

Il progetto #Anzianinrete#, promosso dal programma "Invecchiamento attivo" di Regione Lombardia e realizzato dall'ASC Medio Olona in collaborazione con i sette Comuni dell'Ambito, ha l'obiettivo di coinvolgere gli anziani in attività ricreative e formative, favorendo l'inclusione sociale, la socializzazione e il benessere.

A tutti gli iscritti e simpatizzanti

PROGRAMMA ANNO ACCADEMICO 2025/2026

Carissima/o,

L'UTE è una Associazione di Promozione Sociale (APS) inserita nel Registro Unico Nazionale del Terzo Settore. L'iscrizione al RUNTS ha comportato un aggravio burocratico, ma porterà dei vantaggi fiscali ed anche economici se gli associati e i cittadini che vogliono mantenere in attività l'UTE, nella dichiarazione dei redditi indicheranno l'UTE quale beneficiario del 5x1000. Quest'anno l'UTE è partner del progetto #Anzianinrete#, promosso dal programma "Invecchiamento attivo" di Regione Lombardia e realizzato dall'ASC Medio Olona il cui finanziamento permette di offrire gratuitamente sia le conferenze che i laboratori. È inoltre possibile effettuare donazioni fiscalmente detraibili purché siano fatte tramite bonifico all' IBAN IT80J0538750310000042367648 intestato a "Università della Terza Età – APS" - Gorla Maggiore indicando nella causale "Erogazione liberale"

Tesseramento

Il Calendario del rinnovo tesseramento e nuova adesione all'UTE è fissato come segue:

- Da Lunedì 22 settembre, tutti i lunedì dalle ore 10,00 alle ore 11,30 e i mercoledì dalle ore 16,00 alle ore 17,00
- Da mercoledì 16 ottobre sarà sempre possibile iscriversi nelle ore di apertura della segreteria il mercoledì dalle 16,00 alle 17,00.

Corsi con obbligo di iscrizione

La frequenza a tutti i corsi è gratuita, per frequentare alcuni corsi i soci debbano iscriversi in quanto l'effettuazione dei corsi stessi è legata al numero minimo di iscritti ed inoltre per ogni corso vi è un numero massimo di partecipanti deciso dal docente o dovuto alla capienza degli ambienti in cui si tengono i corsi stessi.

Inizio delle attività

Il Consiglio Direttivo ha stabilito di iniziare ufficialmente le attività **lunedì 13 ottobre**, salvo che per le attività autogestite. Per quella data sarà disponibile sul sito e in sede il programma mensile e annuale.

Festa dell'inaugurazione

Si terrà presso la sede di via Garibaldi **domenica 12 ottobre alle ore 10**.

Sarà questa l'occasione per ILLUSTRARE IL NOSTRO PROGETTO

Per informazioni

Presso la sede di via Garibaldi 22 - Gorla Maggiore nell'orario di apertura della segreteria il mercoledì dalle ore 16:00 alle 17:00 Telefono 3478805031 (risponde Enrica)

sul nostro sito: www.utegorlamaggiore.it sulla pagina Facebook dell'UTE

Puoi comunicare con noi anche inviando una mail al seguente indirizzo: info@utegorlamaggiore.it

SOSTEGNO DEGLI ENTI DEL TERZO SETTORE ISCRITTI NEL RUNTS DI CUI ALL'ART. 46, C. 1, DEL D.LGS. 3 LUGLIO 2017, N. 117, COMPRESE LE COOPERATIVE SOCIALI ED ESCLUSE LE IMPRESE SOCIALI COSTITUITE IN FORMA DI SOCIETÀ, NONCHÉ SOSTEGNO DELLE ONLUS ISCRITTE ALL'ANAGRAFE

FIRMA Mario Bianchi

Codice fiscale del beneficiario (eventuale) 9 0 0 2 6 1 5 0 1 2 9

Esempio di come compilare il modulo per il 5x1000

Ricorda di copiare esattamente il codice fiscale e di firmare il modulo

Nella programmazione di questo anno accademico saranno confermate in gran parte le iniziative dell'anno 2024/2025 con l'aggiunta di nuove proposte ad arricchire il programma. L'elenco sotto riportato è puramente indicativo e non esclude la possibilità di ulteriori aggiunte o l'esclusione di progetti per cause non dipendenti da noi.

ARTE: ITINERARI ARTISTICI

Docente: Sergio Luoni

Argomento: Itinerari artistici nella nostra bella Italia e nel mondo

Giorno: giovedì ore 17 - cadenza settimanale dal 8 gennaio

ARTE: I GRANDI GIARDINI LOMBARDI E PIEMONTESI DEL LAGO MAGGIORE E DI VARESE

Docente: Simona Gamberoni

n.4 incontri sul tema:

Il programma prevede una serie di lezioni in cui si scopriranno insieme non solo gli aspetti paesaggistici e botanici dei giardini che abbelliscono e rendono speciale il territorio che si estende sulle due sponde del lago Maggiore, ma si entrerà soprattutto nelle storie dei loro proprietari, dei loro architetti e dei loro ospiti. Il giardino diventerà la porta attraverso cui scoprire un altro interessante pezzetto della storia del nostro territorio. Quest'anno si prenderà in esame la sponda lombarda

Cadenza mensile il mercoledì alle ore 16,00 dal 18 febbraio

ARTE: I SESTIERI DI MILANO

Docente: Carmen Bucca

Argomento:

Le sei principali arterie che dal centro portavano verso l'esterno si chiamavano Sestieri. Scopriremo insieme monumenti, vita e caratteristiche di ogni sestiere in un viaggio alla ricoperta della Milano Medievale e Rinascimentale.

Cadenza mensile il venerdì alle ore 15,30 dal 24 ottobre

AMBIENTE: L'ARMONIA DEL PAESAGGIO NELLE VALLI VARESINE

Docente: Angelo Colombo

- Il territorio della provincia di Varese
- La Linea Cadorna nel territorio Varesino
- I Paesi dipinti della provincia: Peveranza, Arcumeggia, Runo, Marchirolo
- Le valli Varesine: La Valganna, la Val Ceresio, la Valcuvia, le Valli del Luinese

8 incontri a cadenza settimanale il mercoledì alle ore 15,30 con inizio il 15 ottobre

BALLO

Attività autogestita

Un incontro settimanale a partire dal 7 ottobre

Il martedì dalle 18 alle 20

CINEFORUM

Docente: Andrea Cicognani

Verranno proiettati film di diverse epoche

Prima proiezione alle ore 14,30 di mercoledì 11 febbraio

DICHIARAZIONE DEI REDDITI

Docente Paola Piasente

Informazioni e aiuto individuale per la compilazione del proprio 730

Periodo: da maggio 2026 (la data verrà stabilita in base alla pubblicazione del 730 precompilato da parte dell'Agenzia delle Entrate)

EDUCAZIONE FINANZIARIA

Docente: Saverio Bennardo

Argomenti: Gestire con metodo il nostro risparmio può dare una svolta alla nostra vita

Affrontare le banche ed i consulenti con una buona conoscenza di educazione finanziaria. Autonomia e consapevolezza assumono particolare importanza per le donne, troppo spesso emarginate dalla gestione finanziaria del patrimonio familiare.

Data inizio: 7 novembre; ore 20,00 solo online

Attività aperta anche ai non iscritti

GIOCO DELLE CARTE

Attività autogestita; Contenuti: Il gioco come attività con funzione socializzante e formativa

Giorno ed ora: martedì alle ore 14:30 - Cadenza settimanale

HOBBISTICA CREATIVA

Docente: Anna Bonomi

Contenuto: creazione di manufatti per la decorazione della casa

Inizio: venerdì 17 ottobre - Cadenza settimanale il venerdì alle ore 14,30

INFORMATICA

Docente: Alessandro Millefanti

Si prevede l'attivazione di corsi utilizzando programmi gratuiti online per cui ogni partecipante deve portare il proprio pc o tablet.

Nel corso verranno affrontati i seguenti argomenti:

- editing e impaginazione dei testi, uso dei fogli di calcolo, gestione dell'account email utilizzando Google Drive, Google Documenti e Fogli
- gestione e organizzazione delle foto
- creazione di piccoli video (utilizzando strumenti gratuiti)
- Internet, i suoi vantaggi ma anche i rischi da evitare, email, motori di ricerca, mappe e social.
- come accedere ai principali servizi online: INPS, Agenzia delle Entrate, Fascicolo Sanitario Elettronico, banche, SPID e molto altro.

Il corso prevede 15 incontri di due ore ciascuno il martedì alle 16,30 con inizio il 10 febbraio.

LABORATORIO DI EDUCAZIONE ARTISTICA

Docente: Michela Malandrin

Il corso si terrà il sabato dalle ore 14,00

1° corso di 10 lezioni con inizio l'8 novembre

Il corso verrà attivato solo se si raggiungerà un minimo di 8 iscritti. Il numero massimo di partecipanti al corso sarà di 10 persone. Al superamento dei 10 iscritti verrà stilata una lista di attesa e al raggiungimento del 16° iscritto il corso verrà sdoppiato.

LABORATORIO DI BIGIOTTERIA

Docente: Carlo Pozzi

Contenuti: verranno realizzati piccoli oggetti di bigiotteria utilizzando fili metallici con l'uso di semplici strumenti quali pinze, forbici ecc. La partecipazione al laboratorio è gratuita, sono a carico dei partecipanti i costi dei materiali utilizzati. Il corso si terrà il mercoledì dalle ore 9,00 dall'8 ottobre.

LABORATORIO DI MODELLAZIONE DELLA CRETA

Docente: Sonia Vanini

Contenuti: creazione di statue con la creta e cottura. Verrà attivato un modulo di 16 incontri finalizzato alla realizzazione di una o più opere per ogni partecipante. Il corso verrà attivato solo se si raggiungerà il numero minimo di 7 iscritti e con un massimo di 10 partecipanti. Il corso si terrà il venerdì alle ore 9,00 dal 9 gennaio.

LABORATORIO ENOLOGICO: CONOSCERE IL VINO

Docente: Alessandra Limido

Contenuti: Si proseguirà la conoscenza dei vini italiani prendendo in esame altre regioni; viene introdotta una serata sulla birra.

Il corso si attiverà con un minimo di 10 partecipanti e un massimo di 20.

Corso serale ore 20,30 con inizio il 5 marzo.

LABORATORIO DI MODELLISMO

Docente: Piermario Aldizio

Contenuti: si realizzerà un modello in scala della chiesa di San Carlo, riproducendo sia l'esterno che l'interno della chiesa. Un incontro settimanale il giovedì dalle 10,00 con inizio il 5 febbraio.

LABORATORIO TEATRALE

Docente: Patrizia Cromi

Educazione alla espressività attraverso il linguaggio verbale e non verbale. Creazione autonoma di un testo teatrale con rappresentazione finale al pubblico del lavoro prodotto. Un incontro settimanale il giovedì dalle 14,30 alle 16,30 con inizio il 30 ottobre.

Durante l'anno il gruppo si esibirà presentando i loro lavori.

LETTERATURA: IL CONCILIO DI NICEA E IL CREDERE OGGI

Docente: Daniele Mantegazza

Contenuti: Nel 325 l'imperatore Costantino convocava a Nicea, l'odierna Iznik, in Turchia, il primo concilio ecumenico della storia, la cui importanza è fondamentale nella storia

della Chiesa cristiana.

Ciclo di 12 settimane il lunedì ore 15,00 a partire dal 13 ottobre.

LINGUA FRANCESE

Docente: Joëlle Arnaboldi (docente di madrelingua)

Data di inizio: 4 novembre - un incontro settimanale il martedì dalle ore 14,30 alle 16,00.

LINGUA INGLESE

Docente: Francesca Canavesi

I corsi si terranno il lunedì con inizio il 3 novembre nei seguenti orari:

·2° livello diurno dalle ore 16,00 alle ore 17,00

·3° livello diurno dalle ore 14,45 alle ore 15,45

·1° livello serale dalle ore 20,30 alle ore 21,30

I corsi verranno attivati solo se si raggiungerà il numero minimo di 8 iscritti per ogni gruppo di livello.

N.B. per i corsi di inglese diurni si prevede un incontro iniziale con la docente per definire i livelli di appartenenza lunedì 27 ottobre alle ore 15,00.

LINGUA SPAGNOLA

Docente: Francesca Canavesi

Il corso si prefigge di dare i primi rudimenti della lingua spagnola. Le lezioni si terranno il mercoledì alle ore 14,30 con inizio il 5 novembre. Il corso verrà attivato solo se si raggiungerà il numero minimo di 8 iscritti.

MEDICINA: EDUCAZIONE ALIMENTARE

Docente: Sahar Anbarafshan

Contenuti: Conoscenza dei principi alimentari, esempi di corretta alimentazione nella terza età e sull'alimentazione in presenza o come prevenzione delle patologie che caratterizzano l'età adulta.

Gli incontri si terranno il lunedì alle 15,00 dal 16 febbraio.

MEDICINA: NEUROLOGIA

Docente: Cecilia Perin

Contenuti: problemi neurologici, cognitivi e motori.

Periodo di svolgimento ed argomenti specifici verranno resi noti in seguito.

MEDICINA: L'INTELLIGENZA ARTIFICIALE IN MEDICINA

Docente: Daniela Barbieri

Contenuti: *uso dell'intelligenza artificiale in medicina*

Un incontro settimanale il venerdì ore 16,00 con inizio il 6 febbraio.

MUSICA: AVVICINAMENTO ALLA LIRICA

Docente: Giorgio Appolonia

Contenuti: presentazione di alcune opere liriche di vari autori con proiezione di filmati.

Le conferenze si terranno alle ore 15,00 nei seguenti giorni:

- mercoledì 26 novembre 2025
- mercoledì 3 dicembre 2025
- mercoledì 14 gennaio 2026

- mercoledì 21 gennaio 2026

Le opere in programma sono pubblicate sul sito

PIERO CHIARA TRA CINEMA E NARRATIVA

Docente: Ugo Marelli

Contenuti: viene presa in esame la figura di Piero Chiara, scrittore varesino nato a Luino, il 23 marzo 1913 e morto a Varese il 31 dicembre 1986. Autore di svariate opere letterarie è stato anche attore e sceneggiatore in alcuni film tratti dalle sue opere.

6 incontri a cadenza settimanale il venerdì ore 14,30 con inizio il 24 ottobre

ORTICOLTURA E GIARDINAGGIO

Docente: Alessio Ferioli

Quest'anno il corso sarà incentrato sui metodi di lotta alle specie aliene, insetti, funghi e altri parassiti che stanno invadendo il nostro territorio facendo cospicui danni alle colture senza trovare nemici naturali in grado di contrastarne la diffusione.

Orari e giorni da stabilire

QUALITÀ DELLA VITA NELLA TERZA ETÀ

Docente: Virginio Raimondi

Argomenti: Una serie di "chiacchierate" col nostro farmacista su come mantenere alta la qualità della vita nella terza età attraverso l'attività fisica, la nutrizione corretta e allenamento mentale.

Incontri da definire

RIFLESSOLOGIA PLANTARE E AUTOMASSAGGIO

Docente: Barbara Petruzzelli

Contenuti: Il corso si pone come obiettivo quello di essere in grado di intervenire con un semplice massaggio dei piedi per svariati tipi di malesseri. Questo corso, adatto a tutti, è utile per imparare a conoscerci meglio, ad essere in grado di farsi un automassaggio o fare un trattamento ad un familiare. Un incontro settimanale il giovedì ore 17,00 con inizio il 6 novembre

STORIA: UNO SGUARDO SUL XXI SECOLO

Docente: Alzati Mario

Dalla superpotenza egemone al disordine mondiale: USA, Cina, Russia, Medio Oriente, Europa e Italia nel primo quarto del nuovo secolo

Un incontro settimanale il lunedì alle ore 16,30 con inizio il 13 ottobre. Lunedì 10 novembre presentazione del libro "Il valtellinese di Olonia".

TAI CHI

Docente: Nanfei Wu

Contenuti: Tai Chi è un tipo di Kung Fu cinese nato all'inizio del XIII secolo. La pratica abituale del Tai Chi aiuta a mantenere una vita quotidiana sana, perché aiuta il nostro corpo a mantenersi in equilibrio in modo molto delicato ed efficace. Il movimento, rilassato e lento, è molto amichevole soprattutto per le persone anziane e le aiuta ad acquisire forza ed energia in modo comodo e semplice.

Il corso di 16 lezioni si attiverà con un numero minimo di 8 iscritti; l'inizio del corso è mercoledì 1 ottobre alle ore 18,00

YOGA

Docente: Ida Del Pero

Contenuti: Lo Yoga è un processo di ricerca interiore e di introversione, ma non di negazione della realtà

Giorno e ora il mercoledì dalle ore 9:00 dal 1 ottobre

I corsi potranno essere attivati con un minimo di 9 iscritti e un massimo di 12 iscritti per corso.

TOMBOLO: L'ARTE DEL RICAMO

Docente: Rosangela Ferioli

Antica arte del ricamo nata a Venezia e in Fiandra nel XVI secolo che si basa sull'uso di un apposito cilindro e dei fuselli. La tradizione del merletto a tombolo diffusa in varie regioni d'Italia tra cui anche la Lombardia è tra le più apprezzate anche nel mondo dell'Alta Moda.

Incontri da definire

Nella convinzione che questo ricco programma sia di Vostro gradimento, Vi invitiamo ad iscrivervi numerosi e a portare con Voi amiche, amici e conoscenti desiderosi di intraprendere questa bella esperienza.

Vi aspettiamo numerosi alla festa d'inaugurazione del nuovo anno accademico

Il Consiglio Direttivo