UNIVERSITÀ POPOLARE ERETINA

ANNO ACCADEMICO 2019/2020

GUIDA AI CORSI

upe

25° ANNIVERSARIO

AURORA
MEDICA TIBERINA

Ogni giorno, per la tua salute

POLIAMBULATORIO SPECIALISTICO
con programmi prevenzione e check-up

DIAGNOSTICA PER IMMAGINI
dotata di apparecchiature tecniche all'avanguardia

RIABILITAZIONE MOTORIA
con ampio settore fisioterapia e vasca riabilitativa

CHIRURGIA AMBULATORIALE
con doppia sala operatoria per piccoli interventi

LABORATORIO ANALISI CLINICHE
in collaborazione con **Genoma**

AMPIO PARCHEGGIO GRATUITO

SCONTO 20%
PER TUTTI GLI ASSOCIATI UPE

Scopri le modalità della convezione su upemonterotondo.com

AURORA MEDICA TIBERINA
Via Tiberina, 34
c/o Parco Commerciale Io Bimbo Mc Donald's
Tel 06.6228.0101

www.auroramedica.it

upe

Università
Popolare
Eretina

ANNO ACCADEMICO 2019/2020

GUIDA AI CORSI

Italiano
e Dintorni

Archeologia
e Storia dell'Arte

Le Arti

Lingue Europee

Scienza e
Tecnica

Psicologia
e Benessere

Creatività
e Tempo libero

Iniziative
Culturali

UPE. Cerchi Cultura. Trovi Amicizia.

Università Popolare Eretina "A. Martinoia"

Libera Università iscritta all'albo istituito della Regione Lazio, Legge Regionale 53/93.

Riconosciuta come Associazione Culturale dal Consiglio Comunale di Monterotondo il 19 marzo 1999.

Aderente alla U.N.I.E.D.A. – Unione Italiana di Educazione degli adulti.

Iscritta al nr. 230 del Registro Regionale delle Persone Giuridiche Private.

Iscritta al Registro Regionale delle Associazioni, Legge Regionale 22/1999.

Sede di esami CILS dell'Università per Stranieri di Siena per la Lingua Italiana come L2.

PRESIDENTE

Caterina Manco

PRESIDENTE DEL COLLEGIO DEI REVISORI DEI CONTI

Antonio Baruti

Iscrizioni

Le iscrizioni si aprono il 2 settembre 2019 presso la sede dell'UPE:

Via F. e R. Giovagnoli,74 – 00015 Monterotondo (Roma)

Tel/Fax 06.906.64.41 – 06.906.62.62

Email upemonterotondo@gmail.com

IBAN: IT 80M03 0693 9240 1000 0000 3135

La segreteria è aperta al pubblico con il seguente orario:
Lunedì, mercoledì, venerdì: dalle ore 16.00 alle ore 19.00
Martedì e giovedì: dalle ore 10.00 alle ore 13.00

La segreteria rimane chiusa nel periodo delle vacanze Natalizie e Pasquali e nel mese di agosto.
Durante il mese di luglio la segreteria è aperta solo al mattino (martedì e giovedì).

Associata uni eda

Comune di Monterotondo

ICM Istituzione Culturale Monterotondo

CALENDARIO
DELL'ANNO ACCADEMICO 2019-2020

14 e 15 | 21 e 22 | 28 e 29 Settembre 2019 **5 e 6** Ottobre 2019	**Open Day**
Sabato 12 Ottobre 2019	**Inaugurazione Anno Accademico**
Lunedi 14 Ottobre 2019	**Inizio delle lezioni**
Sabato 23 Novembre 2019	**Assemblea dei soci**
Sabato 7 Dicembre 2019	**Facciamoci gli auguri**
Domenica 8 Marzo 2020	**NotteRosa per i 25 anni dell'Upe**
Settimana dal 7 al 14 o **dal 14 al 21** Giugno 2020	**Settimana di cultura e benessere**
Sabato 27 Giugno 2020	**Chiusura anno accademico**

Lo svolgimento delle lezioni segue il calendario scolastico dell'Istituto eSpazia.

UPE. Cerchi Cultura. Trovi Amicizia.

upe

UPE. Cerchi Cultura. Trovi Amicizia.

Saluto del Presidente

Carissimi Associati,
ci avviamo verso la conclusione del mandato e, come stabilito nella modifica dello Statuto approvata nell'assemblea straordinaria dello scorso novembre, le procedure per l'elezione del nuovo CD saranno avviate a dicembre prossimo, dopo l'assemblea per l'approvazione del bilancio.

I corsi inseriti nella Guida e le numerosissime iniziative culturali (decisamente arricchite rispetto agli anni scorsi) danno conto di una Associazione in evoluzione, che tuttavia recupera fino in fondo la sua originale vocazione alla promozione sociale spaziando tra eventi molto diversificati e proponendo riflessioni importanti su temi di attualità: l'uso dei social, il cinema affiancato alla letteratura e alla psicologia, la fotografia come strumento per raccontare storie ed eventi, la musica e l'arte come linguaggi universali capaci di oltrepassare barriere altrimenti insormontabili.

I valori dell'origine, la promozione della cultura e il volontariato sociale, sono stati coniugati con le nuove esigenze dettate da un momento storico complesso e difficile, nel quale è fondamentale (per una associazione culturale) realizzare azioni volte a contrastare quell'analfabetismo funzionale che impedisce a molti di comprendere fino in fondo gli eventi che ci accadono quotidianamente: per fare dell'UPE una Associazione che non solo trasmette la cultura cristallizzata, eredità di un passato prestigioso, ma produce la cultura del mondo contemporaneo e contribuisce a costruire una coscienza sociale. È questa la linea che abbiamo condiviso, in modo esplicito, nei nostri ultimi incontri: formali e informali; è questa la linea che traspare dal complesso della nuova proposta formativa.

Certo, non tutti i corsi proposti sono stati accolti nella Guida: alcuni nuovi, altri già presenti negli anni scorsi; una scelta che il CD non ha fatto a cuor leggero anche se in piena responsabilità e nella convinzione di dover riaffermare, strutturando l'offerta formativa, la propria natura di Associazione libera, sciolta da vincoli di qualsiasi genere, volta alla promozione del bene sociale: a nessun titolo i corsi dell'UPE possono diventare trampolino di lancio per iniziative di natura diversa, né si può immaginare che alcuno sfrutti il patrimonio umano dell'UPE per finalità personali o che, nel dedicarsi alla promozione di iniziative individuali, questa attività vada a contrastare una azione simile e parallela a favore

dell'UPE. Oltre che le norme sulla privacy lo impediscono norme di natura etica che ognuno di noi è tenuto a rispettare, soprattutto se dovesse presentarsi quello che l'etica aziendale definisce conflitto di interessi.

Senza contare che le nuove disposizioni emanate per il terzo settore, pur consentendo la realizzazione di iniziative per le quali è prevista l'erogazione di un compenso, impongono che vengano rinforzate le azioni di volontariato: è per questo che ci teniamo lontani dalle forme pur apprezzabili e legittime del turismo culturale (i pochi viaggi che organizziamo sono eventi conclusivi di altre attività stabili o ricorrenti) e che, pur senza darne un annuncio formale nella Guida, c'è in prospettiva l'idea di realizzare una Banca del Tempo attraverso la quale tutti i soci possano rendere concreti i fini dell'UPE.

Due parole infine in vista delle prossime elezioni, presumibilmente collocate nel mese di marzo 2020, per dire che l'UPE ha bisogno di persone che siano in grado di mettere a disposizione dell'Associazione un po' del loro tempo: non basta partecipare ai processi decisionali durante le assemblee, non basta essere presenti nelle riunioni del CD, non basta richiedere la tessera quando si diventa docenti; occorre trascorrere del tempo nella sede (semplicemente a disposizione delle cose che accadono), occorre rendersi accoglienti, propositivi, nei confronti dei nuovi e dei vecchi soci, occorre partecipare alle iniziative messe in calendario (non solo ai corsi), occorre contribuire – ciascuno nella misura delle sue possibilità – al lavoro della segreteria nella organizzazione degli eventi, occorre in altre parole essere partecipi della vita associativa e svolgere delle vere azioni di volontariato che tengano fede ai principi, alle finalità, ai valori dell'Associazione. Chi si candida alle prossime elezioni deve tenere ben presente questa realtà.

La celebrazione dei 25 anni dalla sua costituzione e della sua lunga presenza sul territorio (inserita nell'evento che sarà realizzato l'8 marzo: la Notte Rosa che abbiamo pensato in occasione della Festa della Donna e per la quale sarà necessario un apposito comitato organizzativo) deve trasformarsi in una vera e propria rifondazione per adeguare l'UPE alle nuove esigenze della realtà contemporanea.

È con questo spirito che mi accingo a concludere il mandato affidatomi e ad avviare il processo per le nuove elezioni

Il Presidente

Caterina Mauro

UPE. Cerchi Cultura. Trovi Amicizia.

upe

UPE. Cerchi Cultura. Trovi Amicizia.

Saluto del Sindaco

È con vero piacere, come Sindaco di Monterotondo, che invio il mio contributo a questa Guida ai Corsi per l'anno accademico 2019/2020.

Già come Assessore alla Cultura, ho seguito con grande partecipazione il lavoro che in questi anni l'Università Popolare Eretina ha svolto sul territorio della nostra città. Fin dalla sua nascita, l'UPE si è caratterizzata, oltre che come luogo di studio ed arricchimento personale, come punto di aggregazione e di partecipazione attiva agli eventi culturali e sociali che la città di Monterotondo proponeva dimostrandosi un interlocutore fondamentale per questa Amministrazione, che ha fatto della promozione culturale un suo carattere distintivo.

Nel corso di questi venticinque anni si sono avvicendati alla Presidenza dell'UPE tre diverse personalità: Antonio Martinoia, Enrico Angelani, Caterina Manco; tre Presidenti che hanno lavorato - avendo ben chiara la responsabilità che a loro veniva conferita - con spirito di abnegazione per il bene della nostra comunità. I valori che essi difendono, a nome dell'UPE, sono quelli - come recita la guida illustrativa - "di partecipazione e impegno civile, senza barriere generazionali, razziali, confessionali, politiche e sociali". Nel momento storico che stiamo vivendo questi valori non sono per nulla scontati: l'UPE, pertanto, avrà sempre il mio appoggio e la mia gratitudine, insieme a quella dei tanti soci che ogni anno trovano su questa guida, proposte di corsi e iniziative culturali che creano sempre più il senso di appartenenza e condivisione.

Essere socio dell'UPE significa, a mio avviso, difendere e diffondere la cultura e i principi a cui essa si ispira.

Un plauso particolare va ai docenti, che lavorano con la consapevolezza che far parte di questa Associazione significa lasciare al territorio una testimonianza decisiva sul piano educativo. A voi associati, che con tanta passione sostenete l'UPE e continuerete a farlo in futuro, rivolgo un ringraziamento di cuore: siete voi l'anima culturale di Monterotondo.

Il Sindaco

Riccardo Varone

INTRODUZIONE

Che cosa è una Università Popolare.
Il termine "Università" rinvia all'accezione originaria del termine nel significato di "collettività o comunità", caratterizzata da una forte adesione di chi vi opera e in essa si riconosce. "Popolare" è un termine che ne qualifica l'operato come luogo per diffondere una cultura di tipo superiore attraverso forme e contenuti accessibili e fruibili da quante più persone possibili.
Nell'ottica del "long life learning" una Università Popolare promuove l'apprendimento continuo e permanente che accompagna lo sviluppo culturale e personale per l'intero arco della vita.

Che cosa fa l'UPE
In linea con l'idea fondante delle Università Popolari, la missione dell'UPE coincide con la divulgazione di un sapere da "gustare lentamente", secondo l'accezione latina del verbo sapio, e da approfondire con cura. L'UPE inoltre promuove la diffusione della cultura partecipando alla valorizzazione del patrimonio artistico e ideale della comunità territoriale, in particolare di quel patrimonio storico che annovera Monterotondo quale protagonista dei due "Risorgimenti".

Come lo fa
L'UPE svolge il suo ruolo culturale sul territorio organizzando corsi afferenti a molteplici discipline, conferenze, dibattiti, cineforum, concerti, presentazione di libri, visite guidate a mostre e siti archeologici, alcuni dei quali sono oggetto delle lezioni; non manca la partecipazione alle rassegne teatrali e musicali proposte dai principali teatri romani. Attraverso i corsi e altre piacevoli occasioni di incontro, l'UPE svolge anche un importante ruolo di socializzazione.

A chi si rivolge
Le attività dell'UPE sono rivolte a tutti coloro che desiderano condividere i suoi valori di partecipazione ed impegno civile, senza barriere generazionali, razziali, confessionali, politiche e sociali. L'UPE accoglie persone a partire, di norma, dai diciotto anni e senza limiti di età, distinguendosi in ciò dalle vecchie Università della terza età, da cui le Università Popolari sono evolute, superandone il presupposto di essere uno spazio riservato a persone non più giovani. Ne conservano tuttavia la caratteristica di educare ad una nuova coscienza di sé persone diverse per provenienza culturale, sociale, formativa e diverse per età.

UPE. Cerchi Cultura. Trovi Amicizia.

UPE. Cerchi Cultura. Trovi Amicizia.

UPE. Cerchi Cultura. Trovi Amicizia.

NORME ASSOCIATIVE

Norme per associarsi
Sono ammesse come soci le persone fisiche maggiorenni che condividono le finalità e i valori dell'UPE espressi nello Statuto; l'iscrizione all'Associazione avviene attraverso il versamento di una quota definita annualmente dal Comitato Direttivo. L'associato che, per qualsiasi motivo, cessi di appartenere all'Associazione non può richiedere la restituzione della quota associativa, né ha alcun diritto sul patrimonio dell'Associazione. L'elenco dei soci è soggetto all'approvazione del Comitato Direttivo.

