



Università della Terza Età

UNITRE

Università delle Tre Età – APS

Sede di **TROFARELLO**



PROGRAMMA 2024 – 2025

ORGANIGRAMMA

FONDATORI

Maria Clelia BERTOLA
Alessandra BOERO
Gianna CHIONO
Francesco FERRANDO
Antonella FONGO
Bruno GIOVETTI
Gabriele MANASSI
Marisa OCCHETTO
Giovanni OLIVA
Marilena PALAZZO
Antonella PANNOCCHIA
Giuseppina RIZZI
Piercarlo ROVERA
Valter SCALENGHE
Angelo SOUDAZ

CONSIGLIO DIRETTIVO A.A. 2023 - 2026

Valter SCALENGHE	Presidente
Francesco FERRANDO	Vice Presidente
Antonella PANNOCCHIA	Direttrice corsi
Antonella FONGO	Segretaria
Alessandra BOERO	Tesoriere
Maria Clelia BERTOLA	Consigliere
Gianna CHIONO	Consigliere
Bruno GIOVETTI	Consigliere
Giuseppina RIZZI	Consigliere

SEDI

CORSI E CONFERENZE DIDATTICHE

Centro Incontro G. Di Vittorio

Via Armando Diaz, 50

Ex Scuola Neyrone Valle Sauglio

Via Umberto I, 126

Salone Chiesa del Belvedere

Piazza della Consolata, 1

CONFERENZE SERALI E SEGRETERIA

Centro Socioculturale Marzanati

Via Cesare Battisti, 25

CONTATTI

Sportello

lunedì dalle 10:00 alle 12:00
mercoledì dalle 16:00 alle 18:00
(a partire dal 16 settembre 2024)

Cell. / Whatsapp

375 8360249
(nei giorni feriali dalle 16:00 alle 18:00)

E-mail

trofarello@unitre.net

Indirizzo sito web

www.unitretrofarello.it

ANNO ACCADEMICO 2024 – 2025

INAUGURAZIONE

Martedì 24 settembre 2024 ore 20:30
Palalpini, Trofarello

INIZIO ATTIVITÀ

Lunedì 14 ottobre 2024

SOSPENSIONE ATTIVITÀ

Festa di Ognissanti	1° novembre 2024
Vacanze di Natale	dal 21 dicembre 2024 al 6 gennaio 2025
Vacanze di Pasqua	dal 17 al 22 aprile 2025
Festa della Liberazione	25 aprile 2025
Festa del Lavoro	1° maggio 2025

TERMINE ATTIVITÀ

Venerdì 30 maggio 2025

ISCRIZIONI E RINNOVI

QUOTE

Quota associativa non rimborsabile né trasferibile: € 20,00

che comprende:

- iscrizione alla sede locale e materiale didattico
- quota associativa Nazionale (€ 2,50), come previsto dallo Statuto Nazionale
- assicurazione R.C. e infortuni, per ciascun iscritto, relativa all'attività sociale

Contributo per l'iscrizione e la frequenza fino a 3 corsi di cultura generale e laboratori: € 10,00

**Contributo per attività benessere psico-fisico:
secondo la tipologia di attività**

DATE

Mercoledì 28 agosto, 4 e 11 settembre 2024
in occasione del mercato settimanale

Dal 16 settembre 2024 in orario di apertura della Segreteria presso
il Centro Socioculturale Marzanati

Attenzione: gli Associati già iscritti dovranno riportare la propria
tessera per il rinnovo

ELENCO DOCENTI

ALESSIO Paola	Istruttrice di yoga
ARMANO Piera	Esperta di lavori a maglia
BERTI Matteo	Consulente finanziario
BERTINO Manuela	Docente di inglese, Scuole Superiori
BORRIELLO Francesca	Docente di spagnolo, Scuole Superiori
BOSCHIGGIA Elisabetta	Docente di lingua e letteratura italiana, Scuola Superiore
CABRINI Fernanda	Esperta di biodanza
CASTO Barbara	Specialista Discipline Coreutiche
CATALANO Angela	Esperta di lavori a maglia
CONROTTO Gianni	Insegnante, Scuole Medie
CUTUGNO Silvia	Docente di francese, Scuole Superiori
DE MARIA Cristina	Acquerellista
DE VECCHI Doriana	Poetessa, scrittrice, artista
DEGIORGIS Anna	Esperta creazioni di bigiotteria
DOVA Graziella	Esperta di lavori a uncinetto
DRAGO Valentina	Istruttrice di ginnastica dolce e pilates
FERRERI Walter	Astronomo

GARRIBBA Giuliana	Insegnante, Scuole Medie
GATTI Silvana	Esperta di lavori a uncinetto
GIOVETTI Bruno	Poeta
IACOPINELLI Mirella	Esperta di cucito
LUPANO Elisa	Psicologa
ORLANDO Mario	Istruttore di yoga
PAESE Francesco	Consulente finanziario
PIANTA Angelo	Imprenditore agricolo
RUGGIERI Giovanni	Esperto di informatica
SAVIO Emanuela	Istruttrice di Nordic Walking
SCHIENA Immacolata	Poetessa
TABACCO Claudio	Poeta
TOMASSETTI Carla	Istruttrice di Nordic Walking e Fit Walking
TULLIO Vivian	Esperta di cinema Professore Universitario

PROGRAMMA CORSI



*Il programma potrebbe subire variazioni
che saranno comunicate in corso d'opera*

BENESSERE PSICO-FISICO

BIODANZA – Fernanda CABRINI

Valorizzazione degli aspetti positivi delle cose per vivere con pienezza, armonia, creatività e salute. Lavoro sulla coesione sociale, affettiva e di resilienza.

N° di iscritti massimo: 20 - Salone Chiesa del Belvedere

Venerdì dalle 17:00 alle 19:00, settimanale-annuale

Contributo didattico: € 40,00/annuale

DANCE AND FIT – Barbara CASTO

Programma per sole donne nato per aiutarle a ritrovare la propria femminilità e sensualità attraverso semplici movimenti di danza ed esercizi di fitness.

N° di iscritti massimo: 20 - Salone Chiesa del Belvedere

Martedì dalle 15:00 alle 15:50, settimanale-annuale

Contributo didattico: € 40,00/quadrimestre

FIT WALKING – Carla TOMASSETTI

Attività fisica adatta a tutti, si può praticare in ogni ambiente ed in qualsiasi momento della giornata. Ha molti vantaggi dal punto di vista fisico e mentale, è un ottimo antistress, favorisce inoltre l'acquisizione ed il mantenimento di un buon tono muscolare.

N° di iscritti: minimo 8 massimo 12 - All'aperto

Giovedì dalle 09:00 alle 10:15

8 incontri settimanali, sospensione novembre-febbraio

Contributo didattico: € 70,00/annuale

GINNASTICA DOLCE – Valentina DRAGO

Disciplina sportiva orientata al benessere, adatta a coloro che vogliono sviluppare uno stato di benessere psico-fisico attraverso l'esecuzione di movimenti controllati.

N° di iscritti massimo: 15 - Centro Incontro G. Di Vittorio

Mercoledì dalle 11:00 alle 12:00, settimanale-annuale

Contributo didattico: € 120,00/annuale

€ 70,00/quadrimestre

NORDIC WALKING JUNIOR – Emanuela SAVIO

Forma completa di camminata/esercizio fisico che, grazie al supporto di specifici bastoncini, comporta una vasta gamma di effetti benefico-salutari anche nei soggetti affetti da varie patologie in grado di sostenere un lavoro in ambiente esterno di almeno 60 minuti.

N° di iscritti massimo: 12 - All'aperto

Venerdì dalle 10:30 alle 12:00

8 incontri settimanali, sospensione novembre-febbraio

Contributo didattico: € 70,00/annuale

NORDIC WALKING SENIOR – Carla TOMASSETTI

Miglioramento postura, equilibrio, coordinazione, tono muscolare complessivo (anche del tronco e delle braccia), sistema cardiocircolatorio e metabolico.

N° di iscritti: minimo 8 massimo 12 - All'aperto

Venerdì dalle 09:00 alle 10:30

8 incontri settimanali, sospensione novembre-febbraio

Contributo didattico: € 70,00/annuale

PILATES – Valentina DRAGO

Metodo di allenamento psicofisico dedicato alla ricerca del benessere quotidiano attraverso lo sviluppo di elementi fondamentali: concentrazione, precisione e controllo, lentezza, fluidità, baricentro e respirazione.

N° di iscritti massimo: 15 - Salone Chiesa del Belvedere

Martedì dalle 18:30 alle 19:30, settimanale-annuale

Contributo didattico: € 120,00/annuale

€ 70,00/quadrimestre

N° di iscritti massimo: 15 - Salone Chiesa del Belvedere

Venerdì dalle 19:00 alle 20:00, settimanale-annuale

Contributo didattico: € 120,00/annuale

€ 70,00/quadrimestre

YOGA 1 – Paola ALESSIO

Il Satyananda yoga offre un metodo sistematico, solido e graduale di integrazione di mente, corpo e spirito. È adatto a tutti, indipendentemente dall'età o dal livello di forma fisica.

N° di iscritti massimo: 15 - Centro Incontro G. Di Vittorio

Mercoledì dalle 09:30 alle 10:30, settimanale-annuale

Contributo didattico: € 120,00/annuale

€ 70,00/quadrimestre

N° di iscritti massimo: 15 - Centro Incontro G. Di Vittorio

Mercoledì dalle 19:30 alle 20:30, settimanale-annuale

Contributo didattico: € 120,00/annuale

€ 70,00/quadrimestre

YOGA 2 – Mario ORLANDO

Lo Hatha yoga si concentra sulle posizioni fisiche (asana) e sulla respirazione (pranayama) per promuovere il benessere fisico e mentale. Adatto a tutti, indipendentemente dall'età o dal livello di forma fisica.

N° di iscritti massimo: 15 - Salone Chiesa del Belvedere

Lunedì dalle 18:00 alle 19:30, settimanale-annuale

Contributo didattico: € 120,00/annuale

€ 70,00/quadrimestre

N° di iscritti massimo: 15 – Salone Chiesa del Belvedere

Venerdì dalle 10:00 alle 11:30, settimanale-annuale

Contributo didattico: € 120,00/annuale

€ 70,00/quadrimestre

CULTURA GENERALE

ASTRONOMIA primo livello – Walter FERRERI

Il corso è rivolto ad allievi che non hanno alcuna conoscenza specifica in materia. Programma: panoramica introduttiva, come orientarsi in cielo, strumenti e fotografia del cielo, serata osservativa.

N° di iscritti massimo: 35 - Salone Chiesa del Belvedere

Lunedì dalle 15:00 alle 16:30, annuale ogni 15 giorni

EDUCAZIONE FINANZIARIA – Francesco PAESE

Corso strutturato per migliorare la consapevolezza dei risparmiatori riguardo ai rischi e alle opportunità legate alle scelte finanziarie. Si porrà l'attenzione sulla protezione del patrimonio e sugli aspetti di ottimizzazione fiscale della pianificazione successoria attraverso esempi concreti. La fiscalità delle varie forme di investimento, compreso quello immobiliare, e la trasparenza del rapporto tra banca e cliente saranno affrontati in modo chiaro ed esaustivo. I temi trattati sono differenti da quelli dell'anno precedente.

N° di iscritti massimo: 35 - Salone Chiesa del Belvedere

Lunedì dalle 17:00 alle 18:30

5 incontri ogni 15 giorni, da ottobre a dicembre 2024

FRANCESE livello base – Silvia CUTUGNO

in fase di definizione organizzativa

INFORMATICA – Giovanni RUGGIERI

Concetti fondamentali: hardware, software, dispositivi. File, cartelle e relative operazioni (creazione, copia, spostamento, ecc.). Sicurezza e aggiornamenti. Internet e posta elettronica. Impostazioni e manutenzione PC. Installazione e disinstallazione applicazioni. Servizi online. Uso smartphone.

N° di iscritti massimo: 15 - Centro Incontro G. Di Vittorio

Mercoledì dalle 17:00 alle 18:30

10 incontri settimanali, da ottobre a dicembre 2024

INGLESE livello base in fase di definizione organizzativa

INGLESE livello intermedio – Manuela BERTINO

Il corso si propone di rivedere le principali strutture grammaticali utili e finalizzate alla comunicazione orale/scritta. Approfondimento dei tempi passato e futuro.

N° di iscritti massimo: 15 - Salone Chiesa del Belvedere

Martedì dalle 17:00 alle 18:30

10 lezioni settimanali, da ottobre a dicembre 2024

LETTERATURA ITALIANA – Elisabetta BOSCHIGGIA

Giacomo Leopardi ovvero la letteratura come cura di sé, dell'altro, della natura, del cosmo.

N° di iscritti massimo: 35 - Centro Incontro G. Di Vittorio

Mercoledì dalle 14:30 alle 16:00, annuale ogni 15 giorni

PSICOLOGIA – Elisa LUPANO

La psicologia per conoscere sé stessi, conoscere gli altri e favorire l'accoglienza delle reciproche diversità.

N° di iscritti massimo: 15 - Salone Chiesa del Belvedere

Lunedì dalle 20:30 alle 22:00

8 incontri ogni 15 giorni, da dicembre 2024 a marzo 2025

SPAGNOLO livello base in fase di definizione organizzativa

SPAGNOLO livello intermedio – Francesca BORRIELLO

Si potenzieranno le conoscenze e competenze acquisite e si procederà gradualmente verso un livello superiore. Ai partecipanti saranno proposti moduli di lingua spagnola in cui si apprenderanno funzioni comunicative che andranno dalla vita quotidiana ad ambiti più settoriali (turismo, salute, economia, ...).

N° di iscritti massimo: 15 - Salone Chiesa del Belvedere

Lunedì dalle 17:00 alle 18:30, annuale ogni 15 giorni

STORIA DEL CINEMA – Vivian TULLIO

Il cinema: la settima arte che, con più di un secolo di vita, rappresenta ancora uno dei più forti mezzi di comunicazione. Un breve excursus sul cinema dalle sue origini ai giorni nostri attraverso la conoscenza dei più importanti registi e movimenti cinematografici che ne hanno costruito le fondamenta e la storia.

N° di iscritti massimo: 35 - Salone Chiesa del Belvedere

Lunedì dalle 15:00 alle 16:30, annuale ogni 15 giorni

LABORATORI

ACQUERELLO – Cristina DE MARIA

Le lezioni di base saranno inizialmente focalizzate sulle caratteristiche che lo rendono così diverso rispetto a tutte le altre tecniche, spesso date per scontate. Programma attività inizialmente collettivo e solo successivamente individuale, proporzionato all'impegno personale, privilegiando il divertimento e liberando la propria reattività.

Corso soggetto a spese aggiuntive per acquisto materiali specifici.

N° di iscritti massimo: 12 - Centro Incontro G. Di Vittorio

Mercoledì dalle 16:30 alle 18:30

ogni 15 giorni, da gennaio a maggio 2025

AGO FILO ... E ALTRO – Mirella IACOPINELLI

Il laboratorio intende dare, tramite l'insegnamento basilare del cucito a mano e a macchina, delle nozioni per la realizzazione di piccoli progetti.

N° di iscritti massimo: 10 - Centro Incontro G. Di Vittorio

Martedì dalle 20:30 alle 22:30

10 incontri ogni 15 giorni, da ottobre 2024 a marzo 2025

CREAZIONI DI BIGIOTTERIA – Anna DEGIORGIS

Il corso ha lo scopo di creare della bigiotteria anallergica ed eco sostenibile riutilizzando materiali di riciclo (stoffa, filati, perle, bottoni, conchiglie) in una atmosfera allegra e positiva.

N° di iscritti massimo: 10 - Centro Incontro G. Di Vittorio

Martedì dalle 20:30 alle 22:30

10 incontri ogni 15 giorni, da ottobre 2024 a marzo 2025

GIARDINAGGIO E POTATURA – Angelo PIANTA

Coltivazione orto, giardino, vaso. Terreno: cura e concimazione. Malattie fungine e insetti.

N° di iscritti massimo: 12 – Salone Chiesa del Belvedere

Venerdì dalle 15:00 alle 16:30, novembre-dicembre 2024

(3 lezioni di teoria) / gennaio-marzo 2025 (4 lezioni di pratica)

BURRACO (per principianti) / GIOCHI DA TAVOLO (strategici, di parole) / SCACCHI (per principianti) - Gianni CONROTTO

Il gioco per tenere mente e memoria allenate.

Numero di iscritti: minimo 4 massimo 12 per tipologia di attività

ex Scuola Neyrone Valle Sauglio

Lunedì, martedì, giovedì dalle 15:00 alle 17:00

settimanale-annuale

MAGLIA – Piera ARMANO / Angela CATALANO

Per le principianti: lezioni sulle tecniche di base (avvio dei punti, punti base dritto e rovescio, chiusura del lavoro).

Per le più esperte: creazione di un capo finito usando ferri dritti o ferri circolari.

N° di iscritti massimo: 15 - Centro Incontro G. Di Vittorio

Martedì dalle 20:30 alle 22:30

10 incontri ogni 15 giorni, da ottobre 2024 a marzo 2025

MODELLATO – Giuliana GARRIBBA

Avvicinamento all'affascinante mondo della scultura.

N° di iscritti massimo: 7 - ex Scuola Neyrone Valle Sauglio

Mercoledì dalle 10:00 alle 12:00, settimanale-annuale

POESIA – Bruno GIOVETTI

Un laboratorio per approcciarsi alla poesia, conoscerla e imparare a trasformare le emozioni in parole.

N° di iscritti massimo: 12 - Centro Incontro G. Di Vittorio

Mercoledì dalle 18:30 alle 19:30

12 incontri ogni 15 giorni, da gennaio a maggio 2025

UNCINETTO – Graziella DOVA / Silvana GATTI

Per le principianti: apprendimento dei punti base attraverso semplici progetti.

Per le più esperte: realizzazione di progetti più complessi (orecchini, collane, braccialetti, oggetti natalizi con tecnica Amigurumi, pannelli Mandala per borse, cuscini o decorazioni).

N° di iscritti massimo: 15 - Centro Incontro G. Di Vittorio

Martedì dalle 20:30 alle 22:30

10 incontri ogni 15 giorni, da ottobre 2024 a marzo 2025

CONFERENZE

DIDATTICHE

Venerdì dalle 15:00 alle 16:30
presso Salone Chiesa del Belvedere

SERALI

Lunedì dalle 21:00 alle 22:30
presso Centro Socioculturale Marzanati

TEMI IN PROGRAMMA:

Arte

Attualità

Cultura e Letteratura Piemontese

Design e Intelligenza Artificiale

Libri

Medicina

Moda

Musica

Nutrizione

Relazioni in famiglia

Territorio

GITE E VISITE A MOSTRE E MUSEI

ottobre 2024 – marzo 2025

BERTHE MORISOT – PITTRICE IMPRESSIONISTA

GAM TORINO

23-24 novembre 2024

BOLOGNA e ROCCHETTA MATTEI

(gita di 2 giorni)

dicembre 2024

MUSEO CHOCO-STORY TORINO

MUSEO LAVAZZA

16 gennaio 2025

ALBA SOTTERRANEA e PRANZO A VERDUNO

(gita di 1 giorno)

e altre in cantiere

CONVENZIONE SETTE UNITRE

Un'importante novità, l'ingresso di UniTre Trofarello nella convenzione stipulata tra le sedi di Chieri, Pecetto T.se, Pino T.se, Poirino, Santena-Cambiano e Villastellone.

La convenzione si propone di favorire la collaborazione, con scambio e integrazione delle rispettive attività e, quindi, con una più ampia offerta culturale e sociale agli iscritti.

Una bacheca multimediale comune (<https://bit.ly/3OgUfKC>) raccoglierà le proposte di ciascuna sede rivolte a tutti i soci.

INDICE

ORGANIGRAMMA	1
<i>FONDATORI</i>	1
<i>CONSIGLIO DIRETTIVO A.A. 2023 - 2026</i>	1
SEDI	2
<i>CORSI E CONFERENZE DIDATTICHE</i>	2
<i>CONFERENZE SERALI E SEGRETERIA</i>	2
CONTATTI	2
ANNO ACCADEMICO 2024 – 2025	3
<i>INAUGURAZIONE</i>	3
<i>INIZIO ATTIVITÀ</i>	3
<i>SOSPENSIONE ATTIVITÀ</i>	3
<i>TERMINE ATTIVITÀ</i>	3
ISCRIZIONI E RINNOVI	4
<i>QUOTE</i>	4
<i>DATE</i>	4
ELENCO DOCENTI	5
PROGRAMMA CORSI	7
<i>BENESSERE PSICO-FISICO</i>	8
BIODANZA	8
DANCE AND FIT	8
FIT WALKING	8
GINNASTICA DOLCE	9
NORDIC WALKING JUNIOR	9
NORDIC WALKING SENIOR	9
PILATES	10
YOGA 1	10

YOGA 2	11
<i>CULTURA GENERALE</i>	12
ASTRONOMIA primo livello	12
EDUCAZIONE FINANZIARIA	12
FRANCESE livello base	12
INFORMATICA	12
INGLESE livello base	13
INGLESE livello intermedio	13
LETTERATURA ITALIANA	13
PSICOLOGIA	13
SPAGNOLO livello base	13
SPAGNOLO livello intermedio	13
STORIA DEL CINEMA	14
<i>LABORATORI</i>	15
ACQUERELLO	15
AGO FILO ... E ALTRO	15
CREAZIONI DI BIGIOTTERIA	15
GIARDINAGGIO E POTATURA	16
BURRACO (per principianti) / GIOCHI DA TAVOLO (strategici, di parole) / SCACCHI (per principianti)	16
MAGLIA	16
MODELLATO	16
POESIA	17
UNCINETTO	17
CONFERENZE	18
GITE E VISITE A MOSTRE E MUSEI	19
CONVENZIONE SETTE UNITRE	20



**Cassa di Risparmio
di Fossano S.p.A.**

LACITTÀ di **TR**  **FARELLO**
SETTIMANALE LOCALE DI INFORMAZIONE