

NOTIZIE GENERALI

- Quota associativa per l'anno accademico 2023/2024 per tutti i corsi, laboratori e conferenze € 39,00 comprensivi della quota assicurativa
- Si possono frequentare tutti i “Momenti d'incontro” dell'Università Popolare Valle Po nei seguenti Comuni: Envie (E) – Gambasca (G) – Martiniana Po (M) – Oncino (ON) – Ostana (O) – Paesana (P) – Pagno (PG) – Revello (RE) – Rifreddo (RI) – Sanfront (S).
- I corsi, i laboratori e le serate si svolgono nel periodo ottobre 2023 - aprile 2024 con chiusura durante le festività di Natale, Carnevale e Pasqua.
- L'associazione e la frequenza ai corsi ed ai laboratori sono riservate esclusivamente ai maggiorenni tesserati nell'anno 2023/2024.
- Le serate e le uscite non necessitano di tesseramento.
- Alcuni corsi e laboratori prevedono una somma di integrazione da versarsi prima dell'inizio del corso.
- **Serate, corsi e laboratori devono essere prenotati nei termini indicati presso il centro unico di prenotazioni – Paesana – Biblioteca Civica – tel. 0175987709**
Orario: lunedì, mercoledì, venerdì e sabato dalle ore 15.00 alle 18.00.
- Al momento dell'iscrizione verrà fatto sottoscrivere un modulo che solleva da responsabilità l'associazione ed autorizza l'utilizzo dei dati.
- L'ordine alfabetico può non essere rispettato per ragioni di impaginazione.

ISCRIZIONI ED INFORMAZIONI PRESSO I SEGUENTI INDIRIZZI:

www.univalle.it - univalle@katamail.com

CRISSOLO	Comune- Via Umberto I, 39 – Tel. 0175.94902
GAMBASCA	Comune – Via Roma, 6 – Tel. 0175.265121
MARTINIANA PO	Allasia Laura cell.3200151603 Bono Federica cell. 3491208449
ONCINO	Pasqua Renata - Via delle Alpi, 2 – Tel. 0175 576182
PAESANA	Biblioteca Civica – Via Roma, 59 – Tel. 0175.987709
PAGNO	Comune – Via Roma, 3 – Tel. 0175.76101
REVELLO	Comune – Ufficio Anagrafe – Piazza Denina, 2 Tel. 0175.257171
RIFREDDO	Comune – Piazza Vittorio E. I – Tel. 0175.260022
SANFRONT	Biblioteca Civica – Via Trieste – Tel. 0175.948377 Comune – Piazza Statuto – Tel. 0175.948119

A CENA CON I CLASSICI

RELATRICE: DOTT.SSA SONIA ZEROLI

SERATE

LO SCOPO E' FAR CONOSCERE LA CULTURA ATTRAVERSO DUE GIGANTI:
PIRANDELLO E SHAKESPEARE
DUE PROPOSTE CULINARIE PER SCOPRIRE IL TEATRO
1: LA CENA DEI CONTRARI: DA "COSI' E' SE VI PARE"
2: SHAKESPEARE IN COOK: DA "TANTO RUMORE PER NULLA"

ONCINO H 20,00 – SALA CONSIGLIARE
VENERDI' 17 NOVEMBRE 2023
15 DICEMBRE 2023

minimo 7 iscritti

iscrizione obbligatoria a Paesana Biblioteca Civica tel. 0175 987709
integrazione tesserati € 10,00 non tesserati €12,00

A TU PER TU CON IL DENTISTA

RELATORI: DOTT.SSA FRANCESCA BARRA E ANDREA BRONDINO

SERATA

CURIOSITA' E PROBLEMATICHE DENTALI

RIFREDDO H 21.00 – CENTRO INCONTRI S. ROCCO – PIAZZA DELLA VITTORIA

GIOVEDI' 4 APRILE 2024

minimo 6 iscritti

iscrizione obbligatoria **a partire dall' 8 gennaio 2024** a Paesana - Biblioteca Civica tel. 0175 987709

ADDOBBI CON PALLINE E CERCHI

COORDINATRICE: SIG.RA MANUELA PAROLA

OGGETTI E DECORAZIONI VARIE TUTTI FATTI CON LE PERLINE

REVELLO H 21.00 SALA PARCO DEL PO – PIAZZA DENINA

LABORATORIO

MERCOLEDI' 4-11-18-25 OTTOBRE 2023

8-15-22-29 NOVEMBRE 2023

6-13-20 DICEMBRE 2023

minimo 3 massimo 6 iscritti

iscrizione obbligatoria a Paesana – Biblioteca Civica tel. 0175 987709

kit fornito dalla docente, importo da definire secondo l'oggetto scelto

ALIMENTAZIONE AL FEMMINILE

RELATRICE: DOTT.SSA GIADA GELSOMINO - BIOLOGA NUTRIZIONISTA

SERATA

COME AFFRONTARE A TAVOLA LE DIVERSE FASI DI VITA DELLA DONNA,
DALL'INFANZIA ALLA VECCHIAIA

SANFRONT H 21,00 - SALA CONSIGLIARE – PALAZZO DON STECCA VIA TRIESTE

VENERDI' 13 OTTOBRE 2023

minimo 6 iscritti

iscrizione obbligatoria a Paesana - Biblioteca Civica tel. 0175 987709

ANIMA IL TUO NATALE

COORDINATRICI: SIG.RE ISA E NANA LUNGO

CREIAMO DUE OGGETTI CHE RIEMPIRANNO GLI SPAZI DEL TUO NATALE

PAESANA H 15.00 LABORATORIO DI CREATIVITA' – PIAZZA VITTORIO VENETO 30

LABORATORIO "1"
MARTEDI' 21-28 NOVEMBRE 2023
LABORATORIO "2"
GIOVEDI' 23-30 NOVEMBRE 2023

PAESANA H 20.30 LABORATORIO DI CREATIVITA' – PIAZZA VITTORIO VENETO 30

LABORATORIO "3"
MARTEDI' 21-28 NOVEMBRE 2023
LABORATORIO "4"
GIOVEDI' 23-30 NOVEMBRE 2023

minimo 6 massimo 8 iscritti iscrizione obbligatoria
a Paesana – Biblioteca Civica tel. 0175 987709
KIT € 10,00

ANNO DEL DRAGO : 2024

RELATRICE: NATUROPATA DANIELA ROASCHIO

SERATA

SECONDO IL CALENDARIO CINESE IL 2024 E' ATTRAVERSATO DALL'ENERGIA DEL DRAGO. SCOPRIAMO COSA SIGNIFICA E COME SI PUO' ACCOGLIERE QUESTA ENERGIA, CHE AIUTERA' AD AFFRONTARE AL MEGLIO DELLE NOSTRE POSSIBILITA' LE SFIDE DELLA VITA CHE SI PRESENTERANNO DURANTE QUESTO ANNO

PAESANA H 21.00 SALA CONSIGLIARE - VIA BARGE

VENERDI' 12 GENNAIO 2024

minimo 6 iscritti
iscrizione obbligatoria a Paesana Biblioteca Civica tel. 0175 987709

ARCHETIPI FEMMINILI LUNARI

RELATRICE: DOTT.SSA SARA CERUTTI

SERATA

PRESENTAZIONE DEL CORSO DI CINQUE INCONTRI

PAESANA H 20.30 SALA CONSIGLIARE - VIA BARGE

MARTEDI' 10 OTTOBRE 2023

CORSO

NEI PRIMI INCONTRI ESPLOREMO I QUATTRO ARCHETIPI FEMMINILI LUNARI
E NELL'ULTIMO IMPAREMO COME INTEGRARE
QUESTI ARCHETIPI NELLA NOSTRA VITA.
DURANTE GLI INCONTRI CI SARA' SPAZIO PER MOMENTI INTROSPETTIVI
ATTRAVERSO VISUALIZZAZIONI GUIDATE ED ESERCIZI
DI ASCOLTO CORPOREO FEMMINILE
(ADATTI ANCHE A CHI E' IN MENOPAUSA)
E PER CONDIVISIONI SULLA TEMATICA TRATTATA
DI VOLTA IN VOLTA

PAESANA H 20.30 SALA CONSIGLIARE - VIA BARGE

MARTEDI' 31 OTTOBRE 2023

7-14-21-28 NOVEMBRE 2023

minimo 6 massimo 15 iscritti

integrazione per il corso € 50,00

iscrizione obbligatoria a Paesana Biblioteca Civica tel. 0175 987709

ASTRONOMIA AL TELESCOPIO IN BAITA

COORDINATORE: DOTT. DAVIDE BERTINETTO E SERGIO FRANCO

USCITA

ALLA SCOPERTA DELLE STELLE, NEI PRESSI DI PIAN MUNE', IN UN LUOGO ISOLATO E BUIO SARANNO DESCRITTE LE TECNICHE DI OSSERVAZIONE ALLO STRUMENTO, LE COSTELLAZIONI PRINCIPALI VISIBILI QUELLA SERA E I CORPI CELESTI PRESENTI. A DISPOSIZIONE VARI TELESCOPI. IN CASO DI MALTEMPO LA SERATA SARA' SVOLTA IN FORMA TEORICA AL CHIUSO.

PAESANA H 20.30 PARCHEGGIO DI PRATO GUGLIELMO
POI SPOSTAMENTO IN AUTO PER
RAGGIUNGERE LA BAITA ULTIMI MT. 150 A PIEDI
SU PRATO IN SALITA. SONO RICHIESTI
SCARPONCINI DA MONTAGNA, BASTONCINI
E TORCIA FRONTALE

MARTEDI' 28 NOVEMBRE 2023

minimo 6 massimo 10 iscritti
iscrizione obbligatoria a Paesana Biblioteca Civica tel. 0175 987709

AUTOTRATTAMENTO RIFLESSOLOGIA : PLANTARE E PALMARE

RELATRICE: SIG.RA DELIA MONDINO – NATUROPATA

CORSO

TROVIAMO SU MANI E PIEDI I PUNTI RIFLESSI DEL NOSTRO CORPO PER :
BAMBINI ED EMOZIONI - CERVICALGIA, LOMBOSCIATALGIA E CEFALEA –
APPARATO DIGERENTE - APPARATO RESPIRATORIO,
SISTEMA IMMUNITARIO E RILASSAMENTO .
TUTTI GLI INCONTRI SARANNO ACCOMPAGNATI DA CONSIGLI ERBORISTICI

MARTINIANA PO H 21,00 PALESTRA COMUNALE –

GIOVEDI' 5- 12 – 19 – 26 OTTOBRE 2023

massimo 5 massimo 15 iscritti
iscrizione obbligatoria a Paesana Biblioteca Civica tel. 0175 987709

BALLI DI GRUPPO

COORDINATRICE: SIG.RA ANGELA COSTA

CORSO

BALLI DI GRUPPO – TUTTE LE NOVITA'

RIFREDDO H 20.00 - SALA POLIVALENTE - P.ZA DELLA VITTORIA

LUNEDI' 2-9-16-23-30 OTTOBRE 2023

6-13-20-27 NOVEMBRE 2023

4-11-18 DICEMBRE 2023

minimo 15 massimo 25 iscritti

iscrizione obbligatoria a Paesana – Biblioteca Civica tel. 0175 987709

integrazione € 36,00 da versare prima dell'inizio del corso

NON SI PUO' ACCEDERE AI CORSI SENZA TESSERAMENTO E ISCRIZIONE PREVENTIVA

BALLO LISCIO E DA SALA

COORDINATRICE: SIG.RA ANGELA COSTA

RIFREDDO H 21.00 - SALA POLIVALENTE - P.ZA DELLA VITTORIA

LUNEDI' 2-9-16-23-30 OTTOBRE 2023

6-13-20-27 NOVEMBRE 2023

4-11-18 DICEMBRE 2023

minimo 6 massimo 8 coppie

iscrizione obbligatoria a coppie a Paesana Biblioteca Civica tel. 0175 987709

integrazione € 70,00 a coppia da versare prima dell'inizio del corso

NON SI PUO' ACCEDERE AI CORSI SENZA TESSERAMENTO E ISCRIZIONE PREVENTIVA

BALLI OCCITANI

COORDINATORI: SIG.RI LAURA E UMBERTO BORSETTI

CORSO

I BALLI DELLA NOSTRA TRADIZIONE : DANZE DELLA VALLE PO

SANFRONT H 21,00 – SALA EX CINEMA - P.ZZA STATUTO

VENERDI' 6-20 OTTOBRE 2023

3-17 NOVEMBRE 2023

1-15 DICEMBRE 2023

minimo 12 iscritti

iscrizione obbligatoria a Paesana Biblioteca Civica tel. 0175 987709

COORDINATORI: SIG.RI CLELIA GARDIOL E SILVIO FERRETTI

CORSO

APPROFONDIAMO LA CONOSCENZA DI QUESTE BELLISSIME DANZE

PAESANA H 20,30 – SALA INCONTRI - VIA ROMA

GIOVEDI' 12-26 OTTOBRE 2023

9-23 NOVEMBRE 2023

7-14 DICEMBRE 2023

minimo 12 iscritti

iscrizione obbligatoria a Paesana Biblioteca Civica tel. 0175 987709

BAULETTO

COORDINATRICI: SIG.RE ISA E NANA LUNGO

RICICLIAMO IL CARTONE PER REALIZZARE LO SCRIGNO DEL TESORO

PAESANA H 15.00 LABORATORIO DI CREATIVITA' – PIAZZA VITTORIO VENETO 30

LABORATORIO "1"

MARTEDI' 27 FEBBRAIO 2024

5-12 MARZO 2024

LABORATORIO "2"

GIOVEDI' 29 FEBBRAIO 2024

7-14 MARZO 2024

PAESANA H 20.30 LABORATORIO DI CREATIVITA' – PIAZZA VITTORIO VENETO 30

LABORATORIO "3"

MARTEDI' 27 FEBBRAIO 2024

5-12 MARZO 2024

LABORATORIO "4"

GIOVEDI' 29 FEBBRAIO 2024

7-14 MARZO 2024

minimo 6 massimo 8 iscritti

iscrizione obbligatoria **a partire dall' 8 gennaio 2024** a Paesana – Biblioteca Civica tel. 0175 987709

KIT € 10,00

BENESSERE A 360°

DOCENTE: SIG. TESINI ALESSIO (massaggiatore olistico e sportivo)

CORSO

TECNICHE DI RESPIRAZIONE ED AUTOMASSAGGIO PER UN RILASSAMENTO
DI CORPO E MENTE

SANFRONT H 20,00 – EX CINEMA COMUNALE - PIAZZA STATUTO

MERCOLEDI' 21 FEBBRAIO 2024

20 MARZO 2024 – 17 APRILE 2024

minimo 6 massimo 15 iscritti

iscrizione obbligatoria **a partire dall'8 gennaio 2024** a Paesana Biblioteca Civica tel. 0175 987709

integrazione € 10,00 da versare prima dell'inizio del corso

portare tappetino, coperta, cuscino per pratiche a terra consigliato essere digiuni o cena leggera

BIODINAMICA

RELATORE: SIG. ANDREA ISOARDI

SERATE

PRINCIPI FONDAMENTALI DELLA BIODINAMICA: COLTIVIAMO CIO' DI CUI
CI NUTRIAMO IN MODO CONSAPEVOLE

MARTINIANA PO H. 21,00 SALA CONSIGLIARE – PIAZZA BORGNA

GIOVEDI' 16 NOVEMBRE 2023
11 GENNAIO 2024

minimo 5 massimo 15 iscritti

iscrizione obbligatoria a Paesana Biblioteca Civica tel. 0175 987709

CACCIA ALL'ORIENTAMENTO

RELATORE: ASSOCIAZIONE NATURALISTICA VESULUS

USCITA

ALLA SCOPERTA DEI SENTIERI DI MARTINIANA PO E DELLE TECNICHE DI
ORIENTAMENTO. ATTIVITA' DI ORIENTEERING CON RICERCA DELLA LAMPADE
NEL BOSCO. ATTIVITA' GIOCO ADATTA A TUTTI, PER SCOPRIRE
L'ARTE DI ORIENTARSI CON TECNICHE ANTICHE ED ATTUALI

MARTINIANA PO H. 14,30 RITROVO IN PIAZZA BORGNA

SABATO 7 OTTOBRE 2023

minimo 10 - massimo 30 iscritti

iscrizione obbligatoria a Paesana Biblioteca Civica tel. 0175 987709

integrazione € 10,00 tesserati € 12,00 non tesserati

CAMBIA IL CLIMA – CAMBIA IL PAESAGGIO

RELATORI : ASSOCIAZIONE NATURALISTICA VESULUS

SERATA

UN VIAGGIO NEL PASSATO ALLA SCOPERTA DEL PAESAGGIO, DELLA FLORA E DELLA FAUNA EUROPEA, DALLA FINE DELL'ULTIMA GLACIAZIONE A OGGI

REVELLO H. 21,00 SALA PARCO DEL PO – P.ZZA DENINA

MARTEDI' 19 MARZO 2024

minimo 6 iscritti

iscrizione obbligatoria **a partire dall'8 gennaio 2024**

a Paesana Biblioteca Civica tel. 0175 987709

CENTRO TAVOLA

COORDINATRICE: SIG.RA LENA SCORNEICA

LABORATORIO

CREARE CON TECNICHE COMPOSITIVE UTILIZZANDO MATERIALI VEGETALI
(BACCHE DI ROSA CANINA, PIGNE, RAMETTI DI ERBE AROMATICHE)

PAESANA H 20.30 LABORATORIO DI CREATIVITA' – PIAZZA VITTORIO VENETO 30

GIOVEDI' 21 DICEMBRE 2023

minimo 6 massimo 8 iscritti

iscrizione obbligatoria a Paesana – Biblioteca Civica tel. 0175 987709

Kit fornito dalla docente € 10,00

CESTERIA

COORDINATORE: SIG. SILVIO FERRETTI

LABORATORIO

TECNICHE ANTICHE PER REALIZZARE UTILI OGGETTI

PAESANA H. 20,30 BIBLIOTECA CIVICA – VIA ROMA

MARTEDI' 5-12-19-26 MARZO 2024

minimo 6 massimo 8 iscritti

iscrizione obbligatoria a partire dall' 8 gennaio 2024 a Paesana Biblioteca Civica tel. 0175 987709
Il costo del kit verrà comunicato all'iscrizione

CIOTOLA CON COPERCHIO

COORDINATRICI: SIG.RE ISA E NANA LUNGO

UTILIZZIAMO I QUOTIDIANI GIA' LETTI PER COSTRUIRE OGGETTI

PAESANA H 15.00 LABORATORIO DI CREATIVITA' – PIAZZA VITTORIO VENETO 30

LABORATORIO "1"

MARTEDI' 31 OTTOBRE 2023

7-14 NOVEMBRE 2023

LABORATORIO "2"

GIOVEDI' 2-9-16 NOVEMBRE 2023

PAESANA H 20.30 LABORATORIO DI CREATIVITA' – PIAZZA VITTORIO VENETO 30

LABORATORIO "3"

MARTEDI' 31 OTTOBRE 2023

7-14 NOVEMBRE 2023

LABORATORIO "4"

GIOVEDI' 2-9-16 NOVEMBRE 2023

minimo 6 massimo 8 iscritti

iscrizione obbligatoria a Paesana – Biblioteca Civica tel. 0175 987709
KIT € 8,00

CIBO E PREVENZIONE

RELATRICI : SIG.RE. MARY JANE ZEDDA E ADELIA COERO BORGA

SERATE

LA SUDDIVISIONE, LE SCELTE E LE QUANTITA' DEL CIBO.
UN CORRETTO STILE DI VITA E L'IMPORTANZA
DELL'INTEGRAZIONE COME PREVENZIONE

PAESANA H 21.00 SALA CONSIGLIARE – VIA BARGE

**GIOVEDI' 9 NOVEMBRE 2023
21 MARZO 2024**

minimo 6 iscritti iscrizione obbligatoria a Paesana – Biblioteca Civica tel. 0175 987709

CIRCUIT TRAINING

DOCENTE: SIG.NA FEDERICA GNOLA

CORSO "1"

PAESANA H 19.00 PALESTRA COMUNALE – VIA BELLONI 2

**GIOVEDI' ' 5-12-19-26 OTTOBRE 2023
2-9-16-23-30 NOVEMBRE 2023
7-14-21 DICEMBRE 2023**

CORSO "2

**GIOVEDI' 11-18-25 GENNAIO 2024
1-8-15-22-29 FEBBRAIO 2024
7-14-21-28 MARZO 2024
4-11-18 PRILE 2024**

minimo 10 iscritti

iscrizione obbligatoria a Paesana – Biblioteca Civica tel. 0175 987709

**integrazione corso 1 € 36,00 corso 2 € 45,00 da versare prima dell'inizio del corso
NON SI PUO' ACCEDERE AI CORSI SENZA TESSERAMENTO E ISCRIZIONE PREVENTIVA**

CORO UNIVALLE

DOCENTE: MAESTRO FLAVIO FRAIRE

CORSO

PAESANA H 21.00 SALA CONSIGLIARE – VIA BARGE

MERCOLEDI' 18-25 OTTOBRE 2023

8-15-22-29 NOVEMBRE 2023

6 DICEMBRE 2023

17-24-31 GENNAIO 2024

7-14-21-28 FEBBRAIO 2024

6-13 MARZO 2024

minimo 20 massimo 25 iscritti

iscrizione obbligatoria a Paesana – Biblioteca Civica tel. 0175 987709

integrazione € 30,00 da versare alla prima lezione

CREA CON LE MANI

COORDINATRICE: SIG.RA ANGELA CAPORGNO

MAGLIA - UNCINETTO - CENTRINI

**ENVIE LABORATORIO "1" VIA DEL BRUSC, 2 ORE 20,30
DA LUNEDI' 2 OTTOBRE 2023 AL 22 APRILE 2024**

**ENVIE LABORATORIO "2" VIA DEL BRUSC, 2 ORE 15,00
DA VENERDI' 6 OTTOBRE 2023 AL 26 APRILE 2024**

**ENVIE LABORATORIO "3" VIA DEL BRUSC, 2 ORE 20,30
DA VENERDI' 6 OTTOBRE 2023 AL 26 APRILE 2024**

minimo 6 massimo 15 iscritti

iscrizione obbligatoria a Paesana Biblioteca Civica tel. 0175 987709

FABBISOGNO ENERGETICO

DOCENTE: DOTT.SA STEFANIA MARIA BEOLE'

SERATE

CONCETTI BASE DI ENERGIA, POTENZA ED EFFICIENZA

IL CONSUMO DI ENERGIA, TUTELA DELL'AMBIENTE E LE FONTI ENERGETICHE
ALTERNATIVE ORA E IN FUTURO.

PAESANA H 21.00 SALA CONSIGLIARE – VIA BARGE

VENERDI' 5 – 12 APRILE 2024

minimo 6 iscritti

iscrizione obbligatoria **a partire dall'8 gennaio 2024** a Paesana – Biblioteca Civica tel. 0175 987709

GINNASTICA DOLCE

ISTRUTTRICE: SIG.RA GRAZIA BELTRANDO

PAESANA H 17.00 PALESTRA COMUNALE - VIA BELLONI 2

CORSO "1" LEZIONI 10

VENERDI' 13-20-27 OTTOBRE 2023

3-10-17-24 NOVEMBRE 2023

1-15-22 DICEMBRE 2023

CORSO "2" LEZIONI 15

VENERDI' 12-19-26 GENNAIO 2024

2-9-16-23 FEBBRAIO 2024

1-8-15-22 MARZO 2024

5-12-19-26 APRILE 2024

minimo 10 iscritti per ogni corso

iscrizione obbligatoria a Paesana - Biblioteca Civica tel. 0175 987709

integrazione corso 1 € 30,00 corso 2 € 45,00 da versare prima dell'inizio del corso

NON SI PUO' ACCEDERE AI CORSI SENZA TESSERAMENTO E ISCRIZIONE PREVENTIVA

GINNASTICA PER LA SCHIENA

ISTRUTTORE: SIG. PIETRO MUSTAZZU

RIFREDDO H 17.00 SALA POLIVALENTE – PIAZZA DELLA VITTORIA

CORSO 1

LUNEDI' 16-23-30 OTTOBRE 2023

6-13-20-27 NOVEMBRE 2023

4-11-18 DICEMBRE 2023

CORSO 2

LUNEDI' 8-15-22-29 GENNAIO 2024

5-12-19-26 FEBBRAIO 2024

4-11 MARZO 2024

minimo 10 massimo 12 iscritti

iscrizione obbligatoria a Paesana - Biblioteca Civica tel. 0175 98770

€ 30,00 per ogni corso da versare prima dell'inizio del corso

NON SI PUO' ACCEDERE AI CORSI SENZA TESSERAMENTO E ISCRIZIONE PREVENTIVA

IDEE SFIZIOSE PER APERICENA

COORDINATRICI: SIG.RE ALESSIA BRONDINO E SERENA ISAIA

DEGUSTAZIONE

IMPARIAMO A PREPARARE E DEGUSTIAMO INSIEME UN'APERICENA CON L'AIUTO
ED I CONSIGLI DI DUE GASTRONOME

SANFRONT H 18.30 – EX CINEMA COMUNALE PIAZZA STATUTO

MARTEDI' 7 NOVEMBRE 2023

minimo 6 massimo 25 iscritti

integrazione € 10,00 tesserati € 12,00 non tesserati

IL BUDDISMO E I SUOI SIMBOLI

RELATRICE: DOTT.SSA EMANUELA CORTI

SERATE

I MUDRA, I MANTRA E I YANTRA

REVELLO H 21,00 SALA PARCO DEL PO - PIAZZA DENINA

MARTEDI' 17-24 OTTOBRE 2023

minimo 6 iscritti

iscrizione obbligatoria a Paesana – Biblioteca Civica tel. 0175 987709

IL DOLCE TIPICO PIEMONTESE “PERSI PIEN”

COORDINATORE: SIG. ENRICO QUARANTA, CUOCO E MAESTRO CIOCCOLATIERE

DEGUSTAZIONE

RICETTA DEI PERSI PIEN ED EVOLUZIONE DAL DOLCE TIPICO AL PANETTONE
E AL CIOCCOLATINO

LAGNASCO H 18,00 RISTORANTE PERSI PIEN – STRADA SALUZZO 1

GIOVEDI' 16 NOVEMBRE 2023

minimo 15 massimo 40 iscritti

iscrizione obbligatoria a Paesana – Biblioteca Civica tel. 0175 987709

integrazione € 10,00 tesserati e € 12,00 non tesserati

INTELLIGENZA ARTIFICIALE

RELATORE: AVV. FABIO GOTTERO

SERATA

I RISCHI PER I DIRITTI DELLE PERSONE. LE NUOVE FRONTIERE DELLO SVILUPPO TECNOLOGICO E LE LORO IMPLICAZIONI SUI DIRITTI FONDAMENTALI DELL'INDIVIDUO

PAESANA H 21,00 SALA CONSIGLIARE – VIA BARGE

VENERDI' 1 DICEMBRE 2023

minimo 6 iscritti

iscrizione obbligatoria a Paesana – Biblioteca Civica tel. 0175 987709

LA PAURA : VISIONE PSICOSOMATICA

RELATRICE:DANIELA ROASCHIO, OPERATRICE OLISTICA- RIFLESSOLOGA-
ESPERTA IN PSICOSOMATCA

SERATA

DOVE E COME SI MANIFESTA LA PAURA: FISICAMENTE, FISIOLOGICAMENTE E A LIVELLO PSICHICO. PARTIREMO DAL CORPO PER RICONOSCERLA, INCONTRARLA E ASCOLTARE COSA CI INSEGNA

PAESANA H 21.00 SALA CONSIGLIARE – VIA BARGE

VENERDI' 23 FEBBRAIO 2024

minimo 6 iscritti

iscrizione obbligatoria **a partire dall'8 gennaio** a Paesana – Biblioteca Civica tel. 0175 987709

LA PRIMAVERA: STAR BENE DIVERTENDOSI

COORDINATRICE : SIG.RA MARINA FIORINA

CORSO

PRIMA SERATA: DEPURAZIONE E MOVIMENTO IN BALLO

SECONDA SERATA: ANTIGINNASTICA

TERZA SERATA: YOGA DELLA RISATA

PAESANA H 20.30 SALÀ INCONTRI – VIA ROMA

MARTEDI' 27 FEBBRAIO 2024

5 – 12 MARZO 2024

minimo 8 massimo 20 iscritti

iscrizione obbligatoria **a partire dall'8 gennaio 2024** a Paesana – Biblioteca Civica tel. 0175 987709
abiti comodi

LA RIFORMA DELLA GIUSTIZIA ITALIANA

RELATORE: AVV. FABIO GOTTERO

SERATA

LE PRINCIPALI NOVITA' DELLA RECENTE RIFORMA "CARTABIA" DELLA GIUSTIZIA
E I LORO EFFETTI IMMEDIATI E FUTURI

PAESANA H 21,00 SALA CONSIGLIARE – VIA BARGE

VENERDI' 9 FEBBRAIO 2024

minimo 6 iscritti

iscrizione obbligatoria **a partire dall'8 gennaio 2024**
a Paesana – Biblioteca Civica tel. 0175 987709

MANUTENZIONE GIARDINI

RELATORE: SIG. DOMENICO MONTEVECCHI

SERATA

ARRIVA L'AUTUNNO: COME RITIRARE LE PIANTE, COME IRRIGARE E POTARE

REVELLO H 21.00 SALA PARCO DEL PO – PIAZZA DENINA

MARTEDI' 31 OTTOBRE 2023

minimo 6 iscritti

iscrizione obbligatoria a Paesana – Biblioteca Civica tel.0175 987709

MEDICINA: BUGIE E VERITA'

RELATORE: DOTT. SILVANO CAPPELLIN

CORSO

PRIMA SERATA: NOZIONI DI BASE PER FAVORIRE LO STATO DI SALUTE

SECONDA SERATA: QUAL E' LA VERA MEDICINA PREVENTIVA

TERZA SERATA: COLESTEROLO: E' VERAMENTE PERICOLOSO?

PROTETTORI GASTRICI: PROTEGGONO VERAMENTE?

PAESANA H 18.00 SALA CONSIGLIARE-VIA BARGE

VENERDI' 20 – 27 OTTOBRE 2023

3 NOVEMBRE 2023

minimo 6 iscritti

iscrizione obbligatoria a Paesana Biblioteca Civica tel. 0175 987709

NON CHIAMIAMOLE ERBACCE

COORDINATORE: ASS. NATURALISTICA VESULUS

SERATA

TEORIA DI INTRODUZIONE ALLA RACCOLTA ED USO IN CUCINA DELLE ERBE SPONTANEE -
LEGISLAZIONE CORRENTE PER LA RACCOLTA – DESCRIZIONE DELLE ERBE PIU' COMUNI –
USI E RICETTE

REVELLO H 21,00 – SALA PARCO PO PIAZZA DENINA
MARTEDI' 9 APRILE 2024

USCITA

PRATICA DI RICONOSCIMENTO SUL CAMPO

REVELLO H 14,30 – **DAVANTI ALLA SALA PARCO PO PIAZZA DENINA**
SABATO 13 APRILE 2024

minimo 8 massimo 20 iscritti -

iscrizione obbligatoria **a partire dall'8 gennaio 2024** a Paesana Biblioteca Civica tel. 0175 987709
integrazione per uscita € 10,00 tesserati € 12,00 non tesserati

NORDIC WALKING

ISTRUTTORE : SIG. BEPPE GIUGGIA

CORSO

È UNA GINNASTICA CHE SI PUO' FARE DAI 5 AI 95 ANNI. VIENE PRATICATA ALL'ARIA APERTA
CON L'AUSILIO DI BASTONCINI ADATTI. È UNA DISCIPLINA CHE METTE IN FUNZIONE IL 90-95%
DELLA NOSTRA MUSCOLATURA, RAFFORZA BRACCIA E SPALLE, MIGLIORA LA POSTURA
DELLA SCHIENA, TONIFICA I GLUTEI.

PAESANA H 17.30 PIAZZA VITTORIO VENETO – ALL'OBELISCO

MARTEDI' 2 – 9 – 16 – 23 APRILE 2024

minimo 6 iscritti

iscrizione obbligatoria **a partire dall'8 gennaio 2024** a Paesana – Biblioteca Civica tel. 0175 987709
integrazione € 12,00 – abbigliamento, scarpe comode da camminata
e se possibile bastoncini da Nordic Walking

NUMEROLOGIA DELL'ANIMA

RELATRICE: SIG.NA TAMARA ZEDDA

CORSO

1 . SI PARLERÀ DEL SIGNIFICATO NUMEROLOGICO DI QUESTI ULTIMI ANNI, SOPRATTUTTO IL 2020 E IL 2022 (ANNI DOPPI E MAESTRI), E DELL'INGRESSO NELL'ETA' DELL'ORO DI MADRE TERRA.

2 VEDREMO COME ABBRACCIARE IL CAMBIAMENTO E REALIZZARE IL PIENO RISVEGLIO ATTRAVERSO LA NUMEROLOGIA PERSONALE, ENTRAMBE LE SERATE SI CONCLUDERANNO CON UNA BREVE MEDITAZIONE GUIDATA PER LA GUARIGIONE DEL CUORE

REVELLO H 21.00 SALA PARCO DEL PO – PIAZZA DENINA 7

MARTEDI' 7-21 NOVEMBRE 2023

minimo 6 iscritti

iscrizione obbligatoria a Paesana – Biblioteca Civica tel. 0175 987709

PARLIAMO DI FIORI

RELATORE: SIG. ALEX ALBERTO

SERATA

QUALI SONO I FIORI COMMESTIBILI, QUALI PROPRIETA' HANNO E COME SI USANO

PAESANA H 21.00 SALA CONSIGLIARE-VIA BARGE

VENERDI' 15 MARZO 2024

minimo 6 iscritti

iscrizione obbligatoria a partire dall'8 gennaio 2024 a Paesana Biblioteca Civica tel. 0175 987709

PILATES

COORDINATRICE: SIG.RA GRAZIA BELTRANDO

REVELLO H 18.30 PALESTRA SCUOLE ELEMENTARI – VIALE UMBERTO I°

CORSO 1

VENERDI' 6-13-20-27 OTTOBRE 2023

3-10-17-24 NOVEMBRE 2023

1-15 DICEMBRE 2023

CORSO "2"

VENERDI' 19-26 GENNAIO 2024

2-9-16-23 FEBBRAIO 2024

1-8-15-22 MARZO 2024

minimo 10 iscritti

iscrizione obbligatoria a Paesana – Biblioteca Civica tel. 0175 987709

integrazione € 30,00 per ogni corso – da versare alla prima lezione

NON SI PUO' ACCEDERE AI CORSI SENZA TESSERAMENTO E ISCRIZIONE PREVENTIVA

PORTAVELINE

COORDINATRICI: SIG.RE ISA E NANA LUNGO

PRODOTTI NATURALI PER DECORARE UN UTILE OGGETTO

PAESANA H 15.00 LABORATORIO DI CREATIVITA' – PIAZZA VITTORIO VENETO 30

LABORATORIO "1"

MARTEDI' 10-17 OTTOBRE 2023

LABORATORIO "2"

GIOVEDI' 12-19 OTTOBRE 2023

PAESANA H 20.30 LABORATORIO DI CREATIVITA' – PIAZZA VITTORIO VENETO 30

LABORATORIO "3"

MARTEDI' 10-17 OTTOBRE 2023

LABORATORIO "4"

GIOVEDI' 12-19 OTTOBRE 2023

minimo 6 massimo 8 iscritti

iscrizione obbligatoria a Paesana – Biblioteca Civica tel. 0175 987709

Kit € 10,00

PRESENTAZIONE DEL LIBRO “IL PANE CONDIVISO”

SERATA

ESPERIENZE DI INCONTRI E SOLIDARIETA' DI DON ANGELO VINCENTI
CON I RAGAZZI DI STRADA DEL BRASILE

RIFREDDO H 20,30 LABORATORIO DEL PAESAGGIO MONTANO-
PORTA DI VALLE- DAVANTI AL DISTRIBUTORE

MERCOLEDI 8 NOVEMBRE 2023

minimo 6 iscritti

iscrizione obbligatoria a Paesana – Biblioteca Civica tel. 0175 987709

PRIMI PASSI SUL PALCOSCENICO

COORDINATORI: PROF.SSA LUCIA BOSSA – SIG. ANGELO CONFALONIERI

CORSO

PAESANA H 20.45 SALA INCONTRI – VIA ROMA

LUNEDI' 2 - 9 - 16 - 23 - 30 OTTOBRE 2023

6 - 13 - 20 - 27 - NOVEMBRE 2023

4 - 11 - 18 DICEMBRE 2023

8 - 15 - 22 - 29 GENNAIO 2024

5 - 12 - 19 - 26 FEBBRAIO 2024

4 - 11 - 18 - 25 MARZO 2024

8 - 15 - 22 - 29 APRILE 2024

iscrizione obbligatoria a Paesana – Biblioteca Civica tel. 0175 987709

PROFUMARE LA CASA

COORDINATRICE: SIG.RA LENA SCORNEICA

LABORATORIO

TRA PROFUMI E RACCONTI CONOSCIAMO LA BIODIVERSITA' DI ALCUNE PIANTE OFFICINALI ED ERBE AROMATICHE, IMPAREREMO TEMPI E MODALITA' DI RACCOLTA ED ESSICAZIONE ADATTI PER SCEGLIERE DALLA NATURA L'ESSENZA CHE FA GIUSTO AL CASO VOSTRO

PAESANA H 21.00 LABORATORIO DI CREATIVITA' – PIAZZA VITTORIO VENETO

MARTEDI' 23 GENNAIO 2024

massimo 15 iscritti

iscrizione obbligatoria a Paesana – Biblioteca Civica tel. 0175 987709

kit fornito dalla docente € 10,00

QUATTRO CHIACCHIERE SULL'OSTEOPATIA

RELATORE: PROF. DAVIDE BERTINETTO

SERATA

COME E' NATA L'OSTEOPATIA, QUANDO E DA CHI ATTRAVERSO SPINTE, TRAZIONI, LAVORI FASCIALI, TECNICHE ARTICOLATORIE, THRUST E MOLTO ALTRO, SI INDUCE L'ORGANISMO A RITROVARE LA SUA FUNZIONALITA'.

PAESANA H 20.30 SALA CONSIGLIARE – VIA BARGE

MERCOLEDI' 10 APRILE 2024

minimo 6 iscritti

iscrizione obbligatoria **a partire dall'8 gennaio 2024**

a Paesana – Biblioteca Civica tel. 0175 987709

QUEL PO DE PAN

PANIFICIO DI FLAVIO APPENDINO

DEGUSTAZIONE

LAVORAZIONE PIZZA E DEGUSTAZIONI VARIE

OSTANA H 16.00 PANETTERIA – VIA CAPOLUOGO VILLA 27

GIOVEDI' 25 GENNAIO 2024

minimo 10 iscritti

iscrizione obbligatoria a Paesana – Biblioteca Civica tel. 0175 987709

integrazione €10,00 tesserati € 12,00 non tesserati

QUANDO SI DICE..... TUTTA COLPA DELL'ORMONE

RELATRICE: SIG.RA BRUNA DALMASSO

SERATA

COME E QUANTO INFLUISCONO NELLE VARIE FASI DELLA VITA DELLE DONNE.
COME AIUTARCI IN MODO NATURALE

RIFREDDO H 21.00 CENTRO INCONTRI SAN ROCCO – PIAZZA DELLA VITTORIA

GIOVEDI' 23 NOVEMBRE 2023

minimo 6 iscritti

iscrizione obbligatoria a Paesana – Biblioteca Civica tel. 0175 987709

RESISTENZA AGLI ANTIBIOTICI

RELATORE: DOTT. FERRUCCIO PORRATI

SERATA

SI DISCUTE MOLTO DI RESISTENZA AGLI ANTIBIOTICI DA PARTE DI STAFILOCOCCI E STREPTOCOCCI CON GRAVI PERICOLI, SI ACCUSA SPESSO L'ABUSO DI ANTIBIOTICI. CHE COSA POSSIAMO FARE PER RIDURRE RISCHI FUTURI?

PAESANA H 21.00 SALA CONSIGLIARE – VIA BARGE

VENERDI' 19 APRILE 2024

minimo 6 iscritti

iscrizione obbligatoria **a partire dall' 8 gennaio 2024**
a Paesana Biblioteca Civica tel. 0175 987709

RICAMANDO

COORDINATRICE: SIG.RA GIULIETTA FICO

LABORATORIO

PUNTO DOPO PUNTO, DUE PAROLE, UN THE, TANTA PASSIONE
E CHE MERAVIGLIE SI REALIZZANO

PAESANA H 15.00 SALA CONSIGLIARE – VIA BARGE

TUTTI I LUNEDI' DAL 2 OTTOBRE 2023 AL 29 APRILE 2024

minimo 10 iscritti

iscrizione obbligatoria a Paesana – Biblioteca Civica tel. 0175 987709

RINNOVARE UN OGGETTO

COORDINATRICI: SIG.RE ISA E NANA LUNGO

TU PORTA UN OGGETTO, POI STUDIANDO INSIEME UNA TECNICA ADATTA
LO RIPORTEREMO A NUOVO

PAESANA H 15.00 LABORATORIO DI CREATIVITA' – PIAZZA VITTORIO VENETO 30

LABORATORIO "1"

MARTEDI' 26 MARZO 2024

2 – 9 APRILE 2024

LABORATORIO "2"

GIOVEDI' 28 MARZO 2024

4-11 APRILE 2024

PAESANA H 20.30 LABORATORIO DI CREATIVITA' – PIAZZA VITTORIO VENETO 30

LABORATORIO "3"

MARTEDI' 26 MARZO 2024

2 – 9 APRILE 2024

LABORATORIO "4"

GIOVEDI' 28 MARZO 2024

4-11 APRILE 2024

minimo 6 massimo 8 iscritti

iscrizione obbligatoria **a partire dall'8 gennaio 2024** a Paesana – Biblioteca Civica tel. 0175 987709

KIT a partire da € 5,00 sara' definito secondo il materiale usato

SAPORI DEL MONTEBRACCO

AZIENDA AGRICOLA "LA FATTORIA " DI BERNARDI P.

DEGUSTAZIONE

RIFREDDO H 18.00 "LA FATTORIA" VIA RUBATORE 2

GIOVEDI' 18 APRILE 2024

minimo 10 massimo 25 iscritti

iscrizione obbligatoria **a partire dall' 8 gennaio 2024**

a Paesana –Biblioteca Civica tel. 0175 987709

integrazione € 10,00 tesserati € 12,00 non tesserati

SKIN CARE: CHE COS'E'?

RELATRICE: DOTT.SSA ELISA FANTONE

SERATA

PERCHE' E' IMPORTANTE INIZIARE DA GIOVANE?
IN QUALE ORDINE APPLICARE I PRODOTTI NELLA BEAUTY ROUTINE
ED IL LORO UTILIZZO IN BASE AL NOSTRO TIPO DI PELLE

SANFRONT H 21.00 SALA CONSIGLIARE – VIA TRIESTE

VENERDI' 17 NOVEMBRE 2023

minimo 6 iscritti

iscrizione obbligatoria a Paesana – Biblioteca Civica tel. 0175 987709

SPECIALITA' DI UN AGRITURISMO

AGRITURISMO MIRAVIDI DI CRISTINA ED ERNESTO PEIRANO

DEGUSTAZIONE

ASSAGGIAMO LE LORO SPECIALITA' AI PIEDI DEL MOMBRACCO

SANFRONT H 19.00 VIA MADONNA DELLE GRAZIE 13

GIOVEDI' 21 MARZO 2024

minimo 10 iscritti

iscrizione obbligatoria **a partire dall'8 gennaio 2024**

a Paesana Biblioteca Civica tel. 0175 987709

integrazione € 10,00 tesserati € 12,00 non tesserati

TAIJI CHI

ISTRUTTORE: DOTT. SERGIO PONZO

CORSO

ARTE MARZIALE INTERNA CINESE COSTITUITA DA UNA SEQUENZA DI MOVIMENTI ESEGUITI CON FLUIDA CONTINUITA', APPORTA MORBIDEZZA, STABILITA' E COORDINAZIONE, ARMONIZZA LA RELAZIONE CON LO SPAZIO CIRCOSTANTE

PAESANA H 20.30 PALESTRA – VIA BELLONI 2

MERCOLEDI' 11 - 25 OTTOBRE 2023 8 - 22 NOVEMBRE 2023
6- 20 DICEMBRE 2023 10- 24 GENNAIO 2024
7 – 21 FEBBRAIO 2024 6 – 20 MARZO 2024 3 - 17 APRILE 2024

minimo 6 iscritti

iscrizione obbligatoria a Paesana – Biblioteca Civica tel. 0175 987709
integrazione € 98,00 da versare prima dell'inizio del corso

TUTTI I COLORI E SAPORI DELLA ZUCCA

RIFUGIO GALABERNA LOCALITA' VILLA OSTANA

DEGUSTAZIONE

LA ZUCCA IN CUCINA

OSTANA H 18.00 RIFUGIO GALABERNA

VENERDI' 6 OTTOBRE 2023

minimo 10 iscritti

iscrizione obbligatoria a Paesana Biblioteca Civica tel. 0175 987709
integrazione € 10,00 tesserati € 12,00 non tesserati

VASO DI CORDA

COORDINATRICI: SIG.RE ISA E NANA LUNGO

REALIZZAZIONE DI UN VASO CON CORDA, JUTA E SEMI VARI,
PARTENDO DA UN PALLONCINO GONFIATO

PAESANA H 15.00 LABORATORIO DI CREATIVITA' – PIAZZA VITTORIO VENETO 30

LABORATORIO "1"
MARTEDI' 30 GENNAIO 2024
6 – 13 FEBBRAIO 2024

LABORATORIO "2"
GIOVEDI' 1 – 8 – 15 FEBBRAIO 2024

PAESANA H 20.30 LABORATORIO DI CREATIVITA' – PIAZZA VITTORIO VENETO 30

LABORATORIO "3"
MARTEDI' 30 GENNAIO 2024
6 – 13 FEBBRAIO 2024

LABORATORIO "4"
GIOVEDI' 1 – 8 – 15 FEBBRAIO 2024

minimo 6 massimo 8 iscritti

iscrizione obbligatoria **a partire dall'8 gennaio 2024** a Paesana
Biblioteca Civica tel. 0175 987709
kit €. 8,00

VILLAGGIO IN FELTRO

COORDINATRICI: SIG.RE ISA E NANA LUNGO

REALIZZAZIONE DI UNA TAVOLA CON UN PICCOLO VILLAGGIO
DI CASETTE IN FELTRO

PAESANA H 15.00 LABORATORIO DI CREATIVITA' – PIAZZA VITTORIO VENETO 30

LABORATORIO "1"
MARTEDI' 9 - 16 GENNAIO 2024

LABORATORIO "2"
GIOVEDI' 11 - 18 GENNAIO 2024

PAESANA H 20.30 LABORATORIO DI CREATIVITA' – PIAZZA VITTORIO VENETO 30

LABORATORIO "3"
MARTEDI' 9 - 16 GENNAIO 2024

LABORATORIO "4"
GIOVEDI' 11 – 18 GENNAIO 2024

minimo 6 massimo 8 iscritti

iscrizione obbligatoria a Paesana Biblioteca Civica tel. 0175 987709
kit €. 12,00

YOGA TIBETANO

ISTRUTTRICE: SIG.RA EMANUELA CORTI

YOGA TIBETANO FINALIZZATO AL RILASSAMENTO ATTRAVERSO LO STUDIO DI POSIZIONI,
TECNICHE DI RESPIRAZIONE E CONCENTRAZIONE

REVELLO H 20.00 PALESTRA SCUOLE ELEMENTARI – VIALE UMBERTO I°

CORSO “1”

VENERDI’ 6-13-20-27 OTTOBRE 2023

3-10-17-24 NOVEMBRE 2023

1-15 DICEMBRE 2023

CORSO “2”

VENERDI’ 19-26 GENNAIO 2024

2-9-16-23 FEBBRAIO 2024

1-8-15-22 MARZO 2024

minimo 10 iscritti

iscrizione obbligatoria a Paesana - Biblioteca Civica tel. 0175 987709

integrazione per ogni corso €. 30,00 da pagare alla prima lezione

NON SI PUO’ ACCEDERE AI CORSI SENZA TESSERAMENTO E ISCRIZIONE PREVENTIVA

YOGA DELLA RISATA

ISTRUTTORE: SIG. ROBERTO GIOBERGIA (CLUB DELLA RISATA)

USCITA

AVREMO L’OPPORTUNITA’ DI SPERIMENTARE LA RISATA INCONDIZIONATA, CIOE’ SENZA
MOTIVO. RISATE ED ESERCIZI DI RESPIRAZIONE POSSONO RAFFORZARE IL NOSTRO
SISTEMA E DONARCI BENESSERE. LA SPONTANEITA’ CI GUIDERA’.

MARTINIANA PO H 15.00 BIBLIOTECA NEL BOSCO –
RITROVO H.14,30 PIAZZA BORGNA PER SALIRE INSIEME
(UN PEZZO DI STRADA VA FATTO A PIEDI)

SABATO 21 OTTOBRE 2023

minimo 10 iscritti

iscrizione obbligatoria a Paesana - Biblioteca Civica tel. 0175 987709

ZUMBA

ISTRUTTRICE: DOTT.SSA ELISA GARCIEL

PAESANA H 19.00 PALESTRA COMUNALE – VIA BELLONI 2

CORSO “1”

LUNEDI’ 9-16-23-30 OTTOBRE 2023

6-13-20-27 NOVEMBRE 2023

4-11 DICEMBRE 2023

CORSO “2”

LUNEDI’ 8-15-22-29 GENNAIO 2024

5-12-19-26 FEBBRAIO 2024

4-11-18-25 MARZO 2024

8-15-22 APRILE 2024

minimo 10 iscritti per ogni corso

iscrizione obbligatoria a Paesana - Biblioteca Civica tel. 0175 987709

CORSO 1 € 30,00 CORSO 2 €. 45,00 da versare prima dell’inizio del corso

NON SI PUO’ ACCEDERE AI CORSI SENZA TESSERAMENTO E ISCRIZIONE PREVENTIVA

ZUMBA FITNESS

ISTRUTTRICE: DOTT.SSA ELISA GARCIEL

ENVIE H 20.00 SALONE POLIVALENTE SCUOLA ELEMENTARE – VIA CIRCONVALLAZIONE

CORSO “1”

GIOVEDI’ 12-19-26 OTTOBRE 2023

2-9-16-23-30 NOVEMBRE 2023

7-14 DICEMBRE 2023

CORSO “2”

GIOVEDI’ 11-18-25 GENNAIO 2024

1-8-15-22-29 FEBBRAIO 2024

7-14 MARZO 2024

minimo 10 iscritti

iscrizione obbligatoria a Paesana - Biblioteca Civica tel. 0175 987709

integrazione € 30,00 per ogni corso da versare alla prima lezione

NON SI PUO’ ACCEDERE AI CORSI SENZA TESSERAMENTO E ISCRIZIONE PREVENTIVA

PROMEMORIA

LABORATORI

PER NON DIMENTICARE LE NOZIONI DI BASE IMPARATE DURANTE I CORSI DI MANUALITA' SI POSSONO PRENOTARE I LABORATORI
L'ELENCO DELLE DATE SARA' DISPONIBILE DURANTE I CORSI STESSI

GITE

NOLI E BERGEGGI
SCOPRI MINIERA – VAL GERMANASCA
MERCATINI DI NATALE CANDELO E SORDEVOLO
GRAN BALON – TORINO
LA D'ORTA E ISOLA DI SAN GIULIO

PER TUTTE LE GITE CHE EFFETTUEREMO SARA' DIFFUSA UNA LOCANDINA, CHE POTRETE TROVARE ANCHE SULLA NOSTRA PAGINA FACEBOOK, CON PROGRAMMA E COSTO.

ANDIAMO A TEATRO

PROGRAMMAZIONE DI UNO O DUE SPETTACOLI AL MESE AI TEATRI DI TORINO:
ALFIERI, GIOIELLO E ERBA - TRASPORTO IN PULLMAN -
L'ELENCO DEGLI SPETTACOLI SCELTI SARA' DISPONIBILE NEL MESE DI OTTOBRE
IN OGNI PUNTO DI ISCRIZIONE
E SULLA NOSTRA PAGINA FACEBOOK
PER LE PRENOTAZIONI: PAESANA – BIBLIOTECA CIVICA TEL. 0175 987709