



Carissime Associate, Carissimi Associati,

siamo lieti di darvi il benvenuto al secondo quadrimestre di corsi e con essi a nuove esperienze di apprendimento.

Gli incontri del secondo quadrimestre offrono un'occasione per coltivare quello sguardo capace di percezione e visione che contribuisce ad ampliare le nostre conoscenze, sollecitando la nostra mente e la nostra sensibilità ad avvicinare le varie forme dell'apprendere.

Ancora una volta il programma fa riferimento ad esperienze che sostengono il nostro desiderio di conoscenza.

Proseguono in continuità buona parte dei corsi, abbiamo introdotto alcuni incontri su argomenti nuovi: Geologia, Mental Coaching, Laboratorio Fiori, che ci auguriamo possano incontrare il vostro gradimento.

Ripartiamo dunque con fiducia e serenità.

Vi aspettiamo.

La Presidenza ed il Direttivo di Auser Insieme Canturium

Gennaio 2026

# Calendario corsi

<b>SUPPORTO DIGITALE</b>	<b>Domande e dubbi sull'utilizzo degli strumenti digitali</b>		
	Ingegneri informatici volontari Auser	Ogni giovedì dalle 14,30 alle 16,30 Previo appuntamento uff .corsi	
<b>GINNASTICA DOLCE</b>	<b>La ginnastica per la terza età</b>		
	Docente Cristina Manzotti	14 lezioni	<b>dal 10-02-2026</b>
<b>INGLESE 1</b>	<b>Beginner (livello principianti)</b>		
	Docente Emanuela Broggi	14 lezioni	<b>dal 10-02-2026</b>
<b>INGLESE 3</b>	<b>Beginner</b>		
	Docente Emanuela Broggi	14 lezioni	<b>dal 10-02-2026</b>
<b>ARTI FIGURATIVE</b>	<b>Laboratorio artistico e didattico</b>		
	Docente Sofia Crippa	8 lezioni	<b>dal 10-02-2026</b>
<b>LEGGERE E CONDIVIDERE</b>	<b>Leggere e condividere</b>		
	Moderatore M.Rosa Ballabio	4 incontri	<b>dal 11-02-2026</b>
<b>T'AI CHI CH'UAN</b>	<b>Ginnastica salutare sui principi della Medicina Cinese</b>		
	Docente Angelo Cattaneo giove.	14 lezioni	<b>dal 12-02-2026</b>
<b>INGLESE 4</b>	<b>Elementary</b>		
	Docente Lorenza Strada	13 lezioni	<b>dal 16-02-2026</b>
<b>INGLESE 5</b>	<b>Elementary Plus</b>		
	Docente Guglielmina Carugati	13 lezioni	<b>dal 16-02-2026</b>
<b>INGLESE 6</b>	<b>Pre Intermediate</b>		
	Docente Guglielmina Carugati	13 lezioni	<b>dal 16-02-2026</b>

# Calendario corsi

<b>INGLESE 7</b>	<b>Intermediate plus</b>		
	Docente Lorenza Strada	13 lezioni	dal 16-02-2026
<b>T'AI CHI CH'UAN</b>	<b>Ginnastica salutare sui principi della Medicina Cinese</b>		
	Docente Angelo Cattaneo lunedì	14 lezioni	dal 16-02-2026
<b>MAGLIA E UNCINETTO</b>	<b>Apprendere le nozioni dei lavori a maglia e uncinetto</b>		
	Docente Gabriella/Pinuccia	10 lezioni	dal 18-02-2026
<b>YOGA BASE</b>	<b>Yoga – salute – benessere</b>		
	Docente Michela Beltrami	10 lezioni	dal 26-02-2026
<b>STORIA DELLA MUSICA</b>	<b>Dopoguerra europeo</b>		
	Docente Stefano Lamon	5 lezioni	dal 27-02-2026
<b>MENTAL COACHING</b>	<b>Riscopri te stesso, rafforza la mente, vivi con più energia</b>		
	Docente Laura Maiorano	5 lezioni	dal 03-03-2026
<b>STORIE DI VITIGNI</b>	<b>Passione e tradizione dal mondo del vino</b>		
	Docente Stefano Galli	3 incontri	dal 07-03-2026
<b>INFORMATICA AI</b>	<b>Introduzione a A.I-motore inferenziale –machine learning</b>		
	Docente Roberto Malamisura	4 lezioni	dal 16-03-2026
<b>LABORATORIO FIORI</b>	<b>Laboratorio fiori</b>		
	Docente Giovanna Spadini	1 lezione	dal 19-03-2026
<b>STORIA DELL'ARTE</b>	<b>Artisti al Fronte il Fronte degli artisti</b>		
	Docente Francesco Pavesi	4 lezioni	dal 23-03-2026

# Calendario corsi

<b>PSICOLOGIA</b>	<b>Le emozioni siamo noi</b>		
	Docente Anna Frallicciardi	4 lezioni	dal 09-04-2026
<b>LETTERATURA LATINA</b>	<b>Il mito di Europa</b>		
	Docente Giuliana Roda	4 lezioni	dal 10-04-2026
<b>TELEFONINI</b>	<b>Utilizzo pratico dei telefonini Smart</b>		
	Docente Armando Borghi	9 lezioni	dal 14-04-2026
<b>FILOSOFIA</b>	<b>Dal Romanticismo a Hegel</b>		
	Docente Mario Porro	4 lezioni	dal 14-04-2026
<b>STORIA</b>	<b>La lunga notte del fascismo in Italia</b>		
	Docente Giulio Bernasconi	5 lezioni	dal 16-04-2026
<b>GEOLOGIA</b>	<b>Fenomeni geologici</b>		
	Docente Alberto Peruffo	5 lezioni	dal 17-04-2026
<b>FINANZA ECONOMIA</b>	<b>Strumenti per la gestione consapevole del risparmio</b>		
	Docente Saverio Bennardo	4 lezioni	dal 20-04-2026
<b>APPLICAZIONI APP</b>	<b>Utilizzo pratico di alcune applicazioni degli Smart</b>		
	Docente Armando Borghi	4 lezioni	dal 29-05-2026

# INFORMATICA SUPPORTO DIGITALE



## OBIETTIVI

Se hai bisogno di supporto per usare i servizi digitali, come

- consultare il fascicolo sanitario
- registrare la carta di identità elettronica
- richiedere i bonus
- etc etc.....

Noi ci siamo e ti offriamo assistenza digitale gratuita per rispondere ai tuoi dubbi e alle tue domande.

---

**DOCENTI:** Ingegneri informatici

---

**DOVE** : presso **Sede Auser** – via Ettore Brambilla 3 - Cantù

---

**QUANDO** : tutti i giovedì dalle ore **14,30** alle **16,30**

**PREVIO APPUNTAMENTO TELEFONANDO  
AL MATTINO ALLO 031 3661765**



# INGLESE 1

Beginner

(livello principianti - 1° parte)



## OBIETTIVI

E' la prima parte di un corso per principianti. Ci si accosta ai suoni della lingua inglese e si viene introdotti allo studio degli elementi grammaticali e lessicali essenziali per iniziare una comunicazione minima.

Avvio alla comprensione, nell'ascolto e nella lettura, di dialoghi, descrizioni e testi molto semplici e molto brevi.

## CONTENUTI

Il presente del verbo essere (*Be*), la struttura della frase interrogativa, i pronomi personali soggetto, gli aggettivi possessivi, l'articolo indeterminativo, il plurale dei sostantivi, il genitivo sassone, introduzione del presente (*Present Simple*) di alcuni verbi usati frequentemente.

### **Lessico e funzioni comunicative**

Salutare, presentarsi, presentare altre persone, indicare il paese di provenienza, dati personali, alcune espressioni di uso frequente, parlare al telefono.

L'alfabeto, alcuni nomi di paesi, i numeri da 1 a 30, i nomi di oggetti di uso quotidiano, di alcuni lavori, la famiglia, aggettivi qualificativi.

Il programma potrebbe essere oggetto di modifiche durante il corso

---

**DOCENTE** : Emanuela Broggi

---

**DOVE** : presso Liceo Scientifico Statale Enrico Fermi – via Giovanni XXIII- Cantù

---

**QUANDO** : il martedì 14 lezioni di 1,30 ore dalle 16,00 alle 17,30

martedì	10-02-2026	17-02-206	24-02-2026	03-03-2026	10-03-2026
	17-03-2026	24-03-2026	31-03-2026	14-04-2026	21-04-2026
	28--04-2026	05-05-2026	12-05-2026	19-05-2026	

# INGLESE 3

Beginner

(livello principianti - 2° parte)



## OBIETTIVI

E' la parte conclusiva del corso per principianti. Si prosegue nello studio degli aspetti grammaticali e del lessico di base per imparare a comunicare, in modo semplice, in lingua inglese.

Ci si esercita nell'ascolto e nella lettura di conversazioni, descrizioni e testi semplici e brevi.

## CONTENUTI

Il verbo modale can, il presente dei verbi (Present Simple, Present Continuous), il futuro (to be going to, Present Continuous), il Present Simple ed il condizionale presente del verbo "piacere" (like / would like), i partitivi some / any, formazione degli avverbi di modo, aggettivi qualificativi.

Lessico e funzioni comunicative

Aggettivi e verbi di significato opposto, i nomi di alcuni negozi della città, i colori, i capi di abbigliamento, segnali ed avvisi, i mezzi di trasporto, espressioni frequentemente usate nelle conversazioni.

Fare acquisti, ordinare da mangiare in un locale, parlare di piccoli problemi quotidiani.

Il programma potrebbe essere oggetto di modifiche durante il corso

---

**DOCENTE** : Emanuela Broggi

---

**DOVE** : presso Liceo Scientifico Statale Enrico Fermi – via Giovanni XXIII- Cantù

---

**QUANDO** : il martedì 14 lezioni di 1,30 ore dalle 14,20 alle 15,50

martedì	10-02-2026	17-02-206	24-02-2026	03-03-2026	10-03-2026
	17-03-2026	24-03-2026	31-03-2026	14-04-2026	21-04-2026
	28--04-2026	05-05-2026	12-05-2026	19-05-2026	



# GINNASTICA DOLCE

La ginnastica per la terza età



## OBIETTIVI

Presa di coscienza del movimento non come atto meccanico ma come rappresentazione mentale

- Miglioramento delle capacità organiche attraverso l'attivazione dei sistemi cardiocircolatorio e respiratorio
- Miglioramento delle qualità nervose : coordinazione, rapidità, destrezza
- Miglioramento della mobilità articolare : scapolo omerale, coxofemorale e rachide
- Potenziamento muscolare

## CONTENUTI

- Riscaldamento (avviamento motorio)
- Fase centrale (esercizi a corpo libero con attrezzi, in circuito)
- Defaticamento (esercizi specifici di rilassamento, respirazione e allungamento)

Gli esercizi saranno programmati con livelli di intensità crescente e coinvolgeranno :

- testa e collo (mobilità articolare)
- braccia e busti (mobilità articolare e potenziamento muscolare)
- tronco e addome (mobilità e potenziamento)
- gambe e glutei (mobilità e potenziamento)

Gli esercizi saranno eseguiti singolarmente, a coppia, a gruppi, in circuito e a stazioni

---

**DOCENTE : Cristina Manzotti**

---

**DOVE : presso Palestra Scuola Media Anzani Cantù**

---

**QUANDO : il martedì 14 lezioni di 1 ore dalle 15,00 alle 16,00**

martedì	10-02-2026	17-02-206	24-02-2026	03-03-2026	10-03-2026
	17-03-2026	24-03-2026	31-03-2026	14-04-2026	21-04-2026
	28--04-2026	05-05-2026	12-05-2026	19-05-2026	

# ARTI FIGURATIVE



Laboratorio Artistico : la copia dal vero

Laboratorio Didattico : dipingiamo in libertà stando insieme

## OBIETTIVI

Apprendere i diversi metodi di rappresentazione (copia dal vero, astrazione....), sperimentando l'utilizzo di diverse tecniche, strumenti grafico pittorici e supporti.

Affinare le proprie abilità grafico/pittoriche approfondendo le proprie conoscenze artistiche.

Rielaborare in modo personale immagini fotografiche o soggetti/oggetti reali.

## CONTENUTI

Copia dal vero : accenni al metodo attraverso copia di oggetti o elementi naturali.

Studio di chiaroscuro con grafite, carboncino, pastello ...

Astrazione : studio di sintesi della forma.

La programmazione costituisce una guida indicativa. Ogni partecipante potrà decidere di inventare e sperimentare a piacere qualunque percorso artistico.

---

**DOCENTE : Sofia Crippa**

---

**DOVE : presso Liceo Artistico Statale Fausto Melotti – via Andina - Cantù**

---

**QUANDO : il martedì, 8 lezioni di 2 ore dalle 15,00 alle 17.00**

martedì	10-02-2026	17-02-206	24-02-2026	03-03-2026
	10-03-2026	17-03-2026	24-03-2026	31-03-2026

# LEGGERE E CONDIVIDERE



## OBIETTIVI

LEGGERE E CONDIVIDERE è un momento di aggregazione, un modo per stare insieme e chiacchierare di libri. Siamo un gruppo di persone appassionate di lettura e amiamo condividere pareri, sensazioni, impressioni che nascono dai libri che leggiamo. Nell'autunno del 2023 abbiamo sperimentato questa formula e, grazie alla partecipazione dei tesserati Auser, desideriamo continuare questa esperienza che ci coinvolge e stimola. Così ogni mese ci ritroviamo per confrontarci sul libro che abbiamo proposto e scelto nell'incontro precedente. Si può partecipare anche solo per ascoltare le impressioni degli altri senza aver letto o terminato il libro.

## CONTENUTI

Durante l'incontro si ripercorre la trama del libro scelto e letto nel mese precedente stimolando il confronto tra i partecipanti per la condivisione di riflessioni, spunti e impressioni.

Vengono poi proposti dal moderatore due titoli tra i quali scegliere la lettura per il mese successivo e distribuito un volantino con le trame e cenni sulla biografica degli autori interessati.

Ad ogni partecipante è lasciato l'onere di recuperare il libro da leggere.

---

**MODERATORE:** Maria Rosa Ballabio

---

**DOVE** : presso **Sede Auser** – via Ettore Brambilla 3 - Cantù

---

**QUANDO** : il mercoledì , 4 incontri di 1,30 ore dalle **9,30 alle 11,00**

---

mercoledì	11-02-206	04-03-2026	01-04-2026	06-05-2026
-----------	-----------	------------	------------	------------

# T'AI CHI CH'UAN

Ginnastica salutare sui principi  
della Medicina tradizionale Cinese



## OBIETTIVI

“Il T'ai Chi Ch'uan, è una raffinata arte marziale cinese; ginnastica salutare basata sui principi della Medicina Tradizionale Cinese, tecnica di respirazione, di meditazione in movimento.

## CONTENUTI

L'approccio lento al movimento ci aiuta a comprendere l'armonia delle gestualità riequilibrando la nostra condizione fisica mentale ed emozionale.

E' un metodo di reinterpretazione e rieducazione del nostro modo di vedere, sentire, percepire, essere.

Per ottenere un buon risultato, come in ogni lavoro, disciplina o Arte, occorre avere costanza, impegno e passione.

---

**DOCENTE** : Angelo Cattaneo

---

**DOVE** : presso **Club Arti Orientali** – via G. Spazzi 18 - Cantù

---

**QUANDO** : il giovedì, 14 lezioni di ore 1,30 dalle **10,20 alle 11,50**

giovedì	12-02-2026	19-02-2026	26-02-2026	05-03-2026	12-03-2026
	19-03-2026	26-03-2026	09-04-2026	16-04-2026	23-04-2026
	30-04-2026	07-05-2026	14-05-2026	21-05-2026	

# INGLESE 4

## Elementary



## OBIETTIVI

Consolidare le nozioni grammaticali e lessicali acquisite nei precedenti corsi e migliorare l'approccio comunicativo

## CONTENUTI

### **Strutture grammaticali**

Oltre ad approfondire le conoscenze acquisite durante i precedenti corsi si imparerà ad usare in modo appropriato: presente semplice e presente progressivo/passato semplice e passato prossimo/futuri/aggettivi comparativi e superlativi/preposizioni di tempo e luogo/ verbi modali

### **Funzioni comunicative**

Speaking: attraverso lavori di coppia, di gruppo, interviste e giochi ci saranno in ogni lezione vari momenti dedicati ad attivare le strutture grammaticali ed il vocabolario acquisiti, migliorare la pronuncia , imparare a sostenere autonomamente una conversazione su argomenti conosciuti.

Listening: lo sviluppo di questa abilità ha come scopo permettere di entrare in diretto contatto con la lingua viva e, attraverso un costante esercizio, di diventare autonomi e indipendenti nelle diverse situazioni.

Oltre agli esercizi del libro verranno proposti brani autentici, canzoni, audiovisivi.

Reading: durante il corso verranno letti brani su argomenti di cronaca, attualità, storia e articoli di riviste.

Writing: verranno proposti vari esercizi per imparare a compilare formulari, scrivere brevi messaggi, e-mail, prenotazioni e reclami

---

## DOCENTE : Lorenza Strada

---

## DOVE : presso Liceo Scientifico Statale Enrico Fermi – via Giovanni XXIII- Cantù

---

## QUANDO : il lunedì, 13 lezioni di 1,30 ore dalle 14,20 alle 15,50

lunedì	16-02-2026	23-02-2026	02-03-2026	09-03-2026	16-03-2026
	23-03-2026	30-03-2026	13-04-2026	20-04-2026	27-04-2026
	04-05-2026	11-05-2026	18-05-2026		

# INGLESE 5

## Elementary Plus



### OBIETTIVI

Consolidare le strutture grammaticali e il vocabolario acquisiti nei precedenti corsi e favorire l'acquisizione di nuove strutture e l'ampliamento e l'approfondimento del vocabolario. Promuovere lo sviluppo delle 4 abilità, in particolare listening e speaking, offrendo molteplici opportunità di utilizzo in situazioni diverse per migliorare la comunicazione e favorire buone pratiche di apprendimento

### CONTENUTI

#### **Strutture grammaticali**

Oltre ad approfondire le conoscenze acquisite durante i precedenti corsi si imparerà ad usare in modo appropriato: present simple / present progressive, past simple / past progressive / present perfect, futures ( present progressive/going to/will )aggettivi comparativi e superlativi, preposizioni di tempo e luogo, relative clauses, verbi modali , If clauses.

#### **Funzioni comunicative**

Speaking: attraverso lavori di coppia, di gruppo, interviste e giochi ci saranno in ogni lezione vari momenti dedicati ad attivare le strutture grammaticali acquisite, approfondire il lessico noto ed ampliarlo migliorando spelling e pronuncia, sostenere autonomamente una conversazione relativa a situazioni quotidiane o argomenti conosciuti.

Listening: lo sviluppo di questa abilità ha come scopo permettere di entrare in diretto contatto con la lingua viva e, attraverso un costante esercizio, di diventare autonomi e indipendenti nelle diverse situazioni. Oltre agli esercizi del libro verranno proposti brani autentici, canzoni, audiovisivi.

Reading: durante il corso verranno letti brani su argomenti di cronaca, attualità, storia, letteratura e articoli di riviste.

Writing: verranno proposti vari esercizi per imparare a scrivere messaggi, e-mail, prenotazioni e reclami, brevi testi di cronaca o narrativi.

Gli studenti verranno anche stimolati ad utilizzare gli strumenti on-line per esercitarsi nelle 4 abilità

### DOCENTE : Guglielmina Carugati

**DOVE** : presso Liceo Scientifico Statale Enrico Fermi – via Giovanni XXIII-Cantù

**QUANDO** : il lunedì, 13 lezioni di 1,30 ore dalle 14,20 alle 15,50

lunedì	16-02-2026	23-02-2026	02-03-2026	09-03-2026	16-03-2026
	23-03-2026	30-03-2026	13-04-2026	20-04-2026	27-04-2026
	04-05-2026	11-05-2026	18-05-2026		



# INGLESE 6

## Intermediate



### OBIETTIVI

Offrire varie possibilità di utilizzare le strutture grammaticali ed il lessico acquisito in situazioni diverse per consolidarne l'apprendimento e favorire l'acquisizione di nuove strutture e l'ampliamento e l'approfondimento del vocabolario per migliorare la comunicazione. Promuovere lo sviluppo delle 4 abilità, in particolare listening e speaking, incoraggiando sia le buone pratiche individuali che gli esercizi, la conversazione e la discussione in classe

### CONTENUTI

#### **Strutture grammaticali**

L'approfondimento della conoscenza della grammatica si baserà sul confronto di strutture simili: tempi semplici e progressivi/forme attive e passive/verb patterns/uso dei condizionali/tempi narrativi/have to-must-should/comparativi e superlativi...

#### **Funzioni comunicative**

Speaking: l'approccio comunicativo permette un uso immediato di quanto viene appreso in ogni lezione a livello grammaticale e lessicale migliorando spelling e pronuncia, imparando anche a sostenere una conversazione relativa a situazioni quotidiane, discussioni su argomenti conosciuti.,  
Listening: lo sviluppo di questa abilità verrà promosso attraverso non solo gli esercizi specifici del testo, ma anche con brani con pronunce diverse, l'uso di video sia abbinati al libro che di provenienza diversa, canzoni.

Reading: Il testo in adozione offre brani con spunti diversi riguardanti cronaca, attualità, storia, letteratura a cui verranno abbinati brani CLIL (Content and Language Integrated Learning) e articoli di riviste. Verranno svolti esercizi per favorire sia la comprensione globale che analitica.

Writing: Verranno proposti modelli di scritti per imparare a scrivere messaggi, e-mail, prenotazioni e reclami, brevi testi di cronaca o narrativi.

Gli studenti verranno anche stimolati ad utilizzare regolarmente gli strumenti on-line per esercitarsi nelle 4 abilità.

---

### DOCENTE : Guglielmina Carugati

---

**DOVE** : presso Liceo Scientifico Statale Enrico Fermi – via Giovanni XXIII-Cantù

**QUANDO** : il lunedì, 13 lezioni di 1,30 ore dalle 16,00 alle 17,30

lunedì	16-02-2026	23-02-2026	02-03-2026	09-03-2026	16-03-2026
	23-03-2026	30-03-2026	13-04-2026	20-04-2026	27-04-2026
	04-05-2026	11-05-2026	18-05-2026		

# INGLESE 7

## Conversazione Intermediate plus



## OBIETTIVI

Il corso proposto sarà il completamento del livello B1+ iniziato lo scorso anno. Il corso è infatti indirizzato a coloro che hanno già acquisito una buona padronanza delle principali strutture grammaticali e soprattutto un buon lessico che permettano di conversare in modo efficace su tutti gli argomenti più comuni, ma anche di affrontare la discussione di temi nuovi.

## CONTENUTI

### **Strutture grammaticali**

Gli argomenti principali per quanto riguarda la grammatica e la sintassi saranno : l'uso dei verbi modali, frasi ipotetiche di tipo 1,2,3, uso del passivo discorso indiretto.

### **Funzioni comunicative**

Speaking: Imparare a sostenere autonomamente una conversazione su argomenti conosciuti e non. Migliorare la pronuncia Listening. Oltre agli esercizi proposti dal testo verranno consigliati anche brani di Speak up da ascoltare a casa per poi poterne discutere in classe. Reading: durante il corso verranno letti brani del testo e articoli di riviste. Writing: verranno proposti esercizi su varie strutture grammaticali, questionari per la comprensione dei brani, scrittura di email e di brevi testi.

---

**DOCENTE : Lorenza Strada**

---

**DOVE : presso Liceo Scientifico Statale Enrico Fermi – via Giovanni XXIII- Cantù**

---

**QUANDO : il lunedì, 13 lezioni di 1,30 ore dalle 16,00 alle 17,30**

lunedì	16-02-2026	23-02-2026	02-03-2026	09-03-2026	16-03-2026
	23-03-2026	30-03-2026	13-04-2026	20-04-2026	27-04-2026
	04-05-2026	11-05-2026	18-05-2026		

# T'AI CHI CH'UAN

Ginnastica salutare sui principi  
della Medicina tradizionale Cinese



## OBIETTIVI

“Il T'ai Chi Ch'uan, è una raffinata arte marziale cinese; ginnastica salutare basata sui principi della Medicina Tradizionale Cinese, tecnica di respirazione, di meditazione in movimento.

## CONTENUTI

L'approccio lento al movimento ci aiuta a comprendere l'armonia delle gestualità riequilibrando la nostra condizione fisica mentale ed emozionale.

E' un metodo di reinterpretazione e rieducazione del nostro modo di vedere, sentire, percepire, essere.

Per ottenere un buon risultato, come in ogni lavoro, disciplina o Arte, occorre avere costanza, impegno e passione.

---

**DOCENTE** : Angelo Cattaneo

---

**DOVE** : presso **Club Arti Orientali** – via G. Spazzi 18 - Cantù

---

**QUANDO** : il lunedì, 14 lezioni di ore 1,30 dalle **10,20 alle 11,50**

lunedì	16-02-2026	23-02-2026	02-03-2026	09-03-2026	16-03-2026
	23-03-2026	30-03-2026	13-04-2026	20-04-2026	27-04-2026
	04-05-2026	11-05-2026	18-05-2026	25-05-2026	

# MAGLIA E UNCINETTO



## OBIETTIVI

Creare un momento d'incontro fra le persone interessate ad apprendere l'arte del lavoro a maglia/ uncinetto e scambiare esperienze con persone che hanno maggiori conoscenze nel settore.

## CONTENUTI

Come si inizia un lavoro a maglia/uncinetto

Caricamento punti ecc

Lavorazione dritto e rovescio

Aumenti, diminuzione e finitura

Prove di esecuzioni di lavori

Fondamentali per uncinetto

*Materiali occorrenti*

*2 ferri misura 4. Gomitolo lana acrilica per lavorazioni ferri 4.*

*Uncinetto misura 4. Cotone per uncinetto*

---

**DOCENTE** : Gabriella e Pinuccia

---

**DOVE** : presso Sede Auser - via Ettore Brambilla 3 - Cantù

---

**QUANDO** : il mercoledì , 10 lezioni di 2 ore dalle 15,00 alle 17,00

mercoledì	18-02-2026	25-02-2026	04-03-2026	11-03-2026	18-03-2026
	25-03-2026	01-04-2026	15-04-2026	22-04-2026	29-04-2026

# YOGA BASE

Yoga - salute - benessere



## OBIETTIVI

Lo yoga aiuta l'apparato cardio respiratorio. Praticare yoga aiuta a diminuire la frequenza cardiaca, rafforza il cuore e permette una ossigenazione maggiore dell'organismo.

Lo yoga migliora la postura, aumenta la flessibilità

Lo yoga aiuta a tonificare e rassodare. Con lo yoga possono essere attivate tutte le fasce muscolari, per ottenere un allineamento per lungo tempo.

Lo yoga stimola il metabolismo, aiuta a ridurre lo stress.

Lo yoga aiuta a mantenere la concentrazione.

## CONTENUTI

Ogni lezione è organizzata in tre fasi:

- una iniziale in cui si porta l'attenzione consapevole al corpo, utilizzando respiro, Kriya e Mudra;
- una fase centrale che utilizza in particolare delle sequenze di Asana (posizioni del corpo);
- una fase finale di rilassamento in Shavasana.

Le Mudra sono dei gesti, prevalentemente posizioni delle mani e dita che, come gesti simbolici, favoriscono concentrazione, gioia e liberano da energie stagnanti.

I Kriya sono un insieme di movimenti che vanno a purificare a livello del corpo, della mente e delle energie.

Le tecniche di respirazione aiutano a prendere consapevolezza del proprio corpo fisico ed emotivo, a rilassare il corpo e la mente, a donare tranquillità e serenità, a migliorare la qualità del sonno e la capacità di concentrazione.

---

**DOCENTE :** Michela Beltrami

---

**DOVE :** presso **Palestra Scuola Media Anzani** - Cantù

---

**QUANDO :** il giovedì, 10 lezioni di 1 ora dalle **15,30 alle 16,30**

giovedì	26-02-2026	05-03-2026	12-03-2026	19-03-2026	26-03-2026
	09-04-2026	16-04-2026	23-04-2026	30-04-2026	07-05-2026

# STORIA DELLA MUSICA



## Dopoguerra europeo

### OBIETTIVI

- analizzare il linguaggio musicale in prospettiva storica e sociale;
- collegare il “discorso musicale”, storicamente situato, con la cultura e le arti;
- stimolare l’interesse a fruire individualmente, “oltre” il corso, di repertori musicali.

### CONTENUTI

Il percorso cronologico sulla Storia della Musica prosegue il viaggio nel “secolo breve” dedicando le sue tappe a personaggi emblematici dell’immediato secondo dopoguerra in Europa, nati anni Dieci, un secolo dopo la generazione dei Grandi Romantici.

- Francia. Olivier Messiaen
- Gran Bretagna. Benjamin Britten
- Paradossi USA. Leonard Bernstein e John Cage
- Italia. Da Petrassi e Dallapiccola...  
... a Nino Rota

---

**DOCENTE** : Stefano Lamon

---

**DOVE** : presso Liceo Scientifico Statale Enrico Fermi – via Giovanni XXIII- Cantù

---

**QUANDO** : il venerdì, 5 lezioni di 2 ore dalle 15,30 alle 17,30

<b>venerdì</b>	<b>27-02-2026</b>	<b>06-03-2026</b>	<b>13-03-2026</b>	<b>20-03-2026</b>	<b>27-03-2026</b>
----------------	-------------------	-------------------	-------------------	-------------------	-------------------



# MENTAL COACHING

Riscopri te stesso, rafforza la mente, vivi con più energia



## OBIETTIVI

.Hai vissuto una vita ricca di esperienze, emozioni e cambiamenti. Ora è il momento di dedicarti a te stesso, alla tua mente e al tuo benessere interiore. Questo corso di mental coaching è pensato per chi vuole continuare a crescere, riflettere, relazionarsi e progettare con entusiasmo.

La tua storia e i tuoi valori

La memoria e la curiosità mentale

Le emozioni e la resilienza

Le relazioni e la comunicazione

I tuoi progetti futuri e il senso di scopo

Con attività pratiche, momenti di condivisione e semplici esercizi da fare anche a casa, questo percorso ti aiuterà a sentirti più forte, più consapevole e più connesso con te stesso e con gli altri.

## CONTENUTI

“Riscoprire Sé Stessi – Identità e Valori”

Favorire l'introspezione

Riconnettersi con i propri valori e talenti

Stimolare il senso di identità

Stimolare le funzioni cognitive

Promuovere la curiosità e l'apprendimento continuo

Rafforzare la fiducia nelle proprie capacità mentali

Riconoscere e accogliere le emozioni

Imparare strategie di resilienza

Rafforzare il senso di controllo

Migliorare la comunicazione empatica

Rafforzare le relazioni significative

Combattere la solitudine

Stimolare la progettualità

Trovare nuovi obiettivi e passioni

Rinforzare il senso di utilità

**DOCENTE : Laura Maiorano**

**DOVE : presso Sede Auser - via Ettore Brambilla 3 - Cantù**

**QUANDO : il martedì 5 incontri di ore 1,30 dalle 10,00 alle 11,30**

Martedì	03-03-2026	10-03-2026	17-03-2026
	24-03-2026	31-03-2026	

# STORIE DI VITIGNI

Passione e tradizione dal mondo del vino



## OBIETTIVI

Un percorso pensato per chi vuole esplorare il meglio della tradizione vinicola italiana, scoprendo vini di alta qualità che spesso sfuggono ai radar degli appassionati. Durante il corso, i partecipanti assaggeranno etichette sorprendenti e poco conosciute, capaci di dimostrare che per bere bene non è necessario spendere una fortuna. Dalle Malvasie agli abbinamenti perfetti con i formaggi, ogni incontro sarà un'occasione per ampliare il proprio orizzonte enologico con vini che, forse, non avreste mai pensato di scegliere. Un'esperienza unica per chi cerca autenticità e qualità nel bicchiere!

## CONTENUTI

Sangiovese contro Sangiovese

Vini dei Balcani

Nebbiolo a confronto

---

**DOCENTE** : Stefano Galli



account instagram **IL\_VINONAUTA**

---

**DOVE** : presso **Sede Auser** – via Ettore Brambilla 3 - Cantù

---

**QUANDO** : il sabato, 3 incontri di ore 1,30 dalle **10,00 alle 11,30**

sabato	07-03-2026	21-03-2026	28-03-2026
--------	------------	------------	------------

# INTELLIGENZA ARTIFICIALE AI



Introduzione all'Intelligenza Artificiale

Motore inferenziale, Machine learning e reti neurali

## CONTENUTI DEL CORSO

### Differenza tra AI Ristretta e Generale (Parte 1)

- AI Ristretta (ANI - Artificial Narrow Intelligence)
- AI Generale (AGI - Artificial General Intelligence)
- Ha capacità cognitive simili a quelle umane
- Può apprendere e risolvere problemi in vari ambiti
- Ancora in fase teorica e sperimentale

### Il Motore Inferenziale

- Definizione e funzionamento
- Regole e sistemi basati su logica
- Differenze tra sistemi esperti e AI moderna
- Esempi di utilizzo (medicina, automazione industriale)

### Machine Learning - Introduzione

- Definizione e concetti chiave
- Differenza tra apprendimento supervisionato, non supervisionato e per rinforzo
- Dataset e loro importanza

### Le Reti Neurali - Introduzione

Definizione e ispirazione biologica

Struttura di una rete neurale

Perceptron e reti multi-strato (MLP)

---

**DOCENTE : Roberto Malamisura**

---

**DOVE : presso Liceo Scientifico Statale “Enrico Fermi” –  
via Giovanni XXIII- Cantù**

---

**QUANDO : lunedì e venerdì 4 lezioni di 2,00 ore dalle 15,30 alle 17,30**

<b>Lunedì 16-03-2026</b>	<b>Venerdì 20-03-2026</b>	<b>Lunedì 23-03-2026</b>	<b>Venerdì 27-03-2026</b>
------------------------------	-------------------------------	------------------------------	-------------------------------

# LABORATORIO FIORI

Creare fiori di carta



## OBIETTIVI E CONTENUTI DEL CORSO

Contenuto del laboratorio : scopo del laboratorio è quello di far conoscere le tecniche per la produzione in completa autonomia di fiori di carta crespata. Durante l'incontro verranno mostrati i vari passaggi necessari per realizzare diverse tipologie di fiori primaverili. I materiali vengono forniti da Auser.

Si chiede di portare con sé un paio di forbici di media dimensione.

---

**DOCENTE** : Giovanna Spadini

---

**DOVE** : presso Sede AUSER Via Ettore Brambilla 3 Cantù

---

**QUANDO** : il giovedì 1 incontro di ore 2,30 dalle 15,00 alle 17,30

giovedì	19-03-2026

# STORIA DELL'ARTE

## "ARTISTI AL FRONTE. IL FRONTE DEGLI ARTISTI"



### OBIETTIVI

Il corso affronterà il tema attuale della guerra, visto attraverso lo sguardo e l'esperienza degli artisti. Nella prima parte del corso sarà oggetto di attenzione il periodo della prima guerra mondiale, con le differenti posizioni degli artisti, entusiasti e interventisti come i Futuristi italiani o critici e oppositori come la grafica tedesca Kathe Kollwitz.

Una lezione avrà quindi protagonista l'opera simbolo della denuncia dei crimini della guerra, la Guernica di Pablo Picasso, anche letta a partire dalla precedente serie dei Disastri della Guerra dello spagnolo Goya.

Infine ci lasceremo provocare dallo sguardo degli artisti contemporanei, che ci metteranno di fronte alle drammatiche immagini dell'attualità.

### CONTENUTI

Artisti al fronte. Artisti e Grande Guerra. 1

Artisti al fronte. Artisti e Grande Guerra. 2

Disastri della guerra. Da Goya a Picasso

Il fronte degli artisti.

Sguardi dell'arte contemporanea sulla guerra

---

Le lezioni saranno accompagnate dalla proiezione di immagini

**DOCENTE : Francesco Pavesi**

---

**DOVE : presso Liceo Scientifico Statale Enrico Fermi – via Giovanni XXIII- Cantù**

---

**QUANDO : il lunedì, 4 lezioni di ore 1,30 dalle 15,30 alle 17,00**

<b>lunedì</b>	<b>23-03-2026</b>	<b>30-03-2026</b>	<b>13-04-2026</b>	<b>20-04-2026</b>
---------------	-------------------	-------------------	-------------------	-------------------



# PSICOLOGIA

Consapevolezza emotiva come aspetto  
fondamentale per una comunicazione  
funzionale ed efficace !

Tina Oziewicz - Aleksandra Zajac  
**Ci conosciamo?**  
Sentimenti, emozioni e altre creature  
TERRELLIP



## OBIETTIVI

Acquisire consapevolezza del modo in cui ciò che proviamo ci guida e ci orienta  
Riflettere sul modo in cui le nostre aspettative e interpretazioni influiscono sul nostro comportamento e ci guidano nelle relazioni sociali  
Mettersi in ascolto del proprio mondo emotivo  
Creare uno spazio di condivisione empatico e non giudicante in cui sia possibile fermarsi ad ascoltare i propri sentimenti

## CONTENUTI

«Le **emozioni** sono come strane creature, grandi e piccole, dolci o spaventose: ciascuna ha una sua personalità, e tutte abitano dentro di noi!».

Ma a cosa servono le emozioni?

- Segnalano all'esterno il nostro stato e le nostre intenzioni con la funzione di comunicazione sociale; da persona a persona (**FUNZIONE INTERSOGETTIVA**);
- informano noi stessi del nostro stato interno in rapporto all'ambiente, alle altre persone, agli eventi ai quali prestare attenzione attraverso la percezione corporea, quale principale mezzo auto-comunicativo (**FUNZIONE INTRASOGETTIVA**)
- Dunque, le emozioni costituiscono un ponte tra il mondo interno e il mondo esterno. Sono esperienze soggettive che sperimentiamo in risposta a stimoli interni o esterni e che ci comunicano bisogni, desideri, necessità e influenzano il nostro comportamento, i nostri pensieri, le nostre decisioni e il nostro benessere.
- La consapevolezza emotiva, dunque, è necessaria per una comunicazione efficace, poiché permette di riconoscere, comprendere e gestire i propri stati d'animo e quelli altrui, creando connessioni più autentiche, riducendo fraintendimenti e favorendo risposte equilibrate e costruttive

---

**DOCENTE** : Anna Frallicciardi

---

**DOVE** : presso Sede Auser – via Ettore Brambilla 3 - Cantù

---

**QUANDO** : il venerdì 4 lezioni di ore 1,30 dalle 10,00 alle 11,30

venerdì	09-04-2026	16-04-2026
	23-04-2026	30-04-2026



# LETTERATURA LATINA



## IL MITO DI EUROPA

ovvero

quando Oriente e Occidente si incontrano

### OBIETTIVI

Sulla scorta delle fonti storiografiche e poetiche antiche e del saggio di Luisa Passerini *Il mito di Europa - Radici antiche per nuovi simboli* andremo ad analizzare gli archetipi che compongono la struttura del mito antico della giovane Europa rapita da Zeus in forma di toro: scopriremo le relazioni del mito con la realtà storica e geografica del Continente che dalla fanciulla ha preso il nome e riconosceremo gli elementi che ancora incidono in modo esplicito o sommerso, luminoso e ambiguo, sul complesso e affascinante incontro tra Oriente e Occidente, di cui l'Europa costituisce l'emblema

### CONTENUTI

1. La sorella di Cadmo, il fenicio:  
Europa tra racconto mitico e realtà geografica
2. Primo mitema : il Toro e le sue valenze simboliche
3. Secondo mitema: la Donna tra simboli, stereotipi e affrancamento
4. Terzo mitema: l'Acqua e il Mare

---

**DOCENTE** : Giuliana Roda

---

**DOVE** : presso Liceo Scientifico Statale Enrico Fermi – via Giovanni XXIII- Cantù

---

**QUANDO** : il venerdì, 4 lezioni di ore 1,30 dalle 15,30 alle 17,00

<b>venerdì</b>	<b>10-04-2026</b>	<b>17-04-2026</b>	<b>24-04-2026</b>	<b>08-05-2026</b>
----------------	-------------------	-------------------	-------------------	-------------------

# FILOSOFIA

## Dal Romanticismo a Hegel



## CONTENUTI

Il corso, proseguendo il cammino intrapreso in autunno sul pensiero di Kant, si sofferma sull'evoluzione della filosofia tedesca dalla fine del Settecento ai primi dell'Ottocento.

- 1) L'età romantica. Animata dalla volontà di ricerca dell'infinito, la temperie romantica attraversa tutti gli ambiti della cultura, dalle arti alla letteratura e alla musica, e lascia un'impronta determinante sulla riflessione filosofica.
- 2) L'Idealismo. Sviluppando e tradendo l'impianto del pensiero kantiano, Fichte promuove una riflessione che muove dal primato dell'etica, mentre Schelling accentua le tematiche romantiche in ambito estetico e di Filosofia della Natura.
- 3) Sul finire del Settecento, Hegel dedica una serie di scritti a questioni di ordine teologico che anticipano l'impianto del suo pensiero maturo, uno dei più fecondi dell'età contemporanea.
- 4) Nel 1807 Hegel compone La Fenomenologia dello Spirito, ricostruzione in chiave filosofica del percorso della civiltà umana, dove compaiono considerazioni sul lavoro, il desiderio e la storia che troveranno ampi sviluppi anche nella filosofia del Novecento.

---

**DOCENTE : Mario Porro**

---

**DOVE : presso Liceo Scientifico Statale Enrico Fermi – via Giovanni XXIII- Cantù**

---

**QUANDO : il martedì, 4 lezioni di ore 1,30 dalle 15,30 alle 17,00**

martedì				
	14-04-2026	21-04-2026	28-04-2026	05-05-2026

# TELEFONINI

## Uso primario dei telefonini smart



## CONTENUTI DEL CORSO

### IMPOSTAZIONI

Icone standard  
Collegamenti  
Connettività voce  
Connettività dati  
Wi Fi  
Bluetooth  
GPS – Cellulare

### APPLICAZIONI

Messaggistica - utilità -  
videoconferenze - finanza - sanità  
foto-album - applicazioni GOOGLE -  
Whats App - Posta elettronica

### USO CORRETTO DEL CELLULARE

---

**DOCENTE** : Armando Borghi

---

**DOVE** : presso Sede Auser – via Ettore. Brambilla 3 - Cantù

---

**QUANDO** : martedì – venerdì 9 lezioni di 2,00 ore dalle 10,00 alle 12,00

<b>martedì</b> <b>14-04-2026</b>	<b>venerdì</b> <b>17-04-2026</b>	<b>martedì</b> <b>21-04-2026</b>	<b>venerdì</b> <b>24-04-2026</b>	<b>martedì</b> <b>28-04-2026</b>
<b>martedì</b> <b>05-05-2026</b>	<b>venerdì</b> <b>08-05-2026</b>	<b>martedì</b> <b>12-05-2026</b>	<b>venerdì</b> <b>15-05-2026</b>	

# STORIA

## La lunga notte del fascismo in Italia



### CONTESTO

Il ciclo di lezioni intende proporre un percorso attraverso le fasi fondamentali del Ventennio. I partecipanti verranno accompagnati lungo un itinerario che avrà inizio dalle origini del fascismo nel difficile dopoguerra italiano alla costruzione della dittatura, per poi approfondire gli anni Trenta tra consenso, propaganda e ambizioni imperiali. Affronteremo quindi il ruolo dell'Italia nella Seconda guerra mondiale e, infine, l'ultima fase del regime con la Repubblica Sociale Italiana.

L'obiettivo del corso è fornire una comprensione storicamente fondata e accessibile delle dinamiche politiche, sociali e culturali che hanno segnato uno dei periodi più complessi e decisivi della storia italiana contemporanea

### CONTENUTO DEL CORSO

1° incontro: le origini del fascismo (1918-1922) e le sue interpretazioni;

2° incontro: la costruzione della dittatura (1922-1929);

3° incontro: gli anni '30 tra consenso, imperialismo e nuove alleanze (1930-39);

4° incontro: la guerra (1940-43);

5° incontro: l'ultimo fascismo, la RSI (1943-45).

**DOCENTE** : Giulio Bernasconi

**DOVE** : presso Liceo Scientifico Statale Enrico Fermi – via Giovanni XXIII- Cantù

**QUANDO** : il giovedì, 5 lezioni di ore 1,30 dalle 15,30 alle 17,00

giovedì					
	16-04-2026	23-04-2026	30-04-2026	07-05-2026	14-05-2026

# GEOLOGIA

Fenomeni geologici,  
dai terremoti ai vulcani, alle frane



## OBIETTIVI

Il corso si ripromette di analizzare i fenomeni geologici, dai terremoti ai vulcani alle frane, spiegando le cause dei movimenti delle placche attraverso le epoche geologiche. Alla fine del corso si analizzerà in dettaglio anche la complessa geologia italiana.

## CONTENUTI

Nascita del sistema solare e della terra  
Scala dei tempi geologici  
Composizione chimica e struttura della terra  
Caratteristiche delle rocce  
Caratteristiche della terra primordiale  
Geologia del Precambriano (Archeano e Proterozoico)  
I primi esseri viventi  
Nascita e disposizione dei primi continenti  
Giacimenti minerari del Precambriano  
I fossili  
Eone del Fanerozoico  
Geologia del Paleozoico  
Dagli invertebrati ai primi pesci  
Dal periodo Carbonifero al Permiano  
La colonizzazione delle terre emerse  
La più grande estinzione di massa di tutti i tempi  
L'era Mesozoica  
Il dominio dei dinosauri  
L'estinzione di massa del Cretaceo  
Il Cenozoico  
Geologia dell'Italia  
Le ere glaciali

**DOCENTE : Alberto Peruffo**

**DOVE presso:** Liceo Scientifico Enrico Fermi Via Giovanni XXIII Cantù

**QUANDO :** il venerdì 5 lezioni di ore 1,30 dalle 15.00 alle 17,30

<b>venerdì</b>	<b>17-04-2026</b>	<b>24-04-2026</b>	<b>08-05-2026</b>	<b>15-05-2026</b>	<b>22-05-2026</b>
----------------	-------------------	-------------------	-------------------	-------------------	-------------------

# FINANZA ECONOMIA



I principali strumenti finanziari  
per la gestione consapevole ed autonoma del risparmio

## OBIETTIVI

Conoscere l'economia aiuta a capire il mondo che ci circonda, ci aiuta a capire come è fatto il nostro sistema sociale e ci permette di prendere buone decisioni .

## CONTENUTI

L'economia di un paese può essere rappresentata da un insieme di attività di scambio di beni, di servizi e di denaro e il mercato è il luogo in cui si realizzano tali scambi. Immaginiamo che siano presenti sul mercato le famiglie, le imprese e lo Stato.

---

**DOCENTE** : Saverio Bennardo

---

**DOVE** : presso **Sede Auser** – via Ettore Brambilla 3 Cantù

---

**QUANDO** : il lunedì, 4 lezioni di ore 1,30 dalle **10,00 alle 11,30**

<b>lunedì</b>	<b>20-04-2026</b>	<b>27-04-2026</b>	<b>11-05-2026</b>	<b>18-05-2026</b>
---------------	-------------------	-------------------	-------------------	-------------------



# APPLICAZIONI



## SOLO APPLICAZIONI

Utilizzo pratico di alcune applicazioni  
dei telefonini Smart

## APPLICAZIONI

- messaggistica
- utilità
- videoconferenze
- finanza
- sanità
- foto-album
- applicazioni GOOGLE
- Whats App
- Posta elettronica

## USO CORRETTO DEL CELLULARE E DEL TABLET

---

**DOCENTE** : Armando Borghi

---

**DOVE** : presso Sede Auser – via Ettore Brambilla 3 - Cantù

---

**QUANDO** : il martedì / venerdì, 4 lezioni di 2,00 ore dalle 10,00 alle 12,00

<b>venerdì</b> <b>29-05-2026</b>	<b>venerdì</b> <b>05-06-2026</b>	<b>martedì</b> <b>09-06-2026</b>	<b>venerdì</b> <b>12-06-2026</b>
-------------------------------------	-------------------------------------	-------------------------------------	-------------------------------------

Per INFORMAZIONI ED ISCRIZIONI AI CORSI  
AUSER CANTURIUM INSIEME APS-ETS  
rivolgersi a:

**UFFICIO CORSI**  
**Via Ettore Brambilla 3 – Cantù**  
**dal lunedì al venerdì**  
**dalle 9,15 alle 11,15**

**Tel. ufficio corsi : 031 – 3661765**  
**e-mail : [ausercantu.corsi@gmail.com](mailto:ausercantu.corsi@gmail.com)**

**I CORSISTI CHE PARTECIPANO ALLE  
LEZIONI PRESSO IL LICEO ENRICO  
FERMI SONO INVITATI A NON  
PARCHEGGIARE NEL CORTILE  
INTERNO**

I programmi dei corsi proposti da  
Auser Insieme Canturium APS-ETS  
sono consultabili sui siti :

[Sito auser :](#)

[www.auser.lombardia.it/como/cantu](http://www.auser.lombardia.it/como/cantu)

Sito cultura: [www.ausercultura.lombardia.it](http://www.ausercultura.lombardia.it)

**La partecipazione è riservata ai tesserati.**  
Non vi sono limiti di età e di percorso scolastico.

**Per esigenze amministrative NON si ricevono**  
**iscrizioni ai corsi dopo la loro data di inizio.**

**Auser Canturium APS-ETS**  
**Via Ettore Brambilla 3 – Cantù**  
**Tel 031 3515003**  
**Tel uff corsi 031 – 3661765**

## CERTIFICATO DI QUALITÀ

*Il Presidente di Auser Nazionale, d'intesa con il Comitato Scientifico di Certificazione,  
valutati i fini e la qualità delle attività culturali e formative*

CONFERISCE

*All'Università Popolare Auser Insieme Canturium di Cantù (CO)*

### IL BOLLINO BLU



Firma



**La cittadinanza non ha età**



**Auser Canturium APS-ETS**  
**Via Ettore Brambilla 3 – Cantù**  
**Tel 031 -3515003**  
**[auser.canturium@auser.lombardia.it](mailto:auser.canturium@auser.lombardia.it)**  
**Tel uff corsi 031 – 3661765**  
**[ausercantu.corsi@gmail.com](mailto:ausercantu.corsi@gmail.com)**

*L'eventuale ritrovamento del presente fascicolo  
in luoghi pubblici è da considerarsi puramente casuale*

## A CANTU' QUALI SERVIZI OFFRIAMO

- accompagnamento, con nostri mezzi, di persone fragili e sole (minori compresi) a visite mediche, analisi, acquisti e consegna farmaci.  
Le richieste di assistenza possono essere inoltrate ai Servizi Sociali dei Comuni di residenza o agli uffici Auser di Cantù al numero 031 3515003 nei giorni feriali, dalle ore 9,00 alle 11,30;
- compagnia casalinga e telefonica pre-concordata;
- compagnia e svago agli ospiti di Case Famiglia e assistenza all'accompagnamento di disabili in brevi gite;
- piccoli lavori di manutenzione casalinga per anziani soli;
- convenzioni con aziende locali e ipermercati;
- Università Popolare Certificata con oltre 25 tipologie di corsi a quadrimestre;
- supporto informatico digitale il giovedì pomeriggio presso sede Auser, previo appuntamento tel. Ufficio Corsi
- Teatro : convenzione con il Piccolo Teatro e la Scala di Milano;
- Biblioteca: apertura ogni giovedì dalle ore 14 alle 16,30 per il prestito di libri tra oltre 1000 volumi e possibilità di consegna a domicilio;
- Trekking : programma settimanale di passeggiate di mezza o intera giornata, in tutte le stagioni;
- solidarietà internazionale con partecipazione a progetti specifici;
- turismo sociale : in collaborazione con ETLISIND proponiamo gite/vacanze di uno o più giorni in Italia e/o estero.

I programmi delle attività sono consultabili sui siti

[www.auser.lombardia.it/como/cantù](http://www.auser.lombardia.it/como/cantù)

[www.ausercultura.lombardia.it](http://www.ausercultura.lombardia.it)



## LA CARTA DEI VALORI AUSER

*L' Auser è una "Associazione di progetto" tesa alla valorizzazione delle persone e delle loro relazioni, ispirata a principi di equità sociale, di rispetto e valorizzazione delle differenze, di tutela dei diritti, di sviluppo delle opportunità e dei ben comuni.*

### **L' Auser si propone i seguenti valori-obiettivo :**

1. Sviluppare il volontariato, le attività di promozione sociale, l'educazione degli adulti, la solidarietà internazionale, con particolare riferimento alle persone anziane e ai rapporti intergenerazionali.
2. Sostenere le persone, migliorarne la qualità della vita e delle relazioni, orientarle all'esercizio della solidarietà.
3. Difendere e sviluppare le capacità conoscitive e attive, anche residue, delle persone.
4. Promuovere sul territorio reti associative e strutture di servizio a sostegno delle responsabilità familiari e di prossimità (buon vicinato) in sinergia con le istituzioni pubbliche.
5. Promuovere la cittadinanza attiva favorendo la partecipazione responsabile delle persone alla vita e ai servizi della comunità locale, alla tutela, valorizzazione ed estensione dei beni comuni culturali e ambientali, alla difesa ed ulteriore sviluppo dei diritti di tutti.
6. Rinsaldare e rinnovare le comunità locali come realtà solidali aperte, plurali, inclusive.

AUSER – Autogestione dei Servizi per il volontariato e la solidarietà

APS – ETS - Associazione di Promozione Sociale – Ente del Terzo Settore