Diritti e doveri degli associati
Gli associati hanno diritto di frequentare la sede dell'UPE, di partecipare alle sue iniziative e di fruire delle agevolazioni offerte dagli esercizi convenzionati. Possono prestare la propria opera per lo sviluppo dell'attività sociale e per il conseguimento degli scopi sociali. I soci sono eleggibili alle cariche sociali e in sede di assemblea hanno diritto di voto per: a) modificare lo Statuto Sociale; b) stabilire le linee guida di indirizzo e programmazione; c) eleggere i membri del Comitato Direttivo e il Collegio dei Revisori dei conti; d) approvare i bilanci di previsione e a consuntivo. I soci, d'altra parte, si impegnano a non svolgere attività in contrasto con i principi e i valori definiti dallo Statuto.

Quota associative
L'ammissione alla qualifica di socio comporta il versamento di una quota, valida dal 1° Luglio al 30 Giugno dell'anno accademico di riferimento. La quota associativa è propedeutica e indipendente dalla frequenza delle attività e non è rimborsabile. Per l'Anno Accademico 2019-2020 la quota è fissata in € 20 e comprende il costo dell'assicurazione. L'assicurazione copre tutte le attività, in qualunque luogo esse si svolgano: lezioni d'aula, visite culturali e naturalistiche, concerti, teatro, mostre... Qualora le attività si svolgano in sedi per raggiungere le quali sia necessario un trasferimento con mezzi privati, la copertura assicurativa si estende al viaggio per raggiungere i siti indicati unicamente nel caso in cui il mezzo sia fornito dall'UPE; diversamente, la copertura si intende attiva dal luogo dell'appuntamento "in situ".

Partecipazione ai corsi e alle altre attività
La partecipazione ai corsi e alle altre iniziative, riservata comunque a chi ha versato la quota annuale di iscrizione, comporta il versamento di un contributo, così come indicato nelle pagine seguenti. Salvo diversa indicazione, i corsi si intendono attivati con un numero minimo di 15 iscritti.

Versamento delle quote
Il versamento della quota associativa e del contributo per il corso e per le altre attività può essere effettuato:
• presso la Segreteria, a Monterotondo (RM) - Via F. e R. Giovagnoli 74, in contanti – nei limiti previsti dalla normativa vigente, con assegno bancario, tramite Bancomat o Carta di credito;
• mediante bonifico bancario sul c.c. IT 80M03 0693 9240 1000 0000 3135 intestato all'Università Popolare Eretina presso Banca Intesa Sanpaolo - Ag. Monterotondo.

upe

Rateizzazioni e riduzioni
Per importi superiori ad € 100,00, è concesso il pagamento del contributo in due rate
• la 1° rata (70%) prima dell'inizio del corso;
• la 2° rata (30%) entro il mese successivo.
Agli associati che si iscrivono a più di due corsi è riconosciuto uno sconto del 10% a partire dal terzo corso; nel computo si considerano anche i corsi frequentati da familiari conviventi.

Restituzione del contributo versato per l'iscrizione ai corsi
La restituzione del contributo versato al momento dell'iscrizione ad un corso è previsto unicamente per la mancata attivazione del corso medesimo. In nessun caso si dà luogo alla restituzione della quota associativa.

Cambiamento di corso
È possibile richiedere il cambiamento di corso entro 2 lezioni dall'inizio del corso prescelto al momento dell'iscrizione. La Presidenza, valutata la situazione, potrà accogliere la richiesta in base alle disponibilità effettive e dopo aver consultato i Docenti interessati.
È possibile effettuare un solo cambio.

Partecipazione a singole lezioni e/o iniziative dei singoli corsi
I soci possono partecipare a singole lezioni (in aula o in situ) e/o iniziative di corsi cui non sono iscritti, al costo forfetario di € 10 per ogni partecipazione, cui vanno aggiunti eventuali costi per l'ingresso ai siti o per il trasporto.

Diploma di merito e attestato di frequenaza
Come previsto dalla Legge Regionale n. 53 del 20 settembre 1993, alla fine di ciascun anno l'UPE rilascia un diploma di merito agli allievi che, avendo frequentato con assiduità il corso annuale, abbiano partecipato ad una prova finale concordata con il Docente. Tale diploma tuttavia non ha alcun valore legale e non è utilizzabile ai fini professionali o come titolo per l'inserimento nel mondo del lavoro.
A tutti gli altri allievi verrà rilasciato un semplice attestato di frequenza.

Riconoscimento di crediti formativi per gli esami di Stato
A discrezione delle Commissioni d'esame, i corsi dell'UPE possono essere riconosciuti come credito formativo per gli esami di Stato.

Certificato medico
Coloro che partecipano alle attività di Pilates ed altre discipline sportive devono consegnare in segreteria un certificato medico di idoneità, prima dell'avvio del corso.

Norme per il dipartimento linguistico
L'accesso ai corsi di lingua viene stabilito attraverso un test di ingresso che si svolge prima dell'inizio dell'attività, nelle date comunicate dalla Segreteria. Il test è gratuito.

Cambiamenti organizzativi
Le informazioni relative ai corsi contenute nella presente guida sono verificate al momento della stampa. È possibile tuttavia che tra la pubblicazione della guida e l'inizio dei corsi, o durante il loro svolgimento, si verifichino cambiamenti organizzativi per i quali l'UPE si premura di adottare le soluzioni atte a garantire comunque la qualità ed il regolare svolgimento delle lezioni.

Il linguaggio [...] scopre sorgenti di pensiero

Karl Kraus, *Detti e Contraddetti*

Italiano
e Dintorni

Il Sabato Culturale a Palazzo Betti

Docente: *Giorgina Scardelletti*

Scopo del corso e risultati attesi

La lettura condivisa, oltre ad offrire la possibilità di scambio di opinioni, rappresenta per ciascuno di noi l'occasione per una riflessione sul significato che ogni libro assume nei nostri pensieri e sui sentimenti che suscita.

Breve descrizione

Per l'anno accademico 2019/2020 si propongono sette incontri letterari nel pomeriggio di sabato, da effettuare tra ottobre 2019 e giugno 2020, con cadenza mensile.

Le nostre conversazioni trarranno ispirazione dalla lettura dei testi di seguito elencati:

Voltaire, Candido: un racconto filosofico sul modo di stare al mondo, guardandolo con ottimismo

Dacia Maraini, La lunga vita di Marianna Ucria: la Sicilia del Settecento e il ruolo delle donne

Claude Levi Strauss, Tristi tropici: il viaggio affascinante di un giovane antropologo

George R. R. Martin, Le cronache del ghiaccio e del fuoco - Il trono di spade: il romanzo d'avvio di una grande saga fantasy

John Fante, Aspetta primavera Bandini: la storia divertente e tragica diuna famiglia italiana di immigrati poveri in USA

Ovidio, Metamorfosi: tra epica e mito

Jerome David Salinger, Il giovane Holden: un intenso romanzo di formazione

SEDE **Palazzo Betti**

DURATA	GIORNO	ORARIO	CONTRIBUTO
20 ORE	**Sabato**	**16,30-19,00**	**120,00 €**

Cinema e Letteratura dal libro al film

Docente: *Daniela Fabrizi*

Scopo del corso e risultati attesi

Il Corso si propone, secondo le scelte dei capolavori sotto elencati, la doppia lettura dell'opera letteraria così come proposta dall'autore e come interpretata da grandi registi e sceneggiatori.

Il fine è quello di arricchire l'esperienza emotiva e suscitare lo stupore di una "lettura" di linguaggi diversi che implicano anche l'interpretazione, il ruolo della sceneggiatura e dei temi musicali nella indelebilità dell'emozione pur nelle differenze e della originalità del punto di vista cinematografico.

Breve descrizione

Verrà proposta la lettura di 5 (cinque) capolavori della letteratura internazionale cui seguirà la visione del film omonimo secondo il seguente ordine:

Lev Tolstoj, *Anna Karenina;*
Joe Writh: *Anna Karenina*, film 2012;
Fred Uhlman, *L'amico ritrovato;*
Jerry Schatzberg: *L'amico ritrovato* film 1989;
Boris Pasternak, *Il Dottor Zivago;*
David Lean: I*l Dottor Zivag*o film 1965;
Elsa Morante, *L'isola di Arturo;*
Damiano Damiani: *L'isola di Arturo* film 1962;
Harper Lee, *Il buio oltre la siepe;*
Robert Mulligan *Il buio oltre la siepe* film 1962.

Ogni opera verrà analizzata e goduta attraverso l'interpretazione che ne dà la critica letteraria e decodificando il linguaggio cinematografico per giungere, da una parte, ad una piena e circolare comprensione del punto di vista letterario e cinematografico e, dall'altra, ad una vivacità emotiva più ampia e gratificante come esperienza permanente.

SEDE **Monterotondo eSpazia**

DURATA	GIORNO	ORARIO	CONTRIBUTO
40 ORE	**Martedì**	**16,00-18,00**	**160,00 €**

Poesia Wiva: la poesia è la bellezza che ci abita l'anima

Docente: *Daniela Fabrizi*

Scopo del corso e risultati attesi

Il Corso si propone, attraverso la lettura magistrale di testi poetici di grandi esponenti della letteratura internazionale, di suscitare l'esperire della scrittura poetica personale.

Poiché in ognuno è presente "un battito in versi", troppo spesso nascosto o soffocato… basterà un cuore di poeta a farlo palpitare.

Breve descrizione

Leggere ed ascoltare poesia crea benessere interiore e permette ai muscoli di tralasciare inutili contratture a favore di un fantasticare e viaggiare della mente fino ed oltre il cuore.

La poesia si fa, non si insegna… si evoca, si percorre, si insegue. Solo un Poeta può prendere per mano e condurre al proprio inimitabile poetare.

Dopo la lettura teatrale, il silenzio percorso da parole evocative usate nei contesti inusuali, viene sollecitata l'espressione emotiva personale, a voce o per iscritto per scelta individuale.

Il passaggio successivo consiste in prove di scrittura creativa in versi liberi su suggerimento tematico. La guida ad una corretta forma poetica porterà alla scoperta del proprio stile di scrittura con partecipazione dei testi a Concorsi Nazionali ed Internazionali.

SEDE **Monterotondo eSpazia** **NUMERO CHIUSO**

DURATA	GIORNO	ORARIO	CONTRIBUTO
30 ORE	**Giovedì**	**16,30-18,00**	**160,00 €**

Fare filosofia attraverso i film

Docente: *Antonio Lagrasta*

Scopo del corso e risultati attesi

Partendo dall'idea che attraverso le immagini-concetto del linguaggio cinematografico sia possibile conseguire una più facile comprensione di aspetti filosofici complessi e problematici, saranno affrontate e discusse tematiche riguardanti il problema del male, della felicità, della libertà, della bioetica, dell'arte ecc.

In questo modo è possibile avvicinarsi alla filosofia in maniera non scolastica ma divertendosi e ricorrendo al dialogo attraverso il quale può affiorare il filosofo che è in ciascuno di noi? La filosofia scolastica e professionale si esplica attraverso un discorso che è soprattutto logico-razionale. Il cinema invece si esprime con immagini-concetto che sono anche fonte di emozioni; riesce così a coniugare emozione e conoscenza.

Breve descrizione

Gli incontri-dialoghi con i partecipanti al corso, durante i quali è prevista anche un'analisi del linguaggio e del particolare codice espressivo adottato dal regista, si alterneranno alla visione di alcuni film.

Non si indicano titoli specifici perché la ricerca, oltre ad attingere alla filmografia del passato, è rivolta ad individuare e proporre film più recenti anche in base ai risultati di prestigiosi festival come quello di Berlino o di Locarno o del cosiddetto cinema indipendente.

SEDE **Monterotondo eSpazia**

DURATA	GIORNO	ORARIO	CONTRIBUTO
50 ORE	**Giovedì**	**18,00-20,00**	**180,00 €**

Il mito e le sue riattualizzazioni nella poesia e nelle arti

Docente: *Antonio Lagrasta*

Scopo del corso e risultati attesi

Il corso si propone di esaminare il significato profondo di alcuni miti, fondamentali per lo sviluppo della cultura e delle arti della civiltà occidentale, verificandone la "perennità" nella ricezione e nella interpretazione di filosofi, poeti, artisti.

Breve descrizione

Il mito nasce dalla capacità affabulatrice dell'uomo e per le sue originarie connotazioni magico-religiose è un tentativo di spiegazione del mondo: infatti è legato all'idea di sacro come tentativo di sfuggire alla paranoia dell'essere perseguitato da forze misteriose che, se nominate attraverso l'attività simbolica, possono essere comprese e in parte dominate. Una volta emancipatosi dalla visione magico religiosa, il mito diventa poesia e arte. Il suo linguaggio fondato sulla metafora e sul simbolico si presta a una interpretazione che diventa evocazione oscillante tra l'oblio e la presenza ma quasi perenne, affidata alla ricezione che la cultura e le arti ad esso posteriori hanno contribuito a creare.

- Il mito e la psicoanalisi: le figure di Edipo, Teseo e Arianna, Eco e Narciso, Orfeo e Euridice, Niobe ...
- Le origini mitologiche delle costellazioni astrali
- Eventuale confronto con alcuni miti di altre civiltà.

Oltre alle letture sono previsti ascolti musicali, visione di dipinti famosi, filmati.

SEDE **Monterotondo eSpazia**

DURATA	GIORNO	ORARIO	CONTRIBUTO
50 ORE	**Lunedì**	**18,00-20,00**	**180,00 €**

Attualità: un'idea dei Balcani

Docente: *Antonio Lagrasta*

Breve descrizione

Da una parte la frontiera può essere motivo di arricchimento: si può disporre di due o più educazioni, culture, lingue, esperienze, a volte anche religioni […]. Ma in realtà questa condizione si risolve spesso in una perdita d'identità. Invece di avvicinare i popoli e i governi, di funzionare da cerniera fra razze diverse, queste situazioni di frontiera a volte sono causa di conflitti e, sul piano privato di uno scontento e di un'estraniazione continui. (Fulvio Tomizza)

Costretti in una indefinita posizione centrale, luogo d'incrocio dei punti cardinali e allo stesso tempo del loro dissolvimento, i Balcani sono da sempre alla ricerca di un'armonica identità che li possa riassumere e comprendere. Il XX secolo ha loro fornito per ben due volte la possibilità di rischiare questa sfida, dopo la prima e la seconda guerra mondiale, ma i due tentativi di convivenza sono falliti, degenerando negli anni Novanta in un lungo decennio di guerre.

Nei Balcani si sono aggrovigliati i nodi di alcuni fenomeni ricorrenti che hanno attraversato tutta la storia contemporanea fino ad interessare la più stretta attualità: la complessa e spesso violenta dialettica dello Stato-nazione con il principio sovranazionale e i processi di governance globale e regionale, nonché la dibattuta questione dei confini dell'Unione Europea, a partire dalla definizione stessa di Europa, tanto sul piano storico quanto su quello geografico.

Il corso ovviamente non si propone di dare una risposta esauriente a problemi così laceranti e complessi quanto di aprire un percorso di riflessione comune sugli esiti di esacerbate spinte al nazionalismo e ad egoismi di varia natura.

Il corso sarà centrato sulla visione di film (o docufilm) prodotti da alcuni paesi dell'area dei Balcani. Compatibilmente con la reperibilità, saranno scelti sei film; alla visione seguiranno, come da tradizione, gli incontri-dialoghi durante i quali, oltre all'esame dei contenuti, sarà analizzato anche il linguaggio cinematografico adottato da ciascun regista.

Come (piacevole) lettura introduttiva si consiglia: Claudio Magris, Danubio. Un viaggio sentimentale dalle sorgenti del grande fiume fino al Mar Nero, Milano, Garzanti, 1986

Corso gratuito per gli iscritti ad uno degli altri corsi.

SEDE **Monterotondo eSpazia**

DURATA	GIORNO	ORARIO	CONTRIBUTO
24 ORE	**Martedì**	**18,00-20,00**	**130,00€**

Lingua dei Segni Italiana
corso base

Docente: *Roberta Vasta*

Scopo del corso e risultati attesi

Il corso offre un primo approccio alla conoscenza della Lingua dei Segni Italiana (LIS), usata da molte persone sorde, e fornisce le nozioni principali sulla cultura del mondo dei sordi.

Al termine del corso gli studenti sanno in grado di interagire con persone sorde segnanti e comunicare in LIS su temi riguardanti la quotidianità.

Breve descrizione

Il corso è articolato in due parti.

Una parte, che occuperà i due terzi del monte ore, è finalizzata a fornire conoscenza pratica della LIS, l'altra parte, per un totale di un terzo del monte orario, è dedicata alla conoscenza della grammatica della LIS e alle informazioni sulla cultura del mondo dei sordi (l'espressione artistica, l'educazione dei bambini, la storia dell'educazione dei sordi, la letteratura in LIS, le associazioni di sordi e altro), anche attraverso l'incontro diretto con persone sorde che vivono nel territorio.

SEDE **Monterotondo eSpazia** **NUMERO CHIUSO**

DURATA	GIORNO	ORARIO	CONTRIBUTO
40 ORE	**Martedì**	**16,00-18,00**	**190,00 €**

Lingua dei Segni Italiana
corso avanzato

Docente: *Roberta Vasta*

Scopo del corso e risultati attesi

Il corso consente di approfondire le conoscenze di base acquisite sulla LIS, già acquisire, sviluppando la capacità di elaborare un racconto complesso in LIS.

A conclusione dell'attività i partecipanti saranno in grado di scambiare informazioni complesse con persone sorde segnanti su temi di interesse comune.

Breve descrizione

Il corso è composto da una parte pratica attraverso la quale la conoscenza della lingua dei segni italiana viene ampliata con approfondimenti su temi di attualità e di interesse comune.

La parte teorica consentirà di approfondire la storia della lingua dei segni e le leggi riguardanti la sordità, oltre che sviluppare una maggiore conoscenza della struttura linguistica della LIS.

SEDE **Monterotondo eSpazia** **NUMERO CHIUSO**

DURATA	GIORNO	ORARIO	CONTRIBUTO
40 ORE	**Martedì**	**18,00-20,00**	**190,00 €**

Interpretare i Media

Come immagini e parole formano i nostri pensieri

Docente: *Anna Foggia*

Scopo del corso e risultati attesi

Al di là della nostra esperienza diretta, conosciamo la quasi totalità del mondo attraverso i media. (Roger Silverstone)

Il corso si propone quindi di fornire le chiavi per la comprensione consapevole dei media, intesi non solo come strumenti, ma anche come produttori di linguaggio, di sentimenti, di atteggiamenti, di comportamenti e, più in generale, di cultura.

Breve descrizione

Il percorso è finalizzato a sviluppare informazione e comprensione sulla natura e le categorie dei media, le tecniche da loro impiegate per costruire messaggi e produrre senso, i generi e i linguaggi specifici.

L'analisi dei diversi tipi di media sarà sviluppata attraverso laboratori in cui, nella prima parte, si "giocherà" sulla decodifica del messaggio principale, scoprendo i messaggi che, insieme ad esso, vengono veicolati; nella seconda parte ci sarà un momento di "produzione".

Articolazione degli incontri:

- Presentazione del percorso e dei nuclei fondanti. I messaggi manifesti e i messaggi latenti.
- Gli stereotipi.
- Laboratorio 1: il messaggio pubblicitario.
- Laboratorio 2: i social network.
- Laboratorio 3: i quotidiani.
- Laboratorio 4: il cinema.
- Laboratorio 5: la televisione.
- Laboratorio 6: la letteratura.
- Laboratorio 7: le arti visive.
- La differenza tra comunicazione e informazione: considerazioni conclusive.

SEDE **Monterotondo eSpazia**

DURATA	GIORNO	ORARIO	CONTRIBUTO
20 ORE	**Martedì**	**16,00-18,00**	**120,00 €**

Dal 1976
Athos e Lucia
Bomboniere ed Articoli da Regalo

Viale Mazzini, 3 A
00015 Monterotondo
Tel. 06 906 8667

CAPELLI IN... LIBERTÀ

PARRUCCHIERE
UNISEX

TEL 06.60654174 - 328.0563912
P.ZZA DELLA LIBERTÀ, 8 - MONTEROTONDO RM

Ottica Militerni
visite oculistiche
Dott. Militerni

SCONTO 25%
occhiali da vista completi
di lenti graduate

SCONTO 20%
occhiali da sole

SCONTO 25%
lenti oftalmiche

Via Matteotti, 67-69 Monterotondo
Tel/Fax 06.90.66.764 - Tel 06.90.62.73.01
Email centro.ottico.militerni@greenvision.it

CINEMA MANCINI
MONTEROTONDO

TUTTI I GIORNI
INGRESSO 4€

Non c'è via più sicura per evadere dal mondo, che l'arte; ma non c'è legame più sicuro con esso che l'arte.

Johann Wolfgang Goethe, *Massime e riflessioni*

Foto Cattedrale di Santa Maria del Fiore

Archeologia e Storia dell'Arte

Storia dell'arte contemporanea: da Van Gogh a Picasso

Docente: *Antonella Avagnano*

Scopo del corso e risultati attesi

Il corso intende fornire agli allievi gli strumenti di lettura necessari alla comprensione degli artisti contemporanei e dei movimenti culturali e politici in cui sono inseriti.

Breve descrizione

Il superamento dell'Impressionismo: Vincent Van Gogh e Paul Gauguin.

- Lettere di Vincent Van Gogh a suo fratello Theo
- L'apporto culturale dell'Ukiyoe giapponese nell'arte europea: Hokusai ed Hiroshige

Nasce l'Astrattismo: forma e colore come realtà pura.

- Kandinsky: il grande innovatore
- Lettura di passi scelti da "Lo spirituale nell'arte"

Nasce l'Espressionismo: Il Die Brucke e l'opera di Kirchner.

I Fauves: Matisse, la linea e l'arabesco.

Matisse e la Chappelle du Rosaire a Vence

Picasso, il genio del secolo:

- Dal periodo Rosa e Blu, all'invenzione del Cubismo
- Picasso e il teatro: Parade
- Picasso politico: Guernica e Massacro in Corea

La rappresentazione del movimento: nasce il Futurismo

Il Futurismo in pittura, scultura, letteratura (lettura delle poesie di Aldo Palazzeschi), musica teatro, arredamento e moda

La Secessione viennese: Gustav Klimt

Nel monte ore è prevista una visita guidata al Centro di cultura giapponese a Roma.

I costi del trasporto ed, eventualmente, dei biglietti di ingresso saranno resi noti durante lo svolgimento del corso

SEDE **Monterotondo eSpazia**

DURATA	GIORNO	ORARIO	CONTRIBUTO
50 ORE	**Lunedì**	**16,00-18,00**	**180,00 €**

Artisti da scoprire e riscoprire
L'arte di Spagna e di Fiandra

Docente: *Antonella Avagnano*

Scopo del corso e risultati attesi

Il corso è aperto a tutti coloro che desiderano conoscere più da vicino la grande tradizione dell'arte europea fiamminga, spagnola e olandese. Le lezioni saranno accompagnate da excursus storici e religiosi per meglio comprendere e inquadrare le origini e le cause di tale arte.

Breve descrizione

La pittura Fiamminga del Quattrocento: l'altro Rinascimento

- Di cosa parliamo quando parliamo di Fiandre
- Lo stile fiammingo e la pittura ad olio
- Jan Van Eyck, un protagonista dell'arte

Arte olandese:

- Frans Hals, il ritrattista fiammingo fuggito al nord
- Rembrandt, il grande maestro olandese
- Jan Vermeer, il fiammingo incompreso e specialista della luce

Il volto della Spagna e il Siglo de oro

- El Greco, il pittore che dipinge le immagini e i sentimenti della controriforma
- Diego Velazquez," Ecco, lui è veramente il pittore della realtà" (Picasso)
- Francisco de Zurbarán e Bartolomé Esteban Pérez Murillo: due artisti a confronto

Sono previste visite guidate alle mostre in programma nel corso dell'A.A.

I costi del trasporto ed, eventualmente, dei biglietti di ingresso saranno resi noti durante lo svolgimento del corso

SEDE **Monterotondo eSpazia**

DURATA	GIORNO	ORARIO	CONTRIBUTO
50 ORE	**Lunedì**	**18,00-20,00**	**180,00 €**

Arte Ebraica e arte Islamica

Docente: *Antonella Avagnano*

Scopo del corso e risultati attesi

Il corso si propone di far conoscere l'arte, la religione e la cultura di due delle grandi civiltà monoteiste del nostro occidente.

Breve descrizione

Arte ebraica

Ebrei di Roma: duemila anni in riva al Tevere. Tacito ci racconta i funerali di Cesare e l'Arco di Tito descrive la conquista della Giudea.

Le catacombe ebraiche di Vigna Randanini.

Le pitture della sinagoga di Dura Europos ci parlano di un miracolo siriano.

Ebraismo, Cabala e Rinascimento. Il dottor Paolo Togninelli terrà una lezione sulla cabala ebraica.

Donne artiste e identità ebraica, a Roma e Milano, dal '900 ai giorni nostri.

Uomini, artisti e identità ebraica.

Marc Chagall illustra la Bibbia.

Amedeo Modigliani.

Chaime Soutine.

Proiezione del film "Edipo relitto", di e con Woody Allen.

Arte Islamica

I fondamenti dell'Islam.

Gli Omayydi e gli Abbasidi.

Spagna, Magrib, Sicilia, Egitto e Siria.

Anatolia e Iran.

È prevista una visita al centro di Cultura Ebraica a Roma e al Museo della Sinagoga

Visita alla Moschea di Roma.

I costi del trasporto ed, eventualmente, dei biglietti di ingresso saranno resi noti durante lo svolgimento del corso

SEDE **Monterotondo eSpazia**

DURATA	GIORNO	ORARIO	CONTRIBUTO
50 ORE	**Martedì**	**16,00-18,00**	**180,00 €**

Percorsi di arte contemporanea

Docente: *Antonella Avagnano*

Scopo del corso e risultati attesi

Il corso intende continuare un percorso già avviato negli anni precedenti nel vasto panorama dell'arte contemporanea del "900.

Breve descrizione

- Parigi culla e mito dell'arte
- I Pittori "maledetti": Modigliani e Utrillo
- Marc Chagall: il mondo sottosopra
- Giorgio de Chirico e la metafisica
- Costantin Brancusi: la sacralità nell'arte
- Europa e America dal dopoguerra alla società dei consumi
- La scuola di New York
- Pollock e l'action painting
- Mark Rothko e l'espressionismo astratto
- L'Informale in Francia tra gesto, segno e materia
- Alberto Burri, non solo Sacchi
- Lucio Fontana, non solo Tagli
- Yves Klein: il mondo in un solo colore
- Nasce la Pop Art: Andy Warhol

Nel monte ore è prevista una visita guidata alla casa Museo di Giorgio de Chirico.

In orario aggiuntivo è prevista una visita guidata a Città di Castello e la fondazione Burri.

I costi del trasporto ed, eventualmente, dei biglietti di ingresso saranno resi noti durante lo svolgimento del corso

SEDE **Monterotondo eSpazia**

DURATA	GIORNO	ORARIO	CONTRIBUTO
50 ORE	**Martedì**	**18,00-20,00**	**180,00 €**

Il Rinascimento: apoteosi dell'arte

Docente: *Antonella Avagnano*

Scopo del corso e risultati attesi

Italia culla del Rinascimento: grazie a questo corso analizzeremo l'opera dei maggiori artisti del primo e secondo Quattrocento.

I corsisti acquisiranno, facilmente, la capacità di interpretare il messaggio dell'arte e impareranno a riconoscere la mano dei grandi maestri del passato.

Breve descrizione

La triade divina del Quattrocento
Un architetto: Brunelleschi
Un pittore : Masaccio
Uno scultore: Donatello

Beato Angelico: "Il mistico che dipinse visioni divine"

La filosofia neoplatonica: piccolo corso sulla filosofia del Rinascimento.

Sandro Botticelli, l'artista dei Medici. Analisi iconologica completa dei suoi lavori

Tra Urbino e Roma: Piero della Francesca e il Pinturicchio
Il Rinascimento nell'Italia centro- settentrionale
Luca Signorelli
Andrea Mantegna
Giovanni Bellini
Vittore Carpaccio

La tratta di Fiandra: Antonello da Messina

In orario aggiuntivo sono previste due visite:

- *Una ad Arezzo e Borgo San Sepolcro per studiare le opere di Piero della Francesca*
- *La seconda agli Uffizi di Firenze*

Entrambe le visite sono aperte a tutti gli Associati UPE.

I costi del trasporto ed, eventualmente, dei biglietti di ingresso saranno resi noti durante il corso

SEDE **Monterotondo eSpazia**

DURATA	GIORNO	ORARIO	CONTRIBUTO
50 ORE	**Mercoledì**	**16,00-18,00**	**180,00 €**

Artisti da scoprire o riscoprire: un viaggio nel Museo Italia

Docente: *Antonella Avagnano*

Scopo del corso e risultati attesi

Il corso metterà sotto i riflettori artisti eccellenti, minori solo in apparenza, che sono stati oscurati dalla fama dei cosiddetti grandi.

Un bellissimo viaggio attraverso l'arte e il paesaggio nel Museo Italia.

Breve descrizione

L'eredità di Leonardo in un Rinascimento alpestre: Gaudenzio Ferrari in Piemonte. I Sacri Monti fra arte e devozione.

Andrea del Sarto a Firenze.

L'età della Controriforma. Il Sacco di Roma.

Proiezione del film "Il mestiere delle armi" di Ermanno Olmi.

La Maniera a Firenze: Bronzino, il pittore del principe. Gli appartamenti di Cosimo I de' Medici e di Eleonora di Toledo a Palazzo Vecchio.

Benvenuto Cellini, tra Firenze, Roma e Fontainebleau.

Dalla Vita del Cellini, lettura di alcuni brani scelti: L'assedio di Castel Sant'Angelo, La fuga dalla prigione, I diavoli al Colosseo.

Dosso Dossi e l'allegoria mitologica.

Bronzino e Pontormo: due geni a confronto.

Giorgio Vasari: fra architettura e letteratura.

Gerolamo Savoldo e il luminismo lombardo.

L'età della Controriforma: Giordano Bruno e il rogo a Campo de' Fiori.

In orario aggiuntivo è prevista una visita a Palazzo Vecchio a Firenze.

Sono inoltre previste visite guidate alle mostre in corso durante l'anno accademico 2018/2019, a luoghi e città d'arte, di cui si darà notizia successivamente.

I costi del trasporto ed, eventualmente, dei biglietti di ingresso saranno resi noti durante il corso

SEDE **Monterotondo eSpazia**

DURATA	GIORNO	ORARIO	CONTRIBUTO
50 ORE	**Mercoledì**	**18,00-20,00**	**180,00 €**

Il secondo Rinascimento

Docente: *Antonella Avagnano*

Scopo del corso e risultati attesi

Il corso propone un panorama degli artisti del Cinquecento; i maggiori: coloro che hanno lasciato nelle nostre città autentici capolavori, amati e ammirati da tutti nel mondo.

Breve descrizione

Il tardo quattrocento a Venezia: Giovanni Bellini e Vittore Carpaccio.

La triade divina del Cinquecento.

Leonardo da Vinci: il grande sperimentatore.

Michelangelo il "divino": pittore, scultore, architetto e poeta.

Corso monografico sulla Cappella Sistina.

Raffaello "pittore di grazia e d'aria".

Analisi completa di tutta la loro produzione.

Bramante fra Milano e Roma.

L'Italia Settentrionale.

L'astronomia e l'alchimia nell'arte.

Giorgione, un innovatore radicale.

Tiziano: Venezia, Roma, la Spagna, trionfa il colore.

Lorenzo Lotto, genio incompreso.

Visite didattiche comprese nel monte ore:

- *Visita alla Cappella Sistina*
- *Visita alla Farnesina alla Lungara*

In orario aggiuntivo è prevista una visita guidata a Firenze: Michelangelo e le tombe dei Medici.

I costi del trasporto ed, eventualmente, dei biglietti di ingresso saranno resi noti durante il corso

SEDE **Monterotondo eSpazia**

DURATA	GIORNO	ORARIO	CONTRIBUTO
50 ORE	**Giovedì**	**16,00-18,00**	**180,00 €**

L'età della Controriforma: il Barocco

Docente: *Antonella Avagnano*

Scopo del corso e risultati attesi

Una nuova arte nasce dopo il Concilio di Trento: il Barocco, utilizzata come strumento di persuasione e di incantamento. Il corso fornirà un quadro esaustivo dell'arte barocca in Europa, in Italia e particolarmente a Roma.

Breve descrizione

Introduzione storico-religiosa al Concilio di Trento.

L'opposizione al Manierismo: i Carracci e Caravaggio.

Caravaggio, pittore dei chiari e degli scuri: analisi completa e iconologica di tutta la sua produzione.

La leggenda del pittore maledetto.

Annibale Carracci, pittore della realtà.

L'innovazione barocca: Guercino, Lanfranco, Rubens.

La nascita del Barocco.

Bernini: il factotum della città.

Borromini: rigore ed inquietudine di un artista.

L'arte di Spagna e d'Olanda.

El Greco: mistico ed eccentrico.

Velazquez, pittore del re.

Rembrandt, il pittore che medita sulle vicende umane.

Breve excursus sul Rococò.

Visite didattiche comprese nel monte ore:

- *Il Caravaggio nelle chiese di Roma*
- *Bernini e Borromini a confronto: San Carlino e Sant'Andrea al Quirinale*

Visite in orario aggiuntivo visita al Museo Nazionale di Capodimonte a Napoli. La visita è aperta a tutti gli Associati UPE

Sono previste, inoltre, visite alle mostre in corso nell'anno 2019/2020 di cui si darà notizia successivamente.

I costi del trasporto ed, eventualmente, dei biglietti di ingresso saranno resi noti durante il corso

SEDE **Monterotondo eSpazia**

DURATA	GIORNO	ORARIO	CONTRIBUTO
50 ORE	**Giovedì**	**18,00-20,00**	**180,00 €**

Lingua, Arte, Cultura e Vita quotidiana nell'Egitto dei Faraoni

Docente: *Paolo Togninelli*

Scopo del corso e risultati attesi

Il corso fornirà una panoramica generale della storia, dell'arte e della cultura millenaria dell'Egitto dei Faraoni, senza trascurare la vita quotidiana degli antichi Egiziani.

Verranno inoltre presentati i princìpi di lettura e di decifrazione dei geroglifici. In questo modo il corso renderà accessibili le espressioni più note e ricorrenti dell'antica lingua egiziana e i partecipanti potranno orientarsi nella decifrazione di un testo di un obelisco o di una tavola dedicatoria conservata in uno dei tanti musei .

Breve descrizione

Il corso si articola in due sezioni.
La prima sezione tratterà della straordinaria ascesa dell'Antico Egitto a super potenza dell'Antichità e della raffinata società che si sviluppò per 3000 anni lungo la valle del Nilo. Dalle imprese del primo faraone, che unificò il basso e l'alto regno in un unico Stato, alle vittorie di Tutmosi III contro i popoli della Palestina e della Siria, sino ai tentativi di riforma religiosa di Akhenaton, che permetteranno di seguire la straordinaria complessità dei culti e degli dei, sempre attorniati dalle lotte di potere fra le differenti caste sacerdotali. Il culto dei morti, i misteri delle sepolture della Valle dei Re, la vita quotidiana degli agricoltori e degli alti funzionari di corte, l'arte e la scienza appariranno tutti come fili che, intrecciati tra loro, disegnano il pregiatissimo arazzo di una delle civiltà umane più evolute della storia.

La seconda sezione sarà costituita da un vero e proprio laboratorio linguistico che, partendo da zero, permetterà ai partecipanti di leggere ed apprezzare i geroglifici e la lingua dell'Antico Egitto, sulla base dello studio di testi originali. Un vero e proprio viaggio nell'universo dell'Impero dei Faraoni attraverso lo specchio della sua lingua e grazie all'interpretazione simbolica della "scrittura sacra" degli scribi.

Visite didattiche comprese nel monte ore del corso

- *l'Egitto a Roma (parte prima). Visita dell'interno della Piramide di Via Ostiense*
- *L'Egitto a Roma (parte seconda). Dalla collezione egizia del Museo Barracco all'Iseo Campense. La visita verrà guidata anche dalla Dott.ssa Antonella Avagnano per quanto riguarda gli aspetti artistici dei monumenti che si visiteranno*

In orario aggiuntivo è prevista la visita al Museo Egizio di Torino

I costi saranno comunicati nel corso dell'anno

Saranno inoltre comunicati i costi per le Dispense necessarie allo svolgimento del laboratorio linguistico di geroglifico

SEDE **Monterotondo eSpazia**

DURATA	GIORNO	ORARIO	CONTRIBUTO
50 ORE	**Venerdì**	**17,00-19,00**	**180,00 €**

Roma Medievale

Docente: *Federica Incoronato*

Scopo del corso e risultati attesi

Il corso propone un approfondimento della Roma medievale, generalmente meno nota eppure ricca di monumenti e preziosissime opere d'arte.

Al termine del corso gli allievi avranno acquisito nuove conoscenze sulla produzione artistica e sulla trasformazione urbanistica dell'Urbe nell'età di mezzo.

Breve descrizione

Le lezioni in aula saranno l'occasione per approfondire la trasformazione di Roma da città pagana a città cristiana, nel periodo che va da Costantino al trasferimento dei papi ad Avignone. Della produzione artistica verranno esaminati con grande attenzione i mosaici, gli affreschi e la scultura.
Saranno trattati, in particolare, i seguenti temi:
Roma all'età di Costantino
I mosaici dal IV al VI secolo
Roma tra Oriente e Occidente
L'età carolingia
La rinascita della città nel XII e XIII sec.
La scuola romana della fine del XIII sec. e la rinascita della pittura: Pietro Cavallini, Jacopo Torriti, Filippo Rosuti
La scultura di Arnolfo di Cambio

Visite didattiche comprese nel monte ore del corso
- *Il Mausoleo di Santa Costanza e Sant'Agnese fuori le mura*
- *I mosaici di Santa Maria Maggiore e Santa Prassede*
- *La basilica sotterranea di San Clemente*
- *L'arte cosmatesca: San Lorenzo fuori le mura*
- *La rinascita della città nel XII sec.: Santa Maria in Trastevere*
- *Una preziosa testimonianza della pittura del XIII sec.: l'oratorio di San Silvestro nel Monastero dei Santi Quattro Coronati al Celio*
- *Santa Cecilia in Trastevere e la pittura di Pietro Cavallini*
- *San Paolo fuori le mura e il suo chiostro cosmatesco*

In orario aggiuntivo è prevista la visita al Palazzo dei papi al Laterano: l'antica cappella privata Sancta Sanctorum con la Scala Santa e la basilica lateranense

SEDE **Monterotondo Gesù Operaio - Centro Pastorale**

DURATA	GIORNO	ORARIO	CONTRIBUTO
50 ORE	**Martedì**	**10,30-12,30**	**180,00 €**

L'arte del Cinquecento: dal Rinascimento dei grandi maestri al Manierismo

Docente: *Federica Incoronato*

Scopo del corso e risultati attesi

Il corso propone un approfondimento della produzione artistica italiana del Cinquecento, tra il secondo Rinascimento e il Manierismo.

Al termine del corso gli allievi avranno ampliato il proprio patrimonio culturale attraverso l'acquisizione di nuove conoscenze su temi fondamentali per la storia dell'arte.

Breve descrizione

Le lezioni in aula proporranno un approfondimento sulla vita e sulle opere dei grandi geni del Rinascimento, accompagnando la descrizione delle opere con testimonianze e commenti estratti dalla vasta letteratura dell'epoca, primi fra tutti i celebri passi de Le Vite di Giorgio Vasari.

Nello specifico verranno trattati:

- Leonardo da Vinci
- Michelangelo Buonarroti
- Raffaello Sanzio
- La pittura veneta da Giorgione a Tiziano
- Il Manierismo

Visite didattiche comprese nel monte ore del corso:

- *Villa Farnesina a via della Lungara*
- *Il Mosè di Michelangelo a San Pietro in Vincoli*
- *Le facciate dipinte nella Roma del Cinquecento: Polidoro da Caravaggio*

È in programma una visita alla Galleria Borghese da svolgersi in orario aggiuntivo

I costi del trasporto ed, eventualmente, dei biglietti di ingresso saranno resi noti durante il corso

SEDE **Fonte Nuova - Locali del Comune**

DURATA	GIORNO	ORARIO	CONTRIBUTO
50 ORE	**Mercoledì**	**17,00-19,00**	**180,00 €**

S.D. SRL

RICAMBI
AUTO AGRICOLI INDUSTRIALI

OLEODINAMICA

SCONTO 20% E 30%
SUI RICAMBI AUTO

PREVENTIVI E INFO

SD.SAS@LIBERO.IT
348 8843580

TEL
06 9066501
06 9065544

TEL
06 9064827
334 2477135

STUDIO ZEPPILLI

DOTT. ROBERTO ZEPPILLI

commercialista - revisione contabile
consulente tributario

Monterotondo - via Notaro Federici, 14
r.zeppilli@tiscali.it

FARMACIA COTOGNI S.A.S.
di Bruno Saccà

AL TUO SERVIZIO CON

- Prodotti Omeopatici
- Preparazioni Galeniche
- Erboristeria
- Sanitaria
- Veterinaria
- Profumeria

SCONTO 10%
Su tutti i prodotti parafarmaceutici

Via Nomentana 32 - Monterotondo RM
Tel. 06.9004138 - 06.9003421

FL
pelletteria - valigieria

SCONTO DEL 10%
SU TUTTI GLI ARTICOLI

Via XX Settembre, 27 a/b - Monterotondo
Tel 06.9065197

www.modaborse.net

Un’artista, nel suo intimo,
è sempre un avventuriero.
Thomas Mann, *Tonio Kröger*

Le Arti

L'arte come strumento di inclusione sociale

a cura del PROGETTO TERRE – GRAFICA CAMPIOLI

Docente: *Anna Chiara Anselmi, Valentina Montano*

Scopo del corso e risultati attesi

Prima di avviare il corso ci sarà un'incursione in quelle "situazioni" in cui l'arte - e più ancora l'architettura - diventano strumento per un Welfare State di cultura e qualità, che sappia riqualificare gli spazi di vita e promuovere l'inclusione sociale.

Durante il corso gli allievi saranno coinvolti nella **progettazione e realizzazione di un evento di "Arte sociale" nell'ambito del Progetto TERRE** presso la sede della Grafica Campioli

Breve descrizione

Di seguito, alcuni degli argomenti trattati nelle lezioni d'aula

- L'architettura del cohousing e del social housing
- Lo spazio pubblico: esempi di progettazione condivisa
- Barriere architettoniche e turismo sociale
- La Street Art e la bellezza nei "non luoghi" delle periferie
- "Robin Hood Garden" alla Biennale di Architettura di Venezia
- Gibellina e l'architettura della rinascita. Il caso della Fondazione Orestiadi
- Il caso di Arte Sella e la "natura" dell'arte
- Io So(g)no: il progetto dell'UNHCR come esempio di fotografia sociale ed inclusione
- Il Teatro Andromeda in Sicilia: il caso dell'architettore-pastore
- Renato Nicolini e la prima Estate Romana

Visite didattiche incluse nel monte ore del corso:

I Murales di Tor Marancia: il Progetto Big City Life e l'attività di "999 Contemporary"

La Street Art a Monterotondo Scalo: i Murales di Cikala, Millo e Tellas in via Aldo Moro e alla Torre civica.

SEDE	**eSpazia, Grafica Campioli, visite esterne**		**NUMERO CHIUSO**
DURATA	GIORNO	ORARIO	CONTRIBUTO
25 ORE	**Lunedì**	**18,00-20,00**	**150,00 €**

Musica da ascoltare, vedere, capire

Docente: *Arrigo Telò*

Scopo del corso e risultati attesi

Il corso è rivolto a tutti coloro che amano la musica classica e desiderano approfondirne la conoscenza.

Le lezioni presenteranno alcuni capolavori dell'opera lirica, della musica strumentale e del balletto con spiegazioni agevolmente comprensibili anche da chi non ha una specifica preparazione musicale. I brani saranno proposti in formato video e verranno commentati con ampiezza di riferimenti al panorama musicale, storico e culturale nel quale sono state scritte le composizioni.

Per ogni incontro sarà distribuita agli iscritti una scheda esplicativa che servirà come guida all'ascolto. Nel corso dell'anno, inoltre, verrà verificata la possibilità di assistere a spettacoli operistici o concerti con la presenza del docente, preparando gli appuntamenti con adeguate lezioni introduttive.

Breve descrizione

Ludwig van Beethoven a 250 anni dalla nascita (1770- 2020)

L'amore "proibito" in Wagner e Verdi (Tristano e Isotta, Un ballo in maschera)

Musica da camera per pianoforte e archi (Mozart, Schumann, Brahms)

Atmosfere esotiche nell'opera e nel balletto (L'Africaine, Lakmé, La Bayadère)

La musica di Antonio Vivaldi

La partecipazione ai concerti sinfonici presso l'Accademia di S. Ceciia (che si svolgeranno presso il Parco della Musica) è aperta a tutti i soci

SEDE **Monterotondo eSpazia**

DURATA	GIORNO	ORARIO	CONTRIBUTO
50 ORE	**Martedì**	**18,00-20,00**	**180,00 €**

CONTROCANTO
Laboratorio di canto corale

Docente: *Egizia Costantini*

Scopo del corso e risultati attesi

Il Laboratorio di canto corale è volto allo sviluppo dell'orecchio musicale e della capacità di comprendere, cogliere e riprodurre le diverse voci del Coro, con lo scopo di far crescere il senso del Ritmo e la Tecnica Vocale, fondamentali per la consapevolezza del proprio strumento vocale e delle sue potenzialità tecniche ed espressive.

A partire da queste basi, ci si dedica alla costruzione di un Repertorio Corale Polifonico in cui la passione per diversi generi musicali si mescola con la voglia di affinare le proprie capacità canore, mettendo a disposizione la propria voce per realizzare un percorso volto a realizzare momenti di produzione musicale (concerti e saggi).

Il repertorio viene proposto tenendo conto delle potenzialità e delle risorse disponibili nell'ambito del gruppo.

Partecipare al LABORATORIO DI CANTO CORALE, è un'opportunità per conoscere se stessi e la propria voce, e per scoprire la forza e l'emozione che solo un insieme di voci riesce a suscitare.

Breve descrizione

Il Coro dell'Università Popolare Eretina è stato ufficialmente fondato nell'anno Accademico 2005-2006, sempre sotto la guida Artistica di Egizia Costantini.

Nel corso degli anni, l'attività corale ha registrato continui miglioramenti fino a porsi come valida esperienza formativa nel campo della Musica Vocale attraverso la quale gli allievi possono arricchire il proprio bagaglio culturale e musicale.

Nel Coro tutti i partecipanti contribuiscono alla realizzazione di un progetto, di un suono, attraverso un apprendimento cooperativo che contribuisce a sviluppare una coscienza collettiva imparando ad ascoltarsi e ad ascoltare. L'attività Corale ha dunque una funzione socializzante, aggregante, liberatoria e stimola la capacità di attenzione, di ascolto e di adattamento.

Cantare in un Coro è un'esperienza non solo musicale, ma anche emozionale, insegna a stare bene insieme, instaurando un clima sereno e valorizzando i legami di interazione per apprendere con serenità e motivazione.

SEDE **Gesù Operaio**

DURATA	GIORNO	ORARIO	CONTRIBUTO
50 ORE	**Mercoledì**	**19,30 - 21,30**	**80,00 €**

Disegno & Pittura
Osservando lo stile dei grandi Maestri

Docente: *Patrizia Esposito*

Scopo del corso e risultati attesi

Il corso è rivolto a chi è appassionato di disegno e di pittura e vuole sperimentare tecniche miste, diverse tra loro.

Durante il corso si realizzeranno lavori, attraverso l'osservazione delle opere di artisti di vari periodi storici. Con l'utilizzo di diverse tecniche pittoriche e il supporto di schede operative o materiale fotografico, si lavorerà su opere a tema, utilizzando pastelli, acquerelli, sanguigna, tempera, penna ed altro.

Al termine del corso gli allievi avranno acquisito le nozioni utili per abbozzare, sviluppare, realizzare e rifinire un disegno, utilizzando varie tecniche artistiche sulla scia "dei grandi maestri del passato".

Breve descrizione

Durante il corso si affronterà sia l'aspetto teorico che l'aspetto pratico, in modo da far convivere la conoscenza storica dell'arte col mondo del fare arte attraverso il disegno e la pittura.
Si prenderanno in esame artisti come Caravaggio, Vermeer, Monet, Klimt, Mucha, Hopper, ma anche scultori come Michelangelo, Bernini, Gemito, Lalique per analizzare e comprendere il loro metodo di esecuzione e in che modo osservavano e rappresentavano ciò che era intorno a loro.
Programma:

- Introduzione al tema del corso.
- Teoria e pratica della rappresentazione in chiaro scuro di opere di artisti in chiave personale.
- Storia della vita degli artisti e delle loro opere, in relazione al tema trattato.
- Rappresentazione di opere attraverso il colore, osservando i grandi maestri del passato.
- Realizzazione di disegni con supporto di schede operative.
- Teoria e pratica di diverse tecniche artistiche.

Se di pertinenza, saranno organizzate visite a mostre d'arte nella capitale, da considerare come ore di lezione a supporto delle tematiche prese in esame.
I costi degli ingressi alle mostre e il trasporto sono a carico dei corsisti, come il costo dei materiali per la realizzazione delle opere che non è compreso nel contributo al corso.

SEDE **Monterotondo eSpazia** **NUMERO CHIUSO**

DURATA	GIORNO	ORARIO	CONTRIBUTO
30 ORE	**Lunedì**	**18,00 - 20,00**	**220,00 €**

Fotografia generale: la comunicazione in uno scatto

Docente: *Jacopo Marchini*

Scopo del corso e risultati attesi

Scopo del corso e risultati attesi

L'affermazione del digitale e l'avanzamento inesorabile della tecnologia hanno avvicinato un numero sempre maggiore di persone al concetto di "fotografia".

Innanzi tutto vorrei soffermarmi su un breve cenno storico ma estremamente emblematico. La parola fotografia deriva dalle due parole greche: luce (φῶς | phôs) e grafia (γραφή | graphè). Fotografia significa quindi scrittura/disegno di luce. La fotografia nasce dai risultati ottenuti sia nel campo dell'ottica, con lo sviluppo della camera oscura, sia in quello della chimica, con lo studio delle sostanze fotosensibili.

Perché questo cenno etimologico? Io credo che sia di fondamentale importanza capire due cose prima di imprimere "un'immagine" in una pellicola o su un sensore:

perché stiamo fotografando

come (in che luce) stiamo fotografando

Questo corso nasce proprio con la volontà di riportare le persone alla consapevolezza che la fotografia è prima di tutto comunicazione e, come ad uno scrittore serve saper scrivere, a noi serve saper usare la luce; come ad uno scrittore serve la penna, a noi serve sapere come funziona in modo tecnico l'attrezzatura fotografica.

Questi due termini (comunicazione/tecnica) sono imprescindibili l'uno dall'altro e proprio da qui nasce l'innovazione di questo corso.

Breve descrizione

Il corso sarà così suddiviso: 32 ore, 16 lezioni, 4 mesi con appuntamento a cadenza settimanale:

Che cos'è la fotografia. Comunicazione attraverso le immagini.

- La luce
- Tecnica fotografica e ottiche

SEDE	**Sede UPE**		**NUMERO CHIUSO**
DURATA	GIORNO	ORARIO	CONTRIBUTO
32 ORE	**Lunedì**	**19,00 - 21,00**	**180,00 €**

- Inquadrature fotografiche
- Tipi di fotografia
- Psicologia dei colori e composizione dell'immagine
- Introduzione di post produzione
- Analisi fotografica, autocritica e storytelling
- Fotografia in luce ambientale
- Fotografia in luce artificiale
- Fotografia dedicata allo scatto in bianco e nero
- Fotografia ritrattistica
- Fotografia paesaggistica 14.Sessione dedicata alla post produzione

Requisiti del corso

Macchina fotografica propria (delle cui caratteristiche parleremo nella prima lezione del corso per indirizzare al miglior acquisto).

Computer proprio con i sw Adobe Lightroom e Adobe Photoshop installati.

Le ore indicate sono comprensive delle uscite sul territorio i cui eventuali costi restano a carico dei corsisti. Le sessioni di scatto saranno collocate in orario di lezione o nel week end, la domenica.

Nel corso dell'anno si possono inserire workshop e masterclass aggiuntive, con costi da concordare e a carico dei corsisti

Videomaking: tecniche di ripresa e significati

Docente: *Jacopo Marchini*

Scopo del corso e risultati attesi

Quando la fotografia non ci basta più il passaggio al video è uno step essenziale per raccontare le nostre storie. Perché è esattamente di questo che stiamo parlando: noi vogliamo raccontare storie e le vogliamo raccontare al meglio.

Raccontare una storia a parole può essere anche semplice, ci siamo abituati sin da bambini; ma raccontare tramite lo scorrere di immagini in sequenza non è altrettanto semplice. Noi non vediamo come una macchina da presa e non pensiamo come un computer. Questo corso è tutto ciò che serve per avere padronanza della tecnica e stabilire il giusto utilizzo del mezzo per comunicare efficacemente la nostra idea.

Affronteremo quindi le principali tecniche di ripresa e i loro significati, le tipologie di luce e il loro utilizzo; impareremo come trasformare semplici riprese in sequenze più cinematografiche; I tipi di file e tanto altro ancora.

Infine, il corso si basa su una forte componente tecnica e pratica e cureremo principalmente l'aspetto pratico, fotografico e visivo del videomaking.

Breve descrizione

- Che cos'è la cinematografia. Comunicazione attraverso i frame
- Diaframmi e iso. I tempi nel videomaking
- L'esposizione
- Gli fps (fotogrammi al secondo)
- Il linguaggio cinematografico
- La luce
- Ottiche fotografiche e ottiche cinema. Il fuoco nel video.
- Inquadrature cinematografiche. Campi & piani. I formati cinematografici
- La stabilizzazione video
- I filtri cinematografici
- Generi cinematografici

SEDE	**Sede UPE**		**NUMERO CHIUSO**
DURATA	GIORNO	ORARIO	CONTRIBUTO
32 ORE	**Mercoledì**	**19,00-21,30**	**180,00 €**

- Psicologia dei colori e composizione dell'immagine
- Tecniche di ripresa
- I tipi di file e i codec
- Sessioni di girato

Requisiti del corso

Macchina fotografica propria o videocamera (delle cui caratteristiche parleremo nella prima lezione del corso per indirizzare al miglior acquisto).

Computer proprio con i software Adobe Premiere e Da Vinci Resolve installati.

Le ore indicate sono comprensive delle uscite sul territorio i cui eventuali costi restano a carico dei corsisti. Le sessioni di scatto saranno collocate in orario di lezione o nel week end, la domenica.

Disegno & Pittura
Le tecniche dell'arte

Docente: *Patrizia Esposito, Antonella Avagnano*

Scopo del corso e risultati attesi

Al termine del corso gli allievi avranno acquisito le nozioni base per riconoscere i sistemi fondamentali usati nelle tecniche dell'arte.

Breve descrizione

Il corso è organizzato in lezioni laboratorio. In ogni lezione, partendo da un'opera d'arte, si approfondiranno le tecniche di esecuzione:

- Affresco
- Scultura
- Mosaico
- Tecnica ad olio

È prevista una visita alla Galleria Nazionale d'Arte Moderna di Roma.

I costi del trasporto e dell'ingresso sono a carico dei corsisti

SEDE **Sede UPE**

DURATA	GIORNO	ORARIO	CONTRIBUTO
11 ORE	**Un Sabato/mese**	**10,00-12,00**	**140,00 €**

Ciak si gira

Docente: *Massimo Mento*

Scopo del corso e risultati attesi

Oggi tutti abbiamo una telecamera ed un computer per girare e montare un video, ma per "raccontare la nostra storia" attraverso il mezzo cinematografico è fondamentale la conoscenza del linguaggio.

Vi proponiamo quindi un corso pratico, durante il quale tutti si cimenteranno in ogni fase della realizzazione: scopriremo come le nostre idee possono prendere forma e diventare immagini, impareremo a conoscere le potenzialità di questo linguaggio, approfondiremo il ruolo e la funzione delle figure professionali.

Il cortometraggio verrà presentato all'interno della rassegna dell'audiovisivo storico di Mentana "Storia in Corto".

Breve descrizione

Il corso guiderà i partecipanti alla realizzazione di un cortometraggio: dall'idea allo sviluppo utilizzando le opportunità offerte dalla tecnologia.

Affronteremo le tre fasi fondamentali per la realizzazione di un cortometraggio:

- la pre-produzione: la scrittura
- la produzione: le riprese
- la post-produzione: il montaggio

Partiremo quindi dalla storia, organizzeremo le nostre riprese, andremo poi a girare ed infine monteremo il tutto confezionando il nostro cortometraggio.

SEDE **Biblioteca Comunale Mentana** **NUMERO CHIUSO**

DURATA	GIORNO	ORARIO	CONTRIBUTO
40 ORE	**Mercoledì**	**18,00-20,00**	**220,00 €**

Tutti in scena!

Docente: *Massimo Mento*

Scopo del corso e risultati attesi

Chi fa recitazione deve, prima di tutto, conoscere i suoi strumenti di lavoro, il corpo e la voce, ed in particolare la relazione tra i due. Il corso pertanto aiuterà i partecipanti a riconoscere le proprie abitudini corporee e vocali per imparare a modificarle.

Attraverso il gioco del teatro, tanto serio che per alcuni diventa un lavoro, l'allievo imparerà a conoscere e comprendere il lavoro e le tecniche dell'attore: come si muoverà il nostro personaggio? Che voce avrà? Che pensieri lo attraverseranno? Quale sarà il suo obiettivo? Tutto questo ci porterà a conoscerlo, ad amarlo, e ad amare "l'opera che lo circonda".

Breve descrizione

Il corso è articolato in due fasi e un saggio finale

Prima fase:

- Momento scenico
- Utilizzo della voce e dizione
- Improvvisazione
- Immaginazione
- Lo spazio scenico
- Studio degli animali

Seconda fase:

- Studio del personaggio
- Analisi del testo

Una volta acquisita la tecnica fondamentale dell'attore misureremo quest'ultima nella scena con la preparazione di un saggio finale.

SEDE **Monterotondo eSpazia** **NUMERO CHIUSO**

DURATA	GIORNO	ORARIO	CONTRIBUTO
40 ORE	**Martedì**	**18,00 - 20,00**	**220,00 €**

IEZZI
L'INNOVAZIONE È DI CASA

- EDILIZIA
- SISTEMI COSTRUTTIVI A SECCO
- ISOLANTI ACUSTICI
- IMPERMEABILIZZANTI
- PITTURA E VERNICI
- FERRAMENTA
- ISOLANTI TERMICI
- CONTROSOFFITTI
- TERMOIDRAULICA

Via T. Edison, 28/30 - Monterotondo Scalo
www.gruppoiezzi.it info@gruppoiezzi.it

NUOVA APERTURA
GARDEN POINT
IL TUO SPAZIO ALL'ARIA APERTA
UN PROGETTO IEZZI
GIARDINAGGIO
BARBECUE E ACCESSORI
ARREDO ESTERNO
PISCINE FUORI TERRA
Zona Industriale Monterotondo - Via T. Edison 26
Tel. 06 906 9942 www.gardenpointroma.it

infotrading srl
business solutions

Vendita/Noleggio e Assistenza Tecnica
Personal Computer e prodotti informatici

Vendita/Noleggio e assistenza tecnica
Fotocopiatrici b/n e colore

Progettazione e Realizzazione
Reti LAN – Wireless

Sviluppo Siti Web e Portali Informatici

Realizzazione Presentazioni Multimediali

Via Vladimiro Riva, 65 – 00015 Monterotondo (Roma)
Tel. 06.9062.56.41 – Fax 06.9062.58.38
Indirizzo Web: www.infotradingsrl.it
E-mail: info@infotradingsrl.it

Il mondo è un libro, e quelli che non viaggiano ne leggono solo una pagina.

Agostino D'Ippona

Lingue Europee

Lingua Inglese
Corso livello A1 del QCER

Docente: *Luisa Marchini*

Scopo del corso e risultati attesi

Il corso si propone di fornire ai partecipanti le strutture fondamentali ed il lessico di base.

A conclusione del corso, i frequentanti avranno acquisito, nelle forme essenziali, le quattro abilità del comprendere, parlare, leggere e scrivere in una lingua straniera.

Breve descrizione

I corsisti svilupperanno le competenze indispensabili per relazionarsi in una molteplicità di contesti quotidiani: come presentare e descrivere se stessi o altri; domandare e rispondere su dati personali; chiedere e dare informazioni; fare, accettare, rifiutare proposte o offerte.

SEDE **Gesù Operaio**

DURATA	GIORNO/ORARIO	CONTRIBUTO
60 ORE	**Lun. 10 - 11,30 - Mer. 10 - 11,30**	**220,00 €**

Lingua Inglese
Corso livello A2 del QCER

Docente: *Luisa Marchini*

Scopo del corso e risultati attesi

Il corso si propone di approfondire ed estendere le strutture linguistiche di base in modo da consentire capacità espressive più complesse e articolate.

Breve descrizione

Verranno presentate le principali aree morfosintattiche e i costruttori verbali; l'organizzazione della didattica sarà modulare con particolare attenzione alla memorizzazione e alla contestualizzazione del lessico.

Ai partecipanti verrà offerta la preparazione necessaria per comunicare in attività di routine, che richiedono uno scambio di informazioni semplice e diretto e descrivere alcuni aspetti del proprio vissuto e del proprio ambiente.

SEDE **Gesù Operaio**

DURATA	GIORNO/ORARIO	CONTRIBUTO
60 ORE	**Mar. 11,30 - 13 - Gio. 10 - 11,30**	**220,00 €**

Lingua Inglese
Corso Livello A2 PLUS (Pre-intermedio)

Docente: *Luisa Marchini*

Scopo del corso e risultati attesi

Il corso si propone di sviluppare le abilità linguistiche già acquisite approfondendo e automatizzando i costrutti grammaticali e sintattici per raggiungere capacità espressive più complesse.

Breve descrizione

I partecipanti saranno messi in grado di descrivere esperienze ed eventi, speranze e ambizioni esponendo in forma sintetica le proprie ragioni e illustrando opinioni e progetti.

L'uso del materiale audiovisivo faciliterà l'apprendimento ed offrirà ad ogni corsista la preparazione necessaria per comunicare con sufficiente fluidità e correttezza.

SEDE **Gesù Operaio**

DURATA	GIORNO/ORARIO	CONTRIBUTO
60 ORE	**Mar. 10-11,30 - Gio. 11,30 - 13**	**220,00 €**

Lingua Inglese
Corso livello A1 del QCER

Docente: *Simona Agostinelli*

Scopo del corso e risultati attesi

Il corso per principianti è rivolto a chi si avvicina per la prima volta alla lingua inglese, fornendo ai partecipanti la possibilità di assimilare gli elementi essenziali della comunicazione in lingua inglese nel loro contesto quotidiano.

Al termine del corso lo studente sarà in grado di comprendere e organizzare frasi semplici ed espressioni quotidiane utili al soddisfacimento di bisogni concreti e immediati: presentarsi, descrivere se stessi, fare domande e rispondere su argomenti personali, districarsi in maniera elementare in ambienti diversi riuscendo ad ottenere e fornire informazioni, intavolare conversazioni di tipo basilare utilizzando un vocabolario semplice ma al tempo stesso efficace.

Breve descrizione

Le lezioni saranno orientate ad un approccio di tipo funzionale per consentire al corsista di sperimentare, durante l'arco della lezione, l'uso della lingua inglese come reale strumento di comunicazione. A tale scopo si proporranno attività di lettura, comprensione, scrittura, riproduzione orale.

Le attività verranno svolte con materiale didattico integrativo fornito dal docente durante le lezioni che saranno svolte in modo diversificato: lezioni frontali con esercitazioni, attività pratiche, nozioni di grammatica e lessico individuate in base agli argomenti trattati, interazione guidata insegnante-studente e studente-studente.

SEDE **Monterotondo eSpazia**

DURATA	GIORNO	ORARIO	CONTRIBUTO
50 ORE	**Lunedì**	**18,00-20,00**	**200,00 €**

Lingua Inglese (pre-intermedio) Corso livello A2 del QCER

Docente: *Simona Agostinelli*

Scopo del corso e risultati attesi

Il corso permette ai partecipanti di gestire le principali strutture della lingua utilizzando strategie comunicative appropriate in diverse situazioni sociali.

A conclusione delle attività i corsisti saranno in grado di produrre testi scritti di vario tipo descrivendo e raccontando eventi e situazioni; inoltre acquisiranno un certo grado di indipendenza nelle conversazioni, facendo affidamento su schemi fissi del linguaggio ed espressioni brevi.

Breve descrizione

Le lezioni saranno svolte con una didattica interattiva basata su esercitazioni scritte, role play, materiale di ascolto. Nel corso delle attività sarà utilizzato materiale didattico integrativo fornito dal docente.

SEDE **Monterotondo eSpazia**

DURATA	GIORNO	ORARIO	CONTRIBUTO
50 ORE	**Giovedì**	**18,00-20,00**	**200,00 €**

Lingua Inglese (intermedio) Corso livello B1 del QCER

Docente: *Simona Agostinelli*

Scopo del corso e risultati attesi

Il corso mira a fornire una conoscenza intermedia della lingua inglese a coloro che ne posseggono già le basi, lo studente sarà messo in grado di affrontare con disinvoltura argomenti noti e di produrre contenuti grammaticalmente e fonologicamente corretti, senza trascurare l'aspetto culturale e pratico della lingua.

Al termine del corso lo studente sarà in grado di interagire in autonomia senza eccessiva fatica e tensione.

Breve descrizione

Gli studenti avranno la possibilità di raggiungere una valida efficacia comunicativa attraverso l'assimilazione di strutture linguistiche e metalinguistiche più articolate e complesse; si utilizzeranno strategie didattiche interattive che consentiranno di ampliare in maniera significativa il lessico e il vocabolario personale del corsista.

A tale scopo si proporranno attività di ascolto, di lettura, comprensione, scrittura, riproduzione orale, visione di film e role play. Ampio spazio sarà dato alle esercitazioni di coppia o di gruppo, attraverso processi di interazione guidata, che simuleranno situazioni di vita reale in diversi ambiti.

Verranno inoltre affrontate ed analizzate tematiche di attualità, interesse sociale e culturale. Le attività verranno svolte con materiale didattico integrativo fornito dal docente durante le lezioni.

SEDE **Monterotondo eSpazia**

DURATA	GIORNO	ORARIO	CONTRIBUTO
50 ORE	**Martedì**	**18,00-20,00**	**200,00 €**

Lingua Inglese - Corso livello B2+ del QCER e Conversation

Docente: *Francesca Pulcini*

Scopo del corso e risultati attesi

Il corso intende fornire conoscenze linguistiche coerenti con il livello B2 del QCER e supportare lo sviluppo di competenze che consentono ai partecipanti di conversare, con scioltezza e spontaneità, con parlanti di madrelingua inglese.

I partecipanti saranno messi nelle condizioni di raggiungere il livello B1+ del QCER.

Breve descrizione

Il corso sarà basato sulla conversazione (speaking) ma ci si soffermerà anche sugli altri tre aspetti fondamentali della lingua: reading comprehension, listening, writing.

Durante le conversazioni si affronteranno temi che riguardano svariati aspetti della vita quotidiana.

SEDE **Monterotondo eSpazia**

DURATA	GIORNO	ORARIO	CONTRIBUTO
50 ORE	**Martedì**	**18,00-20,00**	**200,00 €**

Lingua inglese - corso livello A1 del QCER

Docente: *Rita Riccardi*

Scopo del corso e risultati attesi

English is cool!

Il corso intende avvicinare i principianti all'inglese di base con attenzione a diversi aspetti integrati fra loro: la morfo-sintassi, le funzioni linguistiche, il lessico, la lingua situazionale.

L'insegnante avrà cura di creare un contesto stimolante e dinamico, ma disteso nello stesso tempo, per sviluppare una forte motivazione allo studio e l'uso della lingua in ogni aspetto possibile: di vita, di lavoro e di svago.

Al termine del corso i partecipanti saranno in grado di comprendere e organizzare frasi semplici ed espressioni quotidiane utili al soddisfacimento di bisogni concreti e immediati: presentarsi, descrivere se stessi, fare domande e rispondere su argomenti personali, districarsi in maniera elementare in ambienti diversi riuscendo ad ottenere e fornire informazioni, intavolare conversazioni di tipo basilare utilizzando un vocabolario semplice ma al tempo stesso efficace.

Breve descrizione

Il corso è organizzato in base a quanto previsto dal livello A1 del QCER.

Le lezioni saranno orientate ad un approccio di tipo funzionale per consentire ai corsisti di sperimentare, durante l'arco della lezione, l'uso della lingua inglese come reale strumento di comunicazione.

Le attività verranno svolte con materiale didattico fornito anche dalla docente durante le lezioni che saranno svolte in modo diversificato: ascolto, lettura, lezioni frontali con esercitazioni, attività pratiche, presentazione delle nozioni di grammatica ed elementi lessicali individuati in base agli argomenti trattati, interazione guidata insegnante-studente e studente-studente.

SEDE **Fonte Nuova** **NUMERO CHIUSO**

DURATA	GIORNO	ORARIO	CONTRIBUTO
50 ORE	**Martedì**	**18,00-20,00**	**200,00 €**

Lingua Inglese
Corso livello A2+/B1 del QCER

Docente: *Silvana Covais*

Scopo del corso e risultati attesi

l corso è basato, principalmente, sulla capacità di ascoltare e comprendere (tramite numerosi esercizi di listening comprehension di brani e dialoghi in lingua originale, scelti in relazione al livello del corso) e produrre oralmente relativamente a situazioni di vita reale (tramite dialoghi, role play, descrizioni e narrazioni di eventi presenti, passati e futuri), esprimendo anche speranze, sogni e ambizioni, spiegandone brevemente il motivo.

Grande importanza verrà data alle funzioni linguistiche (scelte di volta in volta), in quanto consentono l'uso attivo e pratico della lingua.

Breve descrizione

Grammatica

- Revisione di tutti gli argomenti inclusi nel livello A1/A2 e, in particolare:
- Present simple/present continuous (uso, formazione, differenza)
- Past simple (verbi regolari e irregolari)
- Past continuous
- Future (will future, present continuous as future, be going to)
- Comparativi e superlativi
- Present perfect
- Duration form (present perfect .since/for)
- Modal verbs
- Infinitive of purpose
- must/have to
- if clauses
- too, enough
- passive form
- reported speech
- I wish, I hope, If only
- So/neither

SEDE **Fonte Nuova**

DURATA	GIORNO	ORARIO	CONTRIBUTO
50 ORE	**Martedì**	**18,00-20,00**	**200,00 €**

Lingua Spagnola. Corso livello A1 del QCER

Docente: *Genoveva Recio Matías*

Scopo del corso e risultati attesi

Il corso di lingua spagnola per principianti si inserisce nel profilo A1 del Quadro Comune Europeo di Riferimento per la conoscenza delle lingue straniere.

Le attività proposte favoriranno l'apprendimento della lingua spagnola in situazioni reali di comunicazione, fornendo agli allievi gli strumenti per interagire parlando di fatti quotidiani, persone, luoghi, oggetti, della propria identità, della famiglia o della professione, applicando anche formule di cortesia di negazione e affermazione.

Breve descrizione

Partendo dalla fonetica e dalla concordanza tra articoli, aggettivi, sostantivi, verbi, ecc. gli allievi impareranno a formulare frasi ed acquisiranno la capacità di comprendere messaggi brevi, cartoline e materiale informativo semplice, di riconoscere parole o frasi in note o cartelli.

Verranno sviluppate le quattro abilità caratteristiche di una lingua, è cioè comprensione, lettura, produzione scritta e orale, anche attraverso un libro di testo corredato da materiale audiovisivo che sarà indicato all'inizio del corso.

In particolare, i partecipanti al corso impareranno a:

- presentarsi;
- parlare della propria famiglia, professione e abitudini quotidiane;
- applicare semplici formule di cortesia;
- estrapolare le idee portanti di letture semplici su curiosità, tradizioni e cultura ispanica.

SEDE **Monterotondo eSpazia**

DURATA	GIORNO	ORARIO	CONTRIBUTO
50 ORE	**Martedì**	**18,00-20,00**	**200,00 €**

Lingua Spagnola. Corso livelli A2/B1 del QCER

Docente: *Genoveva Recio Matías*

Scopo del corso e risultati attesi

Il corso di spagnolo di secondo livello si inserisce nel profilo A2/B1 del Quadro Comune Europeo di Riferimento per la conoscenza delle lingue straniere e sarà impartito da una docente madrelingua, prevalentemente in castigliano.

Breve descrizione

Il corso è centrato su un percorso che consente di passare dalla comunicazione in aula all'acquisizione dell'autonomia linguistica necessaria per pianificare e realizzare un viaggio in un paese in cui lo spagnolo è la lingua ufficiale.

Si imparerà a pianificare e poi raccontare un viaggio, a scegliere un menù al ristorante, a fare proposte, a chiedere informazioni telefonicamente su una abitazione in vendita, a chiedere permesso, a parlare del passato recente e raccontare le proprie esperienze, esprimere gusti e opinioni in brevi dibattiti, riassumere un articolo giornalistico, dare consigli, scrivere una biografia, parlare di azioni anteriori a un fatto passato, esprimere sorpresa, redigere una lettera formale, raccontare un film …

Il libro di testo utilizzato, corredato da materiale audio visuale, è propedeutico alla preparazione degli esami DELE.

Chi lo desidera può rendere il percorso più ricco frequentando, come corso complementare, il modulo di lettura di La cajita de hueso.

SEDE **Monterotondo eSpazia**

DURATA	GIORNO/ORARIO	CONTRIBUTO
60 ORE	**Lun. 19,00-20,00 - Gio. 18,00-20,00**	**220,00 €**

Lingua Spagnola. Corso livello C1 del QCER

Docente: *Genoveva Recio Matías*

Scopo del corso e risultati attesi

Il corso propone esercitazioni nella produzione scritta e orale per consolidare la costruzione e l'uso di alcune delle proposizioni subordinate con l'uso del congiuntivo; in questo modo sarà possibile ripassare ciò che è stato acquisito negli anni precedenti su questo argomento per metterlo in pratica con fluidità, anche con l'uso di nuovi connettori.

Breve descrizione

All'inizio del corso l'attenzione verrà focalizzata sulle proposizioni con verbi che esprimono influenza, sentimento e con i cosiddetti verbi di testa.

Successivamente si affronteranno le proposizioni relative, modali, temporali e causali con tutti i loro connettori ed eccezioni.

Per imparare a riconoscere e comprendere le diverse strutture grammaticali in un contesto reale si lavorerà con una serie di racconti e dialoghi di autori vari, diversi da quelli degli anni precedenti, ma della stessa collezione. Essi serviranno anche come punto di partenza per la conversazione.

SEDE **Monterotondo eSpazia**

DURATA	GIORNO	ORARIO	CONTRIBUTO
50 ORE	**Lunedì**	**17,00-19,00**	**200,00 €**

Lettura di Caperucita en Manhattan. Da B1 in avanti.

Docente: *Genoveva Recio Matías*

Scopo del corso e risultati attesi

Il corso è volto principalmente ad arricchire il lessico, migliorare la pronuncia, la comprensione orale e la capacità di interazione nella conversazione; il tutto con la guida di un docente madrelingua.

Breve descrizione

Le attività sono focalizzate ad acquisire la piena padronanza della pronuncia castigliana attraverso la lettura di un'autrice pluripremiata nata a Salamanca, Carmen Martín Gaite.

La sua prosa, ricca e chiara allo stesso tempo, consentirà di aumentare il numero di parole a disposizione dello studente. Il dialogo percorre tutta l'opera, facilitando l'intervento in classe di più voci. Ogni lettura servirà poi come spunto per una conversazione che da Manhattan potrà portarci ovunque.

SEDE **Monterotondo eSpazia**

DURATA	GIORNO	ORARIO	CONTRIBUTO
25 ORE	**Martedì**	**17,00-18,00**	**130,00 €**

Lettura guidata di “La cajita de hueso”. Livello A2/B1

Docente: *Genoveva Recio Matías*

Scopo del corso e risultati attesi

Il corso è finalizzato ad ampliare il lessico, oltre che a migliorare la pronuncia, la comprensione e la produzione orale.

Breve descrizione

I quindici incontri mirano ad abituare i corsisti alla lettura a voce alta e all’interazione.

Grande protagonista sarà la pronuncia: la lettura di alcuni brani da parte del docente madrelingua e le attività didattiche che seguiranno serviranno a sviluppare la comprensione all’ascolto.

Il testo di Clotilde de Toledo è adatto per un livello A2, ma il tempo verbale dominante è il presente, il che lo rende fruibile dal punto di vista della comprensione anche a chi abbia seguito con successo un livello A1. E’ tuttavia un corso trasversale, poiché anche i principianti ne possono usufruire per imparare a leggere con la fonetica giusta e per abituare l’orecchio ai suoni spagnoli.

Il modulo può essere considerato complementare al corso di spagnolo A2-B1 o frequentato indipendentemente da esso.

SEDE **Monterotondo eSpazia**

DURATA	GIORNO	ORARIO	CONTRIBUTO
15 ORE	**Giovedì**	**17,00-18,00**	**150,00 €**

Lingua e comunicazione francese. Corso livello base (A1 del QCER)

Docente: *Bérengère Rinaldi*

Scopo del corso e risultati attesi

Il corso si propone di sviluppare competenze linguistiche per:

- Comprendere e usare espressioni di uso quotidiano e frasi basilari tese a soddisfare bisogni di tipo concreto;
- Interagire in modo semplice con gli altri:
- Comprendere frasi ed espressioni usate frequentemente relative ad ambiti di immediata rilevanza (es. informazioni personali e familiari di base, fare la spesa, la geografia locale, l'occupazione);
- Comunicare in attività semplici e di abitudine che richiedono un semplice scambio di informazioni su argomenti familiari e comuni;
- Descrivere in termini semplici aspetti della vita e dell'ambiente circostante;
- Esprimere bisogni immediati.

Breve descrizione

Il corso propone ai principianti un contatto diretto con situazioni reali di comunicazione con livello progressivo.

Saranno affrontati temi della vita quotidiana e moderna attraverso

- il dialogo: per una buona comprensione
- la grammatica: spiegazione e esercizi
- il vocabolario: per arricchire la lingua
- i giochi di ruolo: per mettere direttamente in applicazione il contenuto della lezione

L'apprendimento sarà completato con documenti audio e l'uso di internet.

All'inizio del corso l'insegnante indicherà il libro da utilizzare.

SEDE **Monterotondo eSpazia**

DURATA	GIORNO	ORARIO	CONTRIBUTO
40 ORE	**Martedì**	**18,00-20,00**	**180,00 €**

Lingua e comunicazione francese. Corso livello A2 del QCER

Docente: *Florence Jonqué-Preire*

Scopo del corso e risultati attesi

Il corso si propone di:

portare l'allievo ad una conoscenza elementare e organica della lingua francese;

esprimere in forma orale e scritta semplici concetti di argomento familiare, nonché di comprendere semplici conversazioni e brevi testi scritti;

avvicinarsi all'ambito culturale, sociale e geografico dei Paesi in cui la lingua francese viene parlata, attraverso la lettura di semplici testi relativi alla vita quotidiana, alla realtà politica e letteraria dei Paesi, o ad altri ambiti emersi dall'interesse personale del gruppo.

Breve descrizione

Comprendere frasi isolate ed espressioni di uso frequente relative ad ambiti di immediata rilevanza.

Comunicare in attività di routine che richiedono solo uno scambio di informazioni semplice e diretto su argomenti familiari e abituali.

Descrivere in termini semplici aspetti del proprio vissuto e del proprio ambiente ed elementi che si riferiscono a bisogni immediati.

Simulazione di situazioni esterne di utilizzo della lingua attraverso lavori di gruppo e individuali.

Il corso comprende documenti audio e l'uso di internet.

SEDE **Monterotondo eSpazia**

DURATA	GIORNO	ORARIO	CONTRIBUTO
40 ORE	**Martedì**	**18,00-20,00**	**180,00 €**

Tedesco
Corso livello A1 del QCER

Docente: *Maria Teresa Pagella*

Scopo del corso e risultati attesi

Il corso si propone di fornire ai partecipanti le strutture fondamentali e il lessico di base della lingua oggetto di studio al fine di sviluppare le competenze indispensabili per relazionarsi in modo semplice in una serie di contesti familiari e quotidiani.

Si è in grado di comunicare in modo semplice se le persone con cui si conversa parlano lentamente, in modo chiaro e si mostrano collaborative.

Il corso mira al raggiungimento del livello A1 del Quadro Europeo delle Lingue (QCER)

Breve descrizione

Durante il corso gli studenti impareranno a:

- Presentare e descrivere sé stessi e gli altri, a dare e chiedere informazioni personali (provenienza, gusti, interessi, attività quotidiane ecc.);
- Fare, accettare e rifiutare inviti, proposte e offerte;
- Saper chiedere e dare informazioni elementari.

Gli studenti impareranno perciò a interagire, anche attraverso delle simulazioni in classe, in eventuali situazioni tipiche di un viaggio all'estero (all'aeroporto, al ristorante, in un negozio, in strada ecc…).

Saranno sviluppate le quattro abilità linguistiche: leggere, ascoltare, parlare e scrivere attraverso materiale didattico di vario genere.

SEDE **Monterotondo eSpazia**

DURATA	GIORNO	ORARIO	CONTRIBUTO
60 ORE	**Martedì**	**16,00-18,00**	**220,00 €**

FLEMING

Direttore
Dr P. Checchi
Patologo Clinico

Laboratorio di Ricerche Diagnostiche
Studio di Ecografia
Poliambulatorio Specialistico

Via Edmondo Riva, 59/Z
Monterotondo RM
Tel 06 90626317
Fax 06 9065356
fleminglab@libero.it
www.flemingmonterotondo.it

SCONTO 20%
su prestazioni private

Ippocampo SPORT LIFE

1 settimana di tessera omaggio base LIFE
ovvero la possibilità di usufruire
delle **PALESTRE FITNESS**
di **TUTTI I CORSI FITNESS**
delle **PISCINE INTERNE**
sia per il nuoto libero
sia per l'AcquaFitness

Durnte la settimana
è previsto anche **1 INGRESSO alla SPA**
e 1 giorno in **PISCINA ESTERNA**

Agevolazioni per tutti i soci UPE
e i loro familiari

via Cannetacci - Mentana RM
tel 06.9093673
www.sportinglifementana.com

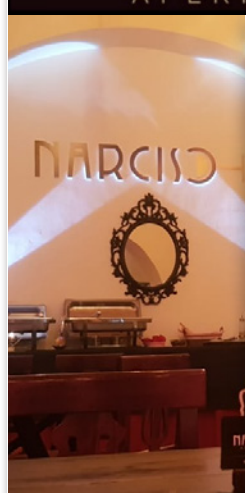
MATERASSILOPS.IT

SCONTO 10%
Su tutti i prodotti
escluse promozioni

Monterotondo RM
via xx Settembre, 18/24
Tel 06 90 68 895

info@materassilops.it
www.materassilops.it

NARCISO
APERIDINNER



PRANZO A BUFFET
€ 6,00
ESCLUSE BEVANDE

◆

PERICENA A BUFFET
€ 10,00
ESCLUSE BEVANDE

Centro Storico Monterotondo
via Guglielmo Oberdan 74
Tel 06.69452663 - 389.1981519

Scienza: la Frontiera Senza Fine.

Vannevar Bush

Scienza
e Tecnica

Dal microcosmo al macrocosmo: viaggio tra le stelle e i pianeti

Docente: *Luigi Pulone*

Scopo del corso e risultati attesi

Il corso si propone di fornire un quadro aggiornato delle attuali conoscenze nel campo dell'astronomia e dell'astrofisica.

I corsisti, inoltre, potranno acquisire concetti fondamentali per la comprensione del quadro evolutivo dell'Universo sulla base delle scoperte più recenti.

Breve descrizione

Gli incontri saranno organizzati sui seguenti temi:

- Costellazioni, tra mito e scienza
- Sistema Solare: pianeti, comete e asteroidi
- Zone di abitabilità. Origine della vita
- Pianeti extrasolari
- Introduzione alla relatività ristretta e generale
- I buchi neri
- La freccia del tempo. Asimmetrie cosmiche
- Le missioni spaziali che verranno
- Sole e Stelle
- Missioni spaziali
- Materia oscura, Energia oscura
- Nascita, ed evoluzione dell'Universo. Dalla Micro alla Macrofisica

Sono previste uscite ai Laboratori Nazionali del Gran Sasso, a un Osservatorio Astronomico e ai Laboratori Nazionali di Frascati.

Tempi, costi e organizzazione saranno comunicati successivamente.

SEDE **Monterotondo eSpazia**

DURATA	GIORNO	ORARIO	CONTRIBUTO
30 ORE	**Martedì**	**18,00-20,00**	**130,00 €**

Informatica, livello base

Docente: *Matteo Di Federico*

Scopo del corso e risultati attesi

Il computer alla portata di tutti.

Il corso consente di imparare ad usare il PC partendo da zero, navigare in internet in modo sicuro, utilizzare il pacchetto Office con speciale riguardo al software Word, gestire mail e contenuti digitali.

Breve descrizione

Questo corso base partirà dalle nozioni più semplici: accendere, utilizzare e spegnere un PC, installare un software, creare e gestire file e cartelle, utilizzare memorie esterne e gestire le Impostazioni.

Si utilizzerà in maniera approfondita Office Word e si toccheranno argomenti, sia in forma teorica che pratica, come la navigazione Web, la posta elettronica, la cybersecurity, etc.

SEDE **Monterotondo eSpazia**

DURATA	GIORNO	ORARIO	CONTRIBUTO
40 ORE	**Martedì**	**16,00-18,00**	**220,00 €**

Informatica livello avanzato

Docente: *Matteo Di Federico*

Scopo del corso e risultati attesi

Il corso consente di imparare, partendo da zero, l'uso di Office, Power Point, Excel; agli altri di migliorare l'utilizzo del PC e perfezionare l'uso dei software di base; saranno inoltre presentati concetti avanzati di navigazione web e cybersecurity.

Breve descrizione

Durante il corso si approfondiranno le conoscenze di base sull'utilizzo del PC: conoscere approfonditamente il computer e gestire imprevisti, imparare - attraverso l'uso - Excel e Power Point, perfezionare l'uso di Word con un approccio professionale, approfondire la cybersecurity, la navigazione web e l'uso della posta elettronica.

SEDE **Monterotondo eSpazia**

DURATA	GIORNO	ORARIO	CONTRIBUTO
30 ORE	**Giovedì**	**16,00-18,00**	**180,00 €**

Sviluppo Front End corso base

Docente: *Matteo Di Federico*

Scopo del corso e risultati attesi

Il corso consente di imparare a sviluppare contenuti digitali: installare e scegliere l'editor di codice, sviluppare in HTML5 e CSS3 per creare pagine web, user friendly (UX).

Breve descrizione

Imparare a sviluppare è necessario se si vuole avviare la professione del programmatore.

Il corso è centrato sullo sviluppo Front End; nello specifico si utilizzeranno i codici HTML5 e CSS3 per sviluppare pagine web.

SEDE **Monterotondo eSpazia**

DURATA	GIORNO	ORARIO	CONTRIBUTO
30 ORE	**Giovedì**	**18,00-20,00**	**180,00 €**

WordPress corso Base

Docente: *Matteo Di Federico*

Scopo del corso e risultati attesi

Il corso consente di apprendere l'uso di WordPress partendo da zero: download, installazione, setup e configurazione. Gestire il server, acquisire un dominio e creare un blog o un sito web personale.

Breve descrizione

Chi frequenta il corso imparerà a creare un sito web o un blog personale utilizzando WordPress, la piattaforma più diffusa e utilizzata al mondo.

Dal download alla creazione di contenuti, passando per il setup e le impostazioni back-end.

SEDE **Monterotondo eSpazia**

DURATA	GIORNO	ORARIO	CONTRIBUTO
30 ORE	**Martedì**	**18,00-20,00**	**180,00 €**

TERME
CRETONE
TERME SABINE
3 PISCINE CON SORGENTI NATURALI
SPORT • CURE • SAUNE
RISTORAZIONE
SCOPRI TUTTE LE CONVENZIONI RISERVATE AI SOCI UPE
SUL SITO WWW.UPEMONTEROTONDO.COM
termesabine.it
Via Salaria km 29,200 Bivio Palombara Sabina T 0774 615100

Stampa e Ristampa
06.9004194
info@stampaeristampa.com
www.stampaeristampa.org
Monterotondo Via Salaria 106/B
Toner e Cartucce,
Forniture Scuola e Ufficio,
Modulistica,
Fotocopie, Timbri, Fax, Stampe,
Rilegature, Tesi di Laurea,
Assistenza e Vendita Pc e Stampanti,
Adesivi, Personalizzazioni gadget,
Stampe e scansioni grandi formati,
Video editing, Materiale pubblicitario,
Grafica, Siti internet...
PER I TESSERATI UPE
SCONTO DEL 20%
SU CARTUCCE E TONER
COMPATIBILI O
RIGENERATI

OLTRE 20
TIPI DI CARNE
RUBIA GALLEGA
NERO BALTICO
SIMMENTAL
FRISONA HOLSTEIN
MANZETTA PRUSSIANA
FINLANDESE AAA+
BLACK ANGUS
NAZIONALE
CHIANINA...
10% DI SCONTO
PER UNA CENA DI COPPIA
5% DI SCONTO
PER LE CENE DI GRUPPO
TRE FONTANE
DUPON MEAT HOUSE
LA MASSIMA ESPRESSIONE DELLA CARNE
Via dello Stadio, 37
Monterotondo RM
www.dupon.it
DuponMeatHouse
DuponMeatHouse

Abbi buona cura del tuo corpo,
è l'unico posto in cui devi vivere.
Jim Rohn

Psicologia e Benessere

Yoga Classico: per il corpo e per la mente

Docente: *Pietro La Gambina*

Scopo del corso e risultati attesi

Lo Yoga è una disciplina nata in India più di 5000 anni fa e tramandata nel rispetto della sua tradizione, è ancora oggi capace di portare equilibrio e benessere nell'essere umano, qualunque sia la sua condizione sociale, culturale, religiosa o geografica.

La pratica dello yoga è possibile ad ogni età e la sua filosofia educa il corpo la mente e lo spirito ad un corretto rapporto con sé stessi e con gli altri, sviluppando le potenzialità personali ed agendo positivamente sia per prevenire che curare possibili problemi ai vari sistemi e apparati del corpo umano (nervoso, muscolare, endocrino, riproduttivo, ecc.).

Il corso di Yoga Classico è adatto sia a chi desidera apprendere ed avere una visione panoramica della pratica, per sperimentare su se stessi cosa sia lo yoga e sia a chi vuol approfondire l'esperienza e la conoscenza della disciplina Unitiva.

Breve descrizione

L'attività di Yoga si pratica in gruppo ma viene prestata attenzione ad ogni singolo allievo.

Lo Yoga è stato codificato per la prima volta intorno al 400 a.C. dall'asceta e filosofo Patanjali con il trattato "Yoga Sutra", dove si espone nel metodo e nella forma l'Asthanga Yoga o "Yoga dalle otto membra" o "Yoga Classico".

In ogni lezione del corso si tratteranno in forma pratica e teorica, le otto membra dello Yoga: i comportamenti sociali, i comportamenti personali, la pratica di posture, le tecniche di controllo del respiro, la ritrazione dei sensi, la concentrazione, la meditazione, l'integrazione.

Inoltre si praticheranno tecniche di rilassamento, gesti e chiusure neuro-muscolari, pratiche di purificazioni, suoni mistici, si accennerà al rapporto tra alimentazione e qualità personali, si faranno dei riferimenti a testi classici che trattano la filosofia e la pratica dello Yoga

SEDE **Monterotondo eSpazia**

DURATA	GIORNO	ORARIO	CONTRIBUTO
51 ORE	**Lunedì**	**18,15 - 19,45**	**180,00 €**

Ginnastica dolce
Metodo Postural - Pilates

Docente: *Daniele Goretti*

Scopo del corso e risultati attesi

La ginnastica dolce, metodo postural - Pilates

- migliora la forza ed il tono muscolare senza aumentare troppo la massa muscolare
- migliora la postura
- conferisce un ventre piatto (via la pancia!!)
- migliora la fluidità dei movimenti
- diminuisce l'incidenza del mal di schiena, perché tende a rafforzare molto i muscoli nella parte centrale del corpo
- contribuisce a dare sicurezza di sé e a diminuire lo stress

Breve descrizione

Sviluppato nel 1920 dal famoso trainer Joseph Pilates, il Metodo Pilates è un sistema di allenamento focalizzato sul miglioramento della fluidità dei movimenti, della forza in tutto il corpo, senza creare un eccesso di massa muscolare. Il metodo Pilates non è solo esercizio fisico, è anche coordinamento fisico e mentale, i suoi principi sono:

CONCENTRAZIONE : Attenzione nell'eseguire gli esercizi, ad ogni singolo movimento e a tutti gli aspetti del corpo.

CONTROLLO: Controllo non solo del movimento specifico che si sta eseguendo, ma anche della postura, della posizione della testa, degli arti, del bacino e perfino delle dita dei piedi.

STABILIZZAZIONE DEL BARICENTRO: Stabilizzazione del baricentro attraverso un lavoro ed esercizi particolari nella regione addominale, lombