragazzini che, amando la musica, abbiano voglia di addentrarsi nelle diverse espressioni della musica ed in particolare nel mondo dei dj. Si approfondirà la conoscenza dei diversi stili musicali con particolare attenzione agli strumenti e alle tecniche di missaggio, mettendoci anche alla prova nella pratica concreta di un Dj Set. Iscrizioni entro il 30 ottobre. 6 – 11 anni

**FREQUENZA: cinque incontri dal 4 novembre, lunedì**

**ORARIO: 17 – 18**

**LUOGO: Circolo culturale Left-Vibra, via IV Novembre 40/a**

**HIP HOP**

Il laboratorio prevede una serie di incontri durante i quali i bambini, con l'aiuto di tecnici, potranno conoscere meglio questa cultura, attraverso le sue quattro discipline: MCing (musica rap), Djing (mixaggio sonorità), writing (graffitismo), breakdance.

**FREQUENZA: da definire**

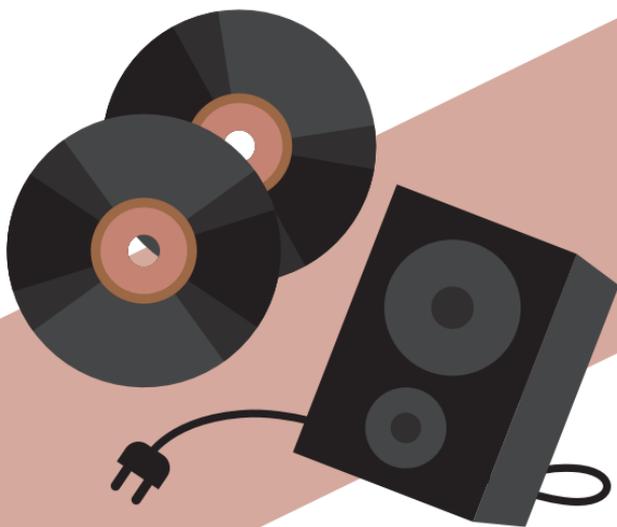
**LUOGO: Lo spazio nuovo, via IV Novembre 40/b**

## LABORATORIO DI GRAFFITI

Un laboratorio di graffiti si pone come obiettivo di fornire uno strumento adeguato affinché i ragazzi possano esprimere la loro creatività individuale in un ambito di confronto costruttivo, e di maturare una propria identità in armonia con la collettività, questo attraverso una forma d'arte che sia comprensibile, appetibile e di sufficientemente semplice approccio. Iscrizioni entro il 4 maggio  
**FREQUENZA: cinque incontri dal 7 maggio, giovedì**  
**ORARIO: 17 – 19**  
**LUOGO: Lo spazio nuovo, via IV Novembre 40/b**

## INFORMAZIONI

Idee in circolo  
Pres: Alessia Casoli  
via IV Novembre 40/a – Modena  
Cel. 3452833360  
Orari segreteria: lun 9.30 – 12.30, 15 – 19.30;  
giovedì 14.30 – 18.30  
Mail: [associazioneideeincircolo@gmail.com](mailto:associazioneideeincircolo@gmail.com)  
Web: <http://associazioneideeincircolo.wordpress.com>  
FB: Associazione Idee in Circolo  
Fb: Lo Spazio Nuovo  
Instagram: LOSPAZIONUOVO





# INSTABILE 19 – CAJKA TEATRO

I corsi sono da ottobre. Contattateci per conoscere giorno e orario.

<b>IL GABBIANO - LABORATORIO PERMANENTE</b>	Cajka Teatro propone un laboratorio teatrale dedicato allo studio ed all'approfondimento di "Il Gabbiano" di A. Cechov, forse il testo più amato di sempre dagli attori. Un'ode aperta dichiarata d'amore per il teatro. Le vite dei personaggi si intrecciano e si avvolgono intorno a un lago che si fa specchio delle anime di chi lo circonda. Fra malinconia e ironia, tra rabbia e passione si snodano vicende senza tempo.
<b>IL TEATRINO DELLE MERAUVIGLIE</b>	Percorso esperienziale nell'arte. Uno spazio e un tempo in cui permettere ai bambini di liberare le parole, le idee e il corpo, partendo da fiabe e racconti come materiali guida. Un laboratorio per allenare insieme alla propria creatività e capacità espressiva l'ascolto di sé e degli altri. Ascolteremo storie, le manipoleremo, le trasformeremo facendole vivere nello spazio intorno a noi. Gruppo dei piccoli dai 3 ai 5 anni. Gruppo dei grandi dai 6 ai 10 anni.
<b>LABORATORIO INTENSIVO DI TEATRO DANZA CON DARIA MENICETTI</b>	Attraverso i principi della Danza Sensibile®, del Body Mind Centering® e del metodo Nikolais alleniamo il corpo all'attenzione, all'apertura delle percezioni, alle relazioni, alla presenza e favoriamo l'emersione del movimento unico e personale di ogni partecipante. Inoltre con l'aiuto del gruppo si lavora alla scrittura coreografica di un proprio assolo.
<b>EL DESEO- TEATRO IN SPAGNOLO</b>	Un'opportunità unica a Modena per apprendere lo Spagnolo. Il laboratorio, condotto e diretto da un attore madrelingua Spagnola vuole unire lo studio della lingua all'esperienza artistica. Gli strumenti teatrali, diventano vettore e funzione per lo studio della lingua attraverso un approccio ludico e creativo.
<b>INFORMAZIONI</b>	Instabile19 via della Meccanica, 19 – Modena Tel. 059/9786216 Cel.3450851765 Orari segreteria: lun/ven 14 – 20 Mail: cajkalab@gmail.com Web: www.cajkateatro.net Fb: Cajka Teatro d'Avanguardia Popolare Instagram: cajkateatro



# POLISPORTIVA MODENA EST

I corsi si terranno da ottobre a maggio.

<b>BALLI COUNTRY</b>	FREQUENZA E ORARIO: giovedì 20.30 – 22.30
<b>BALLI DI GRUPPO</b>	FREQUENZA E ORARIO: lunedì 20.30 – 22.30
<b>BALLI DI GRUPPO OVER 65 (PROGETTO TERZA ETÀ IN MOVIMENTO)</b>	FREQUENZA E ORARIO: giovedì 14.30 – 17.30
<b>BALLO LISCIO</b>	FREQUENZA E ORARIO: sabato 15 – 17.30
<b>BOOGIE - WOOGIE</b>	FREQUENZA E ORARIO: martedì 20.30 – 22.30
<b>COREOGRAFICO SHOW CARAIBICO</b>	FREQUENZA E ORARIO: mercoledì 19.30 – 21
<b>DANZA DEL VENTRE</b>	FREQUENZA E ORARIO: lunedì 19.45 – 22.15
<b>DE TODO CARAIBICO (SALSA, BACHATA, MERENGUE, FOLKLORE)</b>	FREQUENZA E ORARIO: mercoledì 21 – 22
<b>DE TODO FOLKLORE</b>	FREQUENZA E ORARIO: lunedì 22.20 – 23.40
<b>HIP HOP</b>	FREQUENZA: lunedì e mercoledì ORARIO: 17 – 19
<b>KIZOMBA (PRINCIPIANTI – INTERMEDI)</b>	FREQUENZA E ORARIO: martedì 21 – 23
<b>PRIMI PASSI CUBANA</b>	FREQUENZA E ORARIO: lunedì 20.15 – 21.15

<b>SALSA CUBANA</b>	<b>FREQUENZA E ORARIO:</b> intermedio mercoledì 22.30 – 23.30; intermedio/avanzato lunedì 21.15 – 22.15
<b>SYNCHRO DANCE</b>	<b>FREQUENZA:</b> principianti/agonisti mercoledì 18.30 – 21.30
<b>INFORMAZIONI</b>	Polisportiva Modena EST viale dell'Indipendenza, 25 – Modena Tel. 059/283449 - Fax 059/283270 Orario segreteria: lun/ven 15.30 – 20.30 Mail: info@polisportivamodenaest.it Web: www.polisportivamodenaest.it Fb: Polisportiva Modena Est

## POLISPORTIVA SACCA



<b>CORSO DI BALLO DI GRUPPO</b>	<p>Livelli: principiante, intermedio, avanzato. Possibilità d'iscrizione in qualsiasi momento. Insegnante: Willy.</p> <p><b>FREQUENZA:</b> da fine settembre, lunedì</p> <p><b>ORARIO:</b> 14 – 17</p>
<b>CORSO BALLO LISCIO</b>	<p>Livelli: principiante, avanzato, possibilità d'iscrizione in qualsiasi momento. Insegnanti: Cerlini &amp; Marina.</p> <p><b>FREQUENZA:</b> da fine settembre, lunedì</p> <p><b>ORARIO:</b> principianti 21 – 22, avanzato 22 – 23</p>
<b>CORSI DI BENESSERE PER LA SCHIENA</b>	<p>Corsi di ginnastica dolce e globale per il benessere della schiena e di tutta la colonna vertebrale. Prima lezione ingresso gratuito. Possibilità di livello ininterrotta.</p> <p><b>FREQUENZA E ORARIO:</b> venerdì 18 – 19</p>
<b>CORSO DI PIANOFORTE</b>	<p>Per bambini/ragazzi/adulti. Livelli principiante, intermedio, avanzato. Insegnante: Lupoli Roberto. Info: Lupoli Roberto 3474464096.</p> <p><b>FREQUENZA E ORARIO:</b> settimanale, giorno e pomeriggio da concordare con maestro. Da settembre a giugno.</p> <p><b>Possibilità d'inserimento ininterrotta</b></p>
<b>CORSO DI INFORMATICA ADULTI</b>	<p>Livelli principiante, intermedio.</p> <p>Lezione: singola o di gruppo</p> <p><b>FREQUENZA E ORARIO:</b> settimanale, giorno da concordare con insegnante</p>

**CORSO DI  
PITTURA:  
COLORIAMO  
LE EMOZIONI**

Per bambini, ragazzi e adulti. Corso per imparare le varie tecniche utili ad esprimere "le emozioni" con il pennello e la matita, approccio alla creta, ceramica e maiolica.

Ogni anno a fine corso viene organizzata una mostra dei lavori svolti, presso i locali della Polisportiva.

Livelli: principiante, intermedio, avanzato.

Info: Cinzia 33341167915.

Possibilità di ingresso a ogni inizio mese.

**FREQUENZA: da ottobre a maggio, mercoledì**

**ORARIO: bambini e ragazzi 18 – 20, adulti 20 – 22**

**Possibilità di corso unico prolungato 20 – 22**

**INFORMAZIONI**

Polisportiva Sacca

via Paltrinieri, 80 – Modena

Tel. e Fax: 059/311434 sgv.

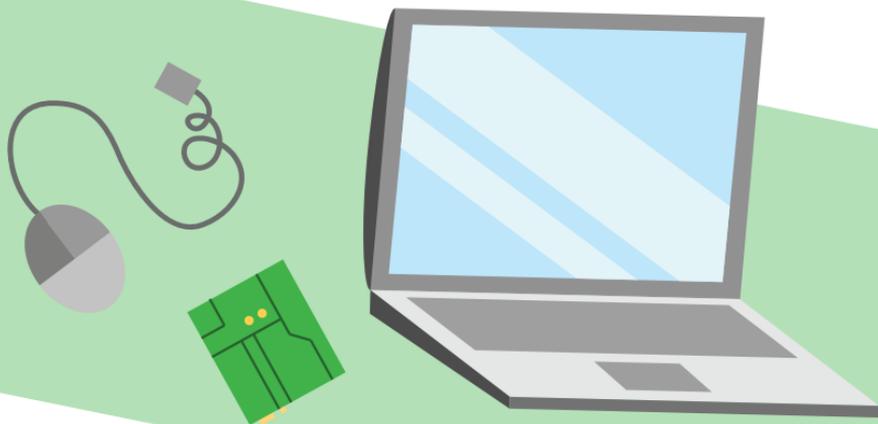
Cel. 3343855597

Orari segreteria: lun/ven 9 – 12.30, 15.30 – 19

Mail: [info@polisportivasacca.net](mailto:info@polisportivasacca.net)

Web: [www.polisportivasacca.net](http://www.polisportivasacca.net)

Fb: Polisportiva Sacca



## POLIVALENTE SAN DAMASO



<b>BALLI DI GRUPPO</b>	<b>FREQUENZA:</b> da ottobre, mercoledì <b>ORARIO:</b> 21 – 23
<b>COUNTRY</b>	<b>FREQUENZA:</b> da ottobre a maggio, martedì <b>ORARIO:</b> 21 – 23
<b>DANZALAND</b>	<b>FREQUENZA:</b> da settembre a maggio, martedì <b>ORARIO:</b> 16 – 19 danza sportiva per bambini, 21 – 23 latino americano per adulti
<b>PILATES</b>	<b>FREQUENZA:</b> da settembre a giugno, lunedì e mercoledì <b>ORARIO:</b> 19 – 20
<b>YOGA CORPO MENTE RESPIRO</b>	<b>FREQUENZA:</b> da ottobre a maggio, martedì e giovedì <b>ORARIO:</b> martedì 19 – 20.30, giovedì 09.30 – 11
<b>YOGA POSTURALE</b>	<b>FREQUENZA:</b> da ottobre a maggio, martedì e giovedì <b>ORARIO:</b> martedì 17.30 – 18.30, giovedì 09.30 – 11
<b>ZUMBA</b>	<b>FREQUENZA:</b> da settembre a maggio, lunedì e mercoledì <b>ORARIO:</b> 20 – 21
<b>INFORMAZIONI</b>	Polivalente San Damaso via Scartazzetta, 53 – S. Damaso, Modena Tel. 059/469780 Orario segreteria: lun/ven 9 – 12; lun/dom 13 – 24 Mail: polsandamaso@gmail.com Fb: Polivalente San Damaso

## POLISPORTIVA SAN FAUSTINO



<b>BALLO LISCIO</b>	<b>Periodo di svolgimento:</b> da ottobre a maggio
<b>GINNASTICA ARTISTICA</b>	Lezioni di ginnastica artistica per principianti e professionisti. <b>Frequenza:</b> dal lunedì al sabato <b>Periodo di svolgimento:</b> da settembre a giugno
<b>GINNASTICA DOLCE</b>	Lezioni di ginnastica dolce e posturale. <b>Periodo di svolgimento:</b> da ottobre a giugno

<b>SCACCHI: PRIMO LIVELLO E SQUADRA AGONISTICA</b>	Corsi sia amatoriali che professionali di scacchi a cura del Club 64. <b>Periodo di svolgimento: da settembre a maggio</b>
<b>GRUPPO NATURALISTICO MODENESE: RICONOSCIMENTO FUNGHI / GRUPPO MODENESE SUCCULENTE: PIANTUMAZIONE E CRESCITA</b>	Corsi di riconoscimento micologico. Corsi di riconoscimento delle piante succulenti e coltivazione. <b>Periodo di svolgimento: autunno – primavera</b>
<b>DRIVE FLY: MODELLISMO STATICO</b>	Attività di modellismo statico. <b>Periodo di svolgimento: tutto l'anno</b>
<b>FOTOGRAFIA: CORSI DI PRIMO LIVELLO E PROFESSIONALI</b>	Il Ghirlandinaphotography coltiva la "cultura" dell'immagine con quella dello "stare assieme". <b>FREQUENZA: da febbraio a maggio</b>
<b>RICAMO: STORIA E PRATICA</b>	Tutorial di ricamo e pratica. <b>FREQUENZA: da ottobre ad aprile, lunedì, martedì e sabato</b>
<b>INFORMAZIONI</b>	Polisportiva San Faustino via Wiligelmo, 72 – Modena Tel: 059/357553 Mail: info@polisanfaustino.it Web: www.polisanfaustino.it



## CIRCOLO SPORTIVO DILETTANTISTICO SIRENELLA

<b>BALLO LISCIO E DI GRUPPO</b>	Info: Fabio 3406599951 <b>FREQUENZA: martedì 21 – 23</b> <b>LUOGO: Via Montegrappa, 47 Modena</b>
<b>SKATE</b>	Info: Mauro 3355741013 <b>FREQUENZA: martedì e giovedì</b> <b>ORARIO: 17.30 – 19.30</b> <b>LUOGO: Via Montegrappa, 47 Modena</b>
<b>INFORMAZIONI</b>	Circolo sportivo dilettantistico Sirenella via Montegrappa, 47 – Modena Tel. 059/232489 Mail: <a href="mailto:info@sirenellamodena.it">info@sirenellamodena.it</a> Web: <a href="http://www.sirenellamodena.it">www.sirenellamodena.it</a>



## TEATRO DEI VENTI

Il Teatro dei Venti con il Centro di Formazione Teatrale presenta un ricco calendario di corsi: periodo di svolgimento da ottobre a maggio, con frequenza settimanale e laboratori intensivi in diversi fine settimana durante l'anno  
Tutte le novità sono consultabili sul sito della compagnia e su Facebook

- **CORSI DI TEATRO PER BAMBINI, RAGAZZI E ADULTI**
- **WORKSHOP E APPROFONDIMENTI PER PROFESSIONISTI**
- **WORKSHOP DI TRAMPOLI E TEATRO DI STRADA; TESSUTI AEREI E CORDA; CLOWN**
- **SEMINARI CON ARTISTI E PEDAGOGHI ITALIANI E INTERNAZIONALI**

### INFORMAZIONI

Teatro dei Venti  
via San Giovanni Bosco, 150 – Modena  
Tel. 059/7114312  
Cel. 3897993351  
Mail: [info@teatrodeiventit.it](mailto:info@teatrodeiventit.it)  
Web: [www.teatrodeiventit.it](http://www.teatrodeiventit.it)  
Fb: Teatro Dei Venti

# TORRAZZO



<b>ARTI MARZIALI</b>	Info: Riccardo 3930971879 <b>FREQUENZA E ORARIO:</b> martedì, giovedì e venerdì dalle 17
<b>GINNASTICA DOLCE</b>	Info: Giulia 3475455905 <b>FREQUENZA:</b> da ottobre a maggio, lunedì e mercoledì <b>ORARIO:</b> dalle 18
<b>LATINO AMERICANO</b>	"HAVANA COLA" di Andrea & Laura <b>FREQUENZA:</b> da settembre a giugno, giovedì <b>ORARIO:</b> 21 – 24
<b>TANGO ARGENTINO</b>	Organizzato dal gruppo Mala Yunta. Info: Maurizio 3388524978
<b>INCONTRI DI YOGA</b>	Info: Massimo 3357082186, Anna Grazia 3398476284 <b>FREQUENZA:</b> da settembre a giugno, sabato e domenica
<b>TEATRO DI IMPROVVISAZIONE "IMPROGRAMLOT"</b>	Info: Emanuele Zecchini 3396985572 <b>FREQUENZA:</b> da ottobre a maggio, lunedì, martedì e mercoledì <b>ORARIO:</b> dalle 21
<b>GRUPPO DI PITTURA</b>	Info: Elio Caterina 3331921426 <b>FREQUENZA:</b> da definire
<b>INFORMAZIONI</b>	Polivalente Il Torrazzo via Papa Giovanni XIII, 10 – Modena Tel. 059/253027 Bar: lun/sab 7 – 01; dom e festivi 8 – 24 Mail: <a href="mailto:iltorrazzo2015@libero.it">iltorrazzo2015@libero.it</a>



# CARPI

## ARCOBALENO



<b>ARTI MARZIALI</b>	Diverse le discipline proposte nell'ambito dell'ampia fascia oraria: Wing Chun (adulti), Kung Fu (adulti e bambini), combattimento libero con protezioni (adulti) e molte altre. <b>FREQUENZA E ORARIO: mercoledì 17 – 20, venerdì 16 – 20</b>
<b>TANGO</b>	<b>FREQUENZA: giovedì</b> <b>ORARIO: 20 – 23.30</b>
<b>LATINI</b>	<b>FREQUENZA E ORARIO: martedì 19.30</b>
<b>INFORMAZIONI</b>	Circolo Arcobaleno via Giliberti, 1 – Santa Croce di Carpi Tel. 059/664885 Orari segreteria: mar/dom 13.30 – 24, lun 18 – 24

## CENTRO ARTI FIGURATIVE



Corsi annuali, martedì e giovedì dalle 21 alle 23

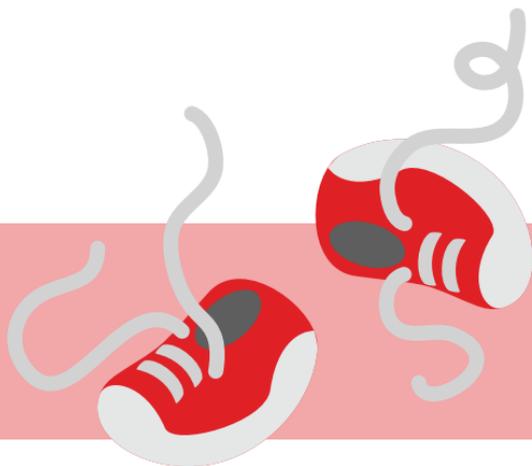
<b>DISEGNO DAL VERO</b>	Da modelli di gesso e nature morte. Studio del ritratto e della figura umana con matita, carboncino, pastelli, inchiostri.
<b>TECNICHE PITTORICHE</b>	Olio, acrilico, acquerello, tempera, tempera grassa e matite colorate. Insegnamento individuale.
<b>TECNICHE PLASTICHE</b>	L'insegnamento prevede un accostamento elementare alla tecnica del modellamento della creta con successive produzioni di terrecotte, calchi in gesso e, in alcuni casi, fusioni in bronzo.
<b>ACQUAFORTE</b>	Tecnica di incisione che, accompagnata alla acquatinta, alla punta secca e alla cera molle è molto apprezzata per la complessità dei procedimenti che hanno il sapore antico del lavoro di bottega e per il piacere che dà poter ottenere più esemplari di una singola opera. La scuola ha un completo e funzionale laboratorio.

<b>RESTAURO DEL MOBILE</b>	Per riappropriarsi di una manualità spesso estranea alla nostra dimensione quotidiana, imprescindibile per tutti coloro che affrontano il restauro di un mobile.
<b>MOSAICO</b>	Principi teorici – pratici delle tecniche più conosciute.
<b>PICCOLI PROGETTI CREATIVI</b>	Dare libera espressione alla propria creatività, realizzando ex-novo o attraverso il riciclo piccoli oggetti utili per ravvivare e colorare l'atmosfera delle feste e non solo.
<b>INFORMAZIONI</b>	Circolo Centro Arti Figurative (ex Scuola Comunale di Migliarina di Carpi) via Lunga, 1 (laterale di via Guastalla) – Carpi Cel. 3461462573 (lun/sab 16 – 20) Web: <a href="http://www.carpidiem.it">www.carpidiem.it</a> "Cultura e tempo libero", vedi voce "corsi"

## LA FONTANA



<b>ZUMBA</b>	<b>FREQUENZA E ORARIO: lunedì 20 – 21</b>
<b>INFORMAZIONI</b>	Circolo La Fontana via I. Martinelli, 1 – Fossoli di Carpi Tel. 059/660782 Orari segreteria: lun/dom 13 – 17, 20 – 23





<b>BALLO LISCIO E DI GRUPPO</b>	<b>FREQUENZA E ORARIO:</b> giovedì dalle 20.30
<b>BOOGIE WOOGIE, LINDY HOP, VINTAGE JAZZ CHARLESTON, DANZA IRLANDESE</b>	<b>FREQUENZA:</b> lunedì, mercoledì e giovedì <b>ORARIO:</b> 21
<b>DANZA CLASSICA E MODERNA</b>	<b>FREQUENZA E ORARIO:</b> lunedì dalle 17
<b>GINNASTICA – BIODANZA</b>	<b>FREQUENZA E ORARIO:</b> martedì 21 – 23
<b>GINNASTICA DI MANTENIMENTO</b>	<b>FREQUENZA E ORARIO:</b> lunedì 8.30 – 9.30; martedì e giovedì 9 – 10, 10 – 11, 19 – 20
<b>LATINO – AMERICANO</b>	<b>FREQUENZA E ORARIO:</b> lunedì dalle 20.30
<b>YOGA, PILATES, GARUDA E DANZA DEL VENTRE</b>	<b>FREQUENZA E ORARIO:</b> martedì dalle 19.30
<b>ZUMBA E FITNESS</b>	<b>FREQUENZA:</b> lunedì e mercoledì <b>ORARIO:</b> dalle 19
<b>GINNASTICA MEDICA</b>	Osteoporosi – artrosi – mal di schiena. <b>FREQUENZA:</b> lunedì, mercoledì e venerdì <b>ORARIO:</b> 19 – 20
<b>CORSO DI INFORMATICA</b>	Per principianti e avanzati. <b>FREQUENZA:</b> martedì e giovedì <b>ORARIO:</b> 18.30 – 21
<b>CORSO DI ACQUERELLO</b>	Con Lorena Ghizzoni. Molti hanno la necessità di esprimere le proprie emozioni con forme diverse dalla lingua parlata: la pittura ad acquerello è una di queste. <b>FREQUENZA E ORARIO:</b> martedì e mercoledì dalle 20.45. <b>Eventuale corso pomeridiano da concordare</b>

<b>GASTRONOMIA</b>	Alla scoperta di vecchi sapori. <b>FREQUENZA E ORARIO: lunedì dalle 20.30</b>
<b>LAVORO A MAGLIA</b>	<b>FREQUENZA: una sera alla settimana</b>
<b>TAGLIO E CUCITO</b>	<b>FREQUENZA: lunedì, martedì, mercoledì e giovedì</b> <b>ORARIO: pomeridiano e serale</b>
<b>INFORMAZIONI</b>	Polivalente Giliberti Pres. Franca Gazzini via Tassoni, 6 – Carpi Tel. 059/641575 – Fax 059/696521 Orari segreteria: lun/ven 9 – 12 Mail: info@arcigilberticarpi.it Web: www.arcigilberticarpi.it

## GIOVANI LAVORATORI

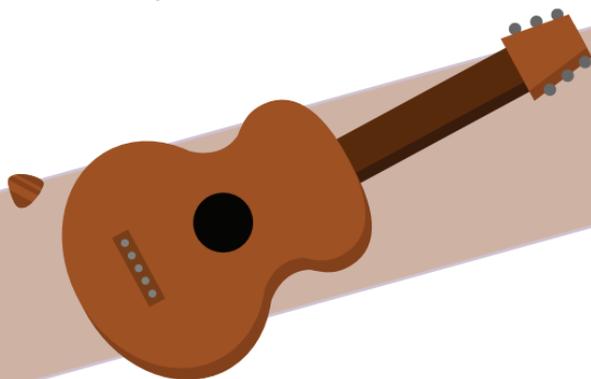


**CANTO,  
PIANOFORTE,  
BATTERIA,  
CHITARRA  
ACUSTICA,  
BASSO**

**FREQUENZA: da ottobre a giugno, dal lunedì al venerdì**  
**ORARIO: 15 – 19**

### INFORMAZIONI

Circolo Giovani lavoratori  
via Garibaldi, 57 – Campogalliano  
Cel. 3683311910  
Mail: masoni.edoardo@gmail.com/  
montagnola@peconfesercentimo.it





## IDEARTE SCUOLA

Progetto educativo di alto valore formativo, di socializzazione e di crescita: doposcuola rivolto ai bambini delle scuole elementari e medie; corsi e laboratori pratici e manuali, artistici (musica, disegno creativo, cucina e yoga per bambini) e di lingue (inglese, spagnolo e francese).

<b>CORSI E LABORATORI</b>	<b>FREQUENZA:</b> dal lunedì al venerdì <b>ORARIO:</b> 16.30 – 18.15 <b>LUOGO:</b> scuola primaria M. Saltini via Magazzeno, 19 – Carpi
<b>POST - SCUOLA</b>	<b>FREQUENZA:</b> dal lunedì al venerdì <b>ORARIO:</b> 16.30 – 18.30 <b>LUOGO:</b> scuola primaria G. Verdi via Boves, 1 – Carpi <b>ORARIO:</b> 16 -18 <b>LUOGO:</b> scuola dell'infanzia Arca di Noè via Bazzeca, 2 – Carpi
<b>SVOLGIMENTO COMPITI</b>	<b>FREQUENZA:</b> dal lunedì al venerdì <b>ORARIO:</b> 14.30 – 16.30 <b>LUOGO:</b> scuola primaria M. Saltini via Magazzeno, 19 – Carpi
<b>INFORMAZIONI</b>	Idearte Scuola Associazione Culturale Cel. 3891986282 Orario segreteria: lun/ven 14.30 – 18.15 Mail: ideartescuola@gmail.com Fb: Ideartescuola Associazione Culturale



## LORIS GUERZONI

<b>BALLI DI GRUPPO</b>	<b>FREQUENZA E ORARIO:</b> lunedì 21
<b>BALLO LISCIO</b>	<b>FREQUENZA E ORARIO:</b> martedì 21
<b>GINNASTICA PER ADULTI</b>	<b>FREQUENZA:</b> lunedì, mercoledì e venerdì <b>ORARIO:</b> 9 – 10, 10 – 11
<b>INFORMAZIONI</b>	Circolo Loris Guerzoni via Genova, 1 – Carpi Tel. 059/683336 – Fax 059/6311819 Orario segreteria: lun/ven 09 – 12, 15 – 18

# RINASCITA BUDRIONE



**BALLO LISCIO  
E LATINI  
PER ADULTI**

**FREQUENZA:** martedì, mercoledì e venerdì  
**ORARIO:** da definire

**GINNASTICA  
DOLCE**

**FREQUENZA:** lunedì e giovedì  
**ORARIO:** 18.30 – 19.30, 19.30 – 20.30

**POMERIGGI  
DANZANTI  
PER BAMBINI**

**FREQUENZA:** martedì e mercoledì  
**ORARIO:** 18 – 19

**INFORMAZIONI**

Circolo Rinascita Budrione  
via Marte, 1 – Budrione di Carpi  
Tel. 059/665321  
Orari segreteria: lun/ven 8 – 11





<b>BALLO LISCIO</b>	Corsi di ballo liscio per adulti. <b>FREQUENZA: martedì 20.30</b>
<b>DANZA CLASSICA</b>	Corsi di danza classica per bambini, ragazzi e adulti. <b>FREQUENZA: tutti i giorni</b>
<b>PILATES</b>	Lezioni di gruppo di pilates <b>FREQUENZA E ORARIO: martedì e giovedì 13.10 – 14</b>
<b>YOGA PER RAGAZZI E ADULTI</b>	<b>FREQUENZA: martedì e giovedì 18.30 – 19.30, 19.45 – 20.45</b>
<b>CANTO</b>	Lezioni individuali di canto, solfeggio e coreografia. <b>FREQUENZA: tutti i giorni</b>
<b>CINEMA</b>	Corsi di cinema base e avanzato che si pongono gli obiettivi di imparare ad analizzare un'opera cinematografica e i rapporti tra società e cinema. <b>FREQUENZA: Corsi di sei lezioni da 1.30 ore, una lezione a settimana</b>
<b>MUSICA</b>	Lezioni singole da 1 ora o 30 min. di: basso, batteria, chitarra classica/elettrica, fisarmonica, flauto traverso, pianoforte classico/jazz, sax, tromba, violino e violoncello. <b>FREQUENZA: tutti i giorni</b>
<b>MUSICOCOCOLE E PROPEDEUTICA</b>	Corsi di propedeutica musicale per bambini dai 4 mesi ai 6 anni. <b>FREQUENZA: sabato</b>
<b>TEATRO PER ADULTI</b>	Improvvisazione teatrale per adulti in collaborazione con l'Associazione culturale IMPROGRAMELOT <b>FREQUENZA: martedì, mercoledì e giovedì</b> <b>ORARIO: 20.30 – 23.30</b>
<b>TEATRO PER BAMBINI</b>	Improvvisazione teatrale per bambini <b>FREQUENZA: giovedì 17 – 18.15</b>
<b>ASTRONOMIA</b>	Il corso si pone gli obiettivi di far capire com'è composto il nostro sistema solare e sapere riconoscere e distinguere vari oggetti celesti del fondo-ciolo. <b>FREQUENZA: cinque lezioni da 1.30 ore alla settimana</b>
<b>ASTROLOGIA</b>	Avviamento alla simbologia e linguaggio astrologico. <b>FREQUENZA: otto lezioni da 1.30 ore, una lezione a settimana</b>

<b>CORSO DI INFORMATICA</b>	Corsi di vari livelli che insegnano a usare un computer, smartphone/tablet (e vari programmi che esso contiene), l'utilizzo di internet e programmazione. <b>FREQUENZA: corsi di due mesi, due ore alla settimana</b>
<b>FOTOGRAFIA</b>	Corsi base e avanzati che si pongono come obiettivi imparare a utilizzare una macchina fotografica, le varie tecniche fotografiche con uscite pratiche. <b>FREQUENZA: otto incontri da 2 ore, una lezione a settimana</b>
<b>LINGUE</b>	Corsi di vari livelli: arabo, cinese, francese, giapponese, inglese, portoghese, russo, spagnolo e tedesco. <b>FREQUENZA: tutti i giorni, corsi serali</b>
<b>PHOTOSHOP</b>	Corso di vari livelli che si pongono come obiettivi imparare a muoversi su Adobe Photoshop con le sue varie funzioni e strumenti <b>FREQUENZA: otto lezioni da tre ore alla settimana</b>
<b>FUMETTO</b>	Il corso si pone come obiettivo la costruzione di un fumetto creando sia la storia che i disegni. <b>FREQUENZA: venerdì 16 – 18</b>
<b>PITTURA A OLIO</b>	Corso che si pone come obiettivi imparare a conoscere la teoria del colore e come applicarlo, il ritratto e la lettura del volto, il paesaggio e le regole della composizione <b>FREQUENZA: giovedì 20.30 – 22.30</b>
<b>SCRITTURA CREATIVA</b>	Corso per creazione di romanzi: creazione trama, personaggi e ambientazioni, dialoghi e realizzazione di un racconto completo <b>FREQUENZA: da ottobre, venerdì 20.30 – 22.30</b>
<b>INFORMAZIONI</b>	Sandro Cabassi via Genova, 1 – Carpi (MO) Tel. 059/686650 Orario segreteria: lun/ven 17 – 19.30; sab 9 – 12 Mail: circolocabassi@libero.it

## UGO BARBARO



<b>BALLO LISCIO</b>	<b>FREQUENZA E ORARIO: giovedì 21</b>
<b>YOGA</b>	<b>FREQUENZA E ORARIO: lunedì 19 – 20</b>
<b>INFORMAZIONI</b>	Circolo Ugo Barbaro via Chiesa Cortile, 37 – Cortile di Carpi Tel. 059/662366

# SOLIERA



## ARCI SOLIERA APS

GIORNATE DI PRESENTAZIONE DI TUTTI I CORSI ARCI SOLIERA 2019/2020

Contattaci per conoscere giorni e orario

## CORSI E ATTIVITÀ PROPOSTE DA OTTOBRE 2019 A MAGGIO 2020

<b>CORSI DI BALLO PER ADULTI</b>	Balli caraibici, stile portoricano e cubano; principianti e avanzato; balli da sala, liscio, chacha, tango; boogie-woogie; balli di gruppo; zumba; kizomba; ballo coreografico.
<b>CORSI DI BALLO PER RAGAZZI</b>	Avviamento al ballo 4/6 anni; ballo coreografico over 16 avanzato, balli di coppia; corsi di ballo dai 6/16 anni principianti e avanzato.
<b>DANZA CLASSICA</b>	Baby class, propedeutica alla danza classica 3/8 anni. Livelli avanzati 6/12 anni.
<b>DANZA MODERNA</b>	Avviamento alla danza moderna dai 6/14 anni.
<b>GINNASTICA POSTURALE E PILATES</b>	Corsi per adulti. <b>FREQUENZA: martedì e giovedì</b> <b>ORARIO: 19.30 – 21.30</b>
<b>IN VIAGGIO VERSO IL BENESSERE</b>	Attività benessere. Corsi per la terza età. <b>FREQUENZA: lunedì, mercoledì e venerdì</b> <b>ORARIO: 8.30 – 10.30, 15 – 16</b>
<b>YOGA DINAMICO</b>	Corsi per adulti. <b>FREQUENZA: martedì e giovedì</b> <b>ORARIO: 13 – 14, 20.30 – 22.30</b>
<b>CANTO MODERNO</b>	Corso annuale. Lezioni individuali e di gruppo per bambini e adulti.
<b>CORSI DI MUSICA</b>	Pianoforte classico e moderno, tastiera, chitarra classica ed elettrica, basso, contrabbasso, batteria, violino, fisarmonica e percussioni. Corsi annuali con lezioni individuali per i vari strumenti e musica d'insieme classica e moderna.

<b>LABORATORI DI TEATRO</b>	Per bambini e ragazzi 6/12 anni.
<b>PROPEDEUTICA MUSICALE</b>	10 incontri per avvicinare i piccoli al mondo della musica attraverso giochi, canzoni, ecc... Per gruppi di 10 bimbi max, 3/6 anni. <b>FREQUENZA: da ottobre 2019, dieci incontri</b>
<b>CORSO DI INFORMATICA</b>	Corsi di base e avanzati per imparare a usare il PC, corsi di base per imparare a usare tablet, smartphone, "iPad".
<b>DOPOSCUOLA</b>	-per scuole elementari presso sc. di Sozzigalli -per scuole medie presso nuova Casa delle Cultura "Habitat" <b>FREQUENZA: da ottobre 2019</b>
<b>ENGLISH ATTACK</b>	Corsi d'inglese per il tuo bambino – un modo divertente per imparare una lingua attraverso giochi, canzoni e tante altre attività manuali e creative. Per bimbi 3/6 anni e corsi per bimbi scuole elementari.
<b>INGLESE PER ADULTI</b>	Corsi di livello base, avanzati e conversazione.
<b>IMPARIAMO A GIOCARE A SCACCHI</b>	Corso di 10 incontri per bambini e ragazzi. Angolo scacchistico, aperto a grandi e piccoli. Disponibilità di un docente per insegnamento gratuito. <b>FREQUENZA E ORARIO: venerdì 17 – 19</b>
<b>LABORATORIO DI FOTOGRAFIA</b>	Per bambini e ragazzi 6/12 anni.
<b>MANTENIMENTO E POTENZIAMENTO DELLA MEMORIA</b>	"Come e perché l'invecchiamento distrugge la capacità di ricordare", ciclo di incontri rivolti ad adulti e anziani.
<b>PHOTOSHOP (CORSI BASE E AVANZATI)</b>	Corso di 10 lezioni rivolto a tutti gli appassionati di foto e non solo.
<b>ASPETTANDO I GIORNI DI FESTA</b>	Brevi corsi di bricolage proposti per la realizzazione di addobbi, decorazioni e piccole idee regalo per la ricorrenza del Natale.

## CORSO DI TRUCCO

Ogni donna potrà imparare a truccarsi nel modo corretto attraverso la cura del viso, la scelta giusta dei prodotti in base al tipo di pelle. Ci si dovrà presentare struccate. Iscrizioni: min. 7, max 10.

**FREQUENZA: 4 incontri settimanali di 2 ore ciascuno.**

## IN CUCINA CON GABRIELLA NOSTERCHEF DI TRC

Alcune serate a tema dedicate a bimbi e adulti.

## CORSI IN COLLABORAZIONE CON COOP ALLEANZA 3.0

**Novembre 2019: la bellezza e il significato del colore con psicologa e arte terapeuta**

**febbraio 2020: spesa con la dietista**

**aprile 2020: corso di essiccazione frutta, ortaggi ed erbe con naturopata**

## INFORMAZIONI

Arci Soliera aps e sd  
via Berlinguer, 201 – Soliera  
Tel. 059/567869 Cel. 3311127140  
Orario segreteria: lun/ven 16.30 – 19.30  
Mail: [arci.soliera@libero.it](mailto:arci.soliera@libero.it)  
Web: [www.arcioliera.com](http://www.arcioliera.com)  
Fb: Arci Soliera





# FORMIGINE

## NUOVAMENTE FORMIGINE CULTURA EVOLUZIONE BENESSERE

Corsi da settembre a giugno

<b>YOGA DELL'ARMONIA</b>	<p>Una grande esperienza di benessere, efficace per sciogliere e scaricare le tensioni e recuperare elasticità, energia e rilassamento. Cicli trimestrali da settembre a giugno</p> <p><b>FREQUENZA E ORARIO: lunedì e giovedì 19.30</b></p>
<b>L'ARTE DELLA MEDITAZIONE</b>	<p>Tecniche antiche e moderne, essenziali per sentirsi in pace con noi stessi e in sintonia con l'intera esistenza. Cicli trimestrali da settembre a giugno</p> <p><b>FREQUENZA E ORARIO: giovedì 21</b></p>
<b>MAMMA E BIMBI YOGA</b>	<p>Giocare insieme, per conoscere meglio il proprio corpo con il movimento e il respiro, il ritmo e il suono, il silenzio e il rilassamento. Benvenuti anche i papà! Cicli trimestrali da settembre a giugno.</p> <p><b>FREQUENZA E ORARIO: lunedì 17.30</b></p>
<b>PILATES</b>	<p>Ottimo strumento per acquisire forza, flessibilità, tonicità, e fluida consapevolezza del corpo e del suo benessere. Cicli trimestrali da settembre a giugno.</p> <p><b>FREQUENZA E ORARIO: lunedì e mercoledì 13</b></p>
<b>GINNASTICA DOLCE</b>	<p>Esercizi mirati al rimodellamento e alla tonificazione del corpo, migliorando la resistenza e l'elasticità: in forma di ritmo e di musica! Cicli trimestrali da settembre a giugno.</p> <p><b>FREQUENZA E ORARIO: martedì e giovedì 13</b></p>
<b>LOTUS: LA FORMAZIONE DEL BENESSERE</b>	<p>Percorso di formazione professionale per operatori olistici. Per informazioni su programma e piano di studi: <a href="http://www.scuolabus.it">www.scuolabus.it</a></p> <p><b>FREQUENZA: da ottobre a luglio; un weekend al mese</b></p>

<b>REIKI – IL BENESSERE NELLE TUE MANI</b>	Attiviamo e sperimentiamo un metodo semplice ed efficace per trasmettere energia e benessere al corpo, alla mente allo spirito. Iniziazioni di primo e secondo livello. <b>FREQUENZA: un weekend</b>
<b>MEDITAZIONE E MINDFULNESS</b>	Diversi metodi per svegliare la presenza attenta e consapevole, per sviluppare la percezione del proprio essere, in relazione fluida ed empatica con tutti e con tutto. <b>FREQUENZA: un weekend, workshop intensivo</b>
<b>DIGITOPRESSIONE OLISTICA</b>	Antico metodo orientale, attraverso pressioni manuali e digitali sui punti e sui meridiani energetici. <b>FREQUENZA: un weekend, workshop intensivo</b>
<b>MERAVIGLIA E SPLENDORE</b>	Un'avventura evolutiva per elevare la consapevolezza, approfondire la meditazione, rendere incondizionata l'apertura a noi stessi, agli altri, a tutto! <b>FREQUENZA E ORARIO: un sabato al mese 10 – 17</b>
<b>MASSAGGIO CALIFORNIANO</b>	Preziosa tecnica che porta giovamento all'intero organismo, esercitando una complessiva azione rilassante e benefica. <b>FREQUENZA: un weekend, workshop intensivo</b>
<b>JOINT RELEASE BALANCING MASSAGE</b>	Una tecnica di trattamento che aiuta a sciogliere dolcemente tutte le articolazioni e a distendere tutta la muscolatura collegata. <b>FREQUENZA: un weekend, workshop intensivo</b>
<b>COSTELLAZIONI FAMILIARI EVOLUTIVE</b>	Sistema efficace per liberarci da blocchi inconsci del passato e sviluppare serenità, forza e rispetto, per noi stessi e per gli altri. <b>FREQUENZA: un weekend, workshop intensivo</b>
<b>INGLESE</b>	Livelli principianti, elementari, pre-intermedi, intermedi e avanzati, conversazione. <b>FREQUENZA: cicli trimestrali da settembre a giugno</b>
<b>SPAGNOLO</b>	Livelli principianti, elementari, pre-intermedi, intermedi e avanzati, conversazione. <b>FREQUENZA: cicli trimestrali da settembre a giugno</b>
<b>ALFABETIZZAZIONE INFORMATICA</b>	Livelli: principianti, intermedi, avanzati. <b>FREQUENZA: cicli da 9 settimane da settembre a giugno, martedì</b> <b>ORARIO: 19.30 – 21</b>

<b>PROGRAMMAZIONE DEI PLC</b>	<p>Livelli: base, avanzati</p> <p><b>FREQUENZA E ORARIO:</b> cicli da 14 settimane da ottobre a giugno, martedì e giovedì 20</p>
<b>INFORMAZIONI</b>	<p>Nuovamente cultura evoluzione benessere via Caduti di Superga, 2 – Formigine Tel. 059/557994</p> <p>Orari segreteria: 10 – 12, 17 – 20 Mail: corsi@nuovamentecorsi.it Web: <a href="https://www.nuovamentecorsi.it/web/">https://www.nuovamentecorsi.it/web/</a> Fb: NuovaMente Cultura - Evoluzione - Benessere</p>

## POLISPORTIVA FORMIGINESE



<b>BACHATA</b>	<p>Corso di bachata.</p> <p><b>FREQUENZA:</b> dal 19 settembre a maggio</p> <p><b>FREQUENZA E ORARIO:</b> giovedì 21 – 22</p>
<b>BALLI DI GRUPPO</b>	<p>Divertenti balli in linea.</p> <p><b>FREQUENZA:</b> dal 26 settembre a giugno.</p> <p><b>ORARIO:</b> base giovedì 20 – 21.30, intermedio mercoledì 20.30 – 22, avanzato giovedì 21.30 – 23</p>
<b>BALLI DI GRUPPO OVER 60</b>	<p>Per muoversi in allegria.</p> <p><b>FREQUENZA:</b> dal 16 settembre a maggio, lunedì e mercoledì</p> <p><b>ORARIO:</b> base 14.30 – 15.30, intermedio 15.30 – 16.30, avanzato 16.30 – 17.30</p>
<b>BALLI COUNTRY</b>	<p>Corsi di balli country vari livelli.</p> <p><b>FREQUENZA:</b> dal 24 settembre a maggio, martedì</p> <p><b>ORARIO:</b> principianti 20.30 – 21.20, intermedi 21.20 – 22.10, avanzati 19.30 – 20.30</p>
<b>BALLO LISCIO</b>	<p>Corsi di vari livelli per imparare classici balli da Sala.</p> <p><b>FREQUENZA:</b> dal 26 settembre, giovedì</p> <p><b>ORARIO:</b> base 20.30 – 21.30, intermedio 21.30 – 22.30</p>
<b>BOOGIE WOOGIE</b>	<p>Corso di boogie a vari livelli.</p> <p><b>FREQUENZA:</b> dal 25 settembre, mercoledì</p> <p><b>ORARI:</b> base 20 – 21.30, intermedio 21.30 – 22.30</p>
<b>FLAMENCO</b>	<p>Di antiche origini spagnole, il flamenco è il patrimonio culturale e immateriale Unesco dal 2001.</p> <p><b>FREQUENZA:</b> dal 16 settembre</p> <p><b>ORARIO:</b> base lunedì 19.30 – 20.30, intermedio mercoledì 19.30 – 20.30</p>

<b>GRUPPO COREOGRAFICO</b>	Preparazione alle gare di salsa. <b>FREQUENZA:</b> dal 16 settembre
<b>LIGHT FITNESS</b>	Movimenti aerobici per ogni età. Dal 17 settembre corso sempre aperto. <b>FREQUENZA E ORARIO:</b> martedì e giovedì 19.15 – 20.15
<b>PORTAMENTO MASCHILE E GESTUALITÀ FEMMINILE</b>	<b>FREQUENZA:</b> dal 16 settembre a maggio
<b>SALSA BASE</b>	<b>FREQUENZA:</b> dal 19 settembre a maggio, giovedì <b>ORARIO:</b> 20 – 21
<b>SALSA CARAIBICO</b>	Corsi di danza latino-americane, specialità "caraibico". <b>FREQUENZA:</b> dal 16 settembre, lunedì <b>ORARIO:</b> base 21 – 22, intermedio 20 – 21
<b>SALSA NY STYLE</b>	Corsi balli latino americani, specialità NY style. <b>FREQUENZA:</b> dal 16 settembre a maggio 2020, lunedì <b>ORARI:</b> intermedio 20 – 21, avanzato 21 – 22
<b>ZUMBA</b>	Per ritrovare ritmo e forma con l'esclusivo dance fitness party. <b>FREQUENZA:</b> dal 17 settembre <b>ORARIO:</b> martedì 20.15 – 21.15, venerdì 20 – 21
<b>GINNASTICA POSTURALE</b>	Per tutelare la salute di tutto il corpo <b>FREQUENZA:</b> dal 18 settembre <b>ORARIO:</b> mercoledì e venerdì 14.30 – 15.30
<b>CANTO</b>	Corso di canto moderno per principianti. <b>FREQUENZA:</b> dal 18 settembre a maggio, mercoledì <b>ORARIO:</b> 19.15 – 20.45
<b>COMUNICAZIONE</b>	Non si può non comunicare... facciamolo al meglio. <b>FREQUENZA:</b> dal 4 novembre al 16 dicembre, lunedì <b>ORARIO:</b> 21 – 22.30
<b>EMOZIONI IN CORSO</b>	Le emozioni fondamentali: come riconoscerle, capirle e gestirle. <b>FREQUENZA:</b> dal 25 settembre al 6 novembre, mercoledì <b>ORARIO:</b> 21 – 22.30

**ATELIER DI  
ARTETERAPIA:  
SENTIERI DI  
FIABA... VERSO  
LA NARRAZIONE  
DI SÉ**

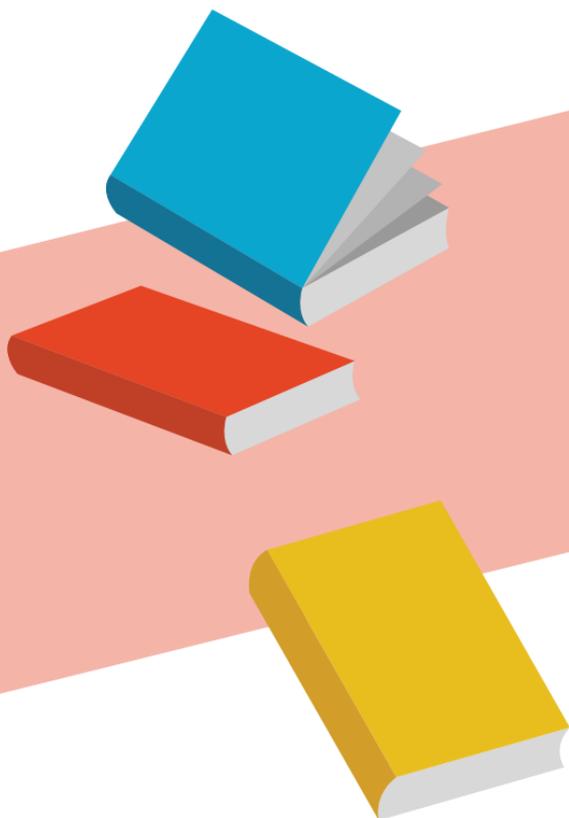
Percorsi espressivi tra movimento, disegno, fotografia e counselling.

**FREQUENZA: sabato 26 ottobre 15 – 18.**

**A seguire sette incontri intensivi al sabato, una volta al mese, dalle 14 alle 19**

**INFORMAZIONI**

Polisportiva Formiginese Arci Uisp  
via Caduti di Superga, 2 – Formigine  
Tel segreteria: 059/574988 – bar: 059/570310  
Mail: polisportivaformiginese@gmail.com  
Web: [www.polisportivaformiginese.com](http://www.polisportivaformiginese.com)  
Fb, Instagram: Polisportiva formiginese



# SASSUOLO

## ALETE PAGLIANI



<b>BALLI DI GRUPPO PER ADULTI</b>	<p>Iscrizione al corso la prima lezione di prova. Info: Rita Gazzadi 3355479585, Cristina Mariani 3396859413. <b>FREQUENZA:</b> da inizio ottobre a fine maggio, giovedì <b>ORARIO:</b> principianti 20.30 – 21.30, intermedi 21.30 – 22.30 <b>LUOGO:</b> Circolo A. Pagliani, via Monchio 1 – Sassuolo</p>
<b>CORSO DI ZUMBA PER ADULTI</b>	<p>Iscrizione al corso la prima lezione di prova. Info: Rita Gazzadi 3355479585 Cristina Mariani 3396859413. <b>FREQUENZA:</b> da inizio ottobre a fine maggio, giovedì <b>ORARIO:</b> 19.30 – 20.30 <b>LUOGO:</b> Circolo A. Pagliani, via Monchio 1 – Sassuolo</p>
<b>CORSO GINNASTICA/ YOGA FAMILY</b>	<p>Iscrizione al corso la prima lezione di prova. Info: Rita Gazzadi 3355479585, Federica Babeli 3392802345. <b>FREQUENZA:</b> da ottobre, l'ultimo sabato del mese <b>ORARIO:</b> 11.30 – 12.30 <b>LUOGO:</b> palestra scuole elementari Caduti Libertà, via Marzabotto 39 – Sassuolo</p>
<b>CORSO GINNASTICA/ YOGA E PILATES</b>	<p>Iscrizione al corso la prima lezione di prova. Info: Rita Gazzadi 3355479585, Federica Babeli 3392802345. <b>FREQUENZA E ORARIO:</b> da inizio ottobre a maggio, lunedì e mercoledì 18.30 – 19.30, 19.30 – 20.30 <b>LUOGO:</b> palestra scuole elementari Caduti Libertà, via Marzabotto 39 – Sassuolo</p>
<b>GINNASTICA PER ADULTI</b>	<p>Iscrizione al corso la prima lezione di prova. Corso di ginnastica per adulti con particolare attenzione al mantenimento del tono muscolare e alla flessione - mobi- lità. Info: Rita Gazzadi 3355479585, Paolo Bartolacelli 3400685666. <b>FREQUENZA:</b> da inizio ottobre a maggio, martedì e giovedì <b>ORARIO:</b> 19 – 20, 20 – 21 <b>LUOGO:</b> palestra scuole elementari di Borgo Venezia Caduti per la Libertà – Sassuolo</p>

<p><b>CORSO DI DISEGNO E PITTURA PER ADULTI</b></p>	<p>Iscrizione al corso la prima lezione di prova. Info: Rita Gazzadi 3355479585, Giuliana Forghieri 3297054976.  <b>FREQUENZA: da inizio ottobre a fine maggio, venerdì</b>  <b>ORARIO: 16.30 – 18.30</b>  <b>LUOGO: Circolo A. Pagliani, via Monchio 1 – Sassuolo</b></p>
<p><b>CORSO DI DISEGNO E PITTURA PER BAMBINI</b></p>	<p>Iscrizione al corso la prima lezione di prova. Info: Rita Gazzadi 3355479585, Giuliana Forghieri 3297054976.  <b>FREQUENZA: da inizio ottobre a fine maggio, giovedì</b>  <b>ORARIO: 16.30 – 18.30</b>  <b>LUOGO: Circolo A. Pagliani, via Monchio 1 – Sassuolo</b></p>
<p><b>LABORATORIO COLLETTIVO DI CHITARRA</b></p>	<p>Rivolto a bambini ma anche agli adulti. Gli incontri previsti sono 25, con cadenza settimanale. I gruppi saranno divisi in base all'età e alle competenze eventualmente acquisite in precedenza. Ogni gruppo deve essere formato da un minimo di 5 partecipanti e un massimo di 10.  <b>FREQUENZA E ORARIO: da ottobre ad aprile, lunedì</b>  <b>ORARIO: bambini 16.30 – 17.30, adulti 17.30 – 18.30</b></p>
<p><b>INFORMAZIONI</b></p>	<p>Circolo Alete Pagliani APS  via Monchio, 1 – Sassuolo  Tel. 0536/807115  Orari segreteria: lun/ven 15 – 19, 20.30 – 23,  sab/dom 15 – 19, 20 – 24.30. Chiuso il giovedì.  Mail: ritagazzadi@libero.it</p>

## GRUPPO PITTORI SASSOLESI JACOPO CAVEDONI



<p><b>DAL DISEGNO ALLA PITTURA</b></p>	<p>Corso di disegno e pittura.  <b>FREQUENZA: da ottobre a maggio, lunedì</b>  <b>ORARIO: adulti 14.30 – 16.30,</b>  <b>bambini e ragazzi 16.30 – 18.30</b>  <b>LUOGO: Galleria d'Arte Jacopo Cavedoni,</b>  <b>via Fenuzzi 12/14 - Sassuolo</b></p>
<p><b>INFORMAZIONI</b></p>	<p>Gruppo pittori sassolesi Jacopo Cavedoni  via Fenuzzi, 12/14 – Sassuolo  Cel. 3397989055  Mail: pittoricavedoni@gmail.com  Fb, Instagram: Gruppo pittori Jacopo Cavedoni - Sassuolo</p>

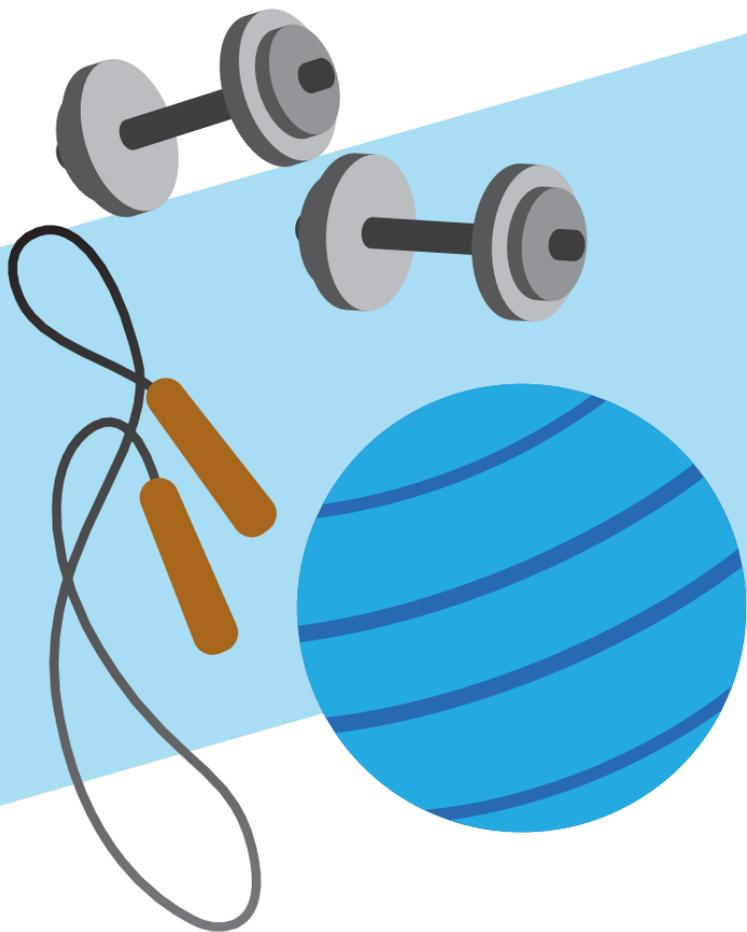


# OTTAVIO TASSI

I corsi sono da settembre a giugno. Contattaci per conoscere giorni e orario.  
Balli di gruppo per adulti, ginnastica antalgica posturale,  
ginnastica di mantenimento – slow fitness, attività motorie per persone con disabilità.

## INFORMAZIONI

Circolo Ottavio Tassi  
via Repubblica, 32 – Sassuolo  
Tel: 0536/884988  
Fb: Circolo Ottavio Tassi



## LABORATORI DI CITTADINANZA ATTIVA

Cultura e informazione sono gli strumenti più importanti per i cittadini che vogliono partecipare attivamente alla vita della propria comunità, città o Paese. Conoscere e conoscersi, elaborare alcuni aspetti dell'attualità, approfondire la storia e le arti, parlare di diritti, confrontarsi, scoprire: sono questi gli scopi dei progetti di approfondimento e dei laboratori di cittadinanza attiva di Arci Modena, che tra la fine del 2019 e i primi mesi del 2020 verranno realizzati.

Tra le questioni che si affronteranno uno dei temi principali sarà riservato alla **promozione della salute mentale**. Percorsi differenti intrecceranno attività fisica, momenti di relax e attività dedicate ai "più" (anziani e giovani nel progetto **Sanamente**) che nel corso della propria vita sono venuti in contatto col disagio psichico. Dal 19 al 26 ottobre Modena e la sua provincia diventerà il palcoscenico di Måt – la settimana della salute mentale (promossa da Ausl Modena) che alternerà spettacoli teatrali, convegni, seminari, film, concerti presentazioni di libri. L'obiettivo è riuscire a raggiungere un pubblico interno ed esterno al Servizio di salute mentale al fine di rafforzare le reti comunitarie che contribuiscono a migliorare il benessere sociale.

Un ulteriore percorso di approfondimento verrà dedicato a **Storia e Memoria** del nostro tempo che sarà declinato in: **Itinerari Cittadini** che coinvolgono scuole primarie e secondarie del territorio alla ricerca di tracce di quel passato che, fin da bambini, si impara a chiamare "**la storia**" e che nel presente si leggono ancora negli articoli della Costituzione e nella loro attuazione.

**History Camp**, invece, è un campo residenziale di approfondimento sulla storia del '900 intesa come esperienza formativa per attivare una cittadinanza critica nei giovani, abituati a vivere in un presente permanente, e far sì che possano compiere scelte in modo consapevole.

Attivare la comunità per creare inclusione, conoscenza e consapevolezza, coinvolgendo diversi target (giovanissimi, giovani, adulti, genitori) attraverso attività ricreative e culturali, e rendere i cittadini protagonisti nella vita sociale è invece l'obiettivo di **Attivazioni**, progetto che attraverso incontri di formazione, corsi, nelle nostre realtà associative di Modena e provincia cerca di mettere in moto processi di rigenerazione partendo dalla comunità cercando di coinvolgerla.

A questo si aggiungono i laboratori sulla discriminazione di genere che da tre anni portiamo nelle scuole superiori di Modena con il progetto "**We should all be feminists**" e il percorso di approfondimento e conferenze pubbliche "**In che mondo vivremo?**".

### INFORMAZIONI

#### ARCI MODENA

via IV Novembre 40/L – Modena

Tel. 059/2924765 – 059/2924757 (ufficio Cultura)

Mail: modena@arci.it

Web: [www.arcimodena.it](http://www.arcimodena.it)

Fb: Arci Modena

GUIDO SENZA  
PENSIERI PERCHÈ  
HO SEMPRE  
QUALCUNO  
AL MIO FIANCO.

Giulia



#### KM&SERVIZI

**Garanzie su misura • Servizi hi-tech • Assistenza h24**

Rendi più sicura ogni tua strada con **UNIBOX**, il sistema hi-tech N.1 in Europa che in caso di emergenza lancia l'allarme e attiva i soccorsi. **Installazione gratuita, assistenza e nuovi servizi** anche quando non sei alla guida. Per viaggiare tranquillo e semplificarti la vita.

UnipolSai Assicurazioni. Vicini alle persone, vicini a te.



CONVENZIONE  
ARCI - UNIPOLSAI

**OFFERTA  
ESCLUSIVA  
PER I SOCI**

TI ASPETTIAMO IN AGENZIA

**ASSICOOP50°**  
Modena&Ferrara s.p.a.  
www.assicoop.com



Numero Verde  
**800-992220**

**UnipolSai Assicurazioni**

Agenzie di **MODENA** e **FERRARA** - [www.assicoop.com](http://www.assicoop.com)

Messaggio pubblicitario. Prima della sottoscrizione leggere il Set Informativo pubblicato sul sito internet [www.unipolsai.it](http://www.unipolsai.it)

**UnipolSai**  
ASSICURAZIONI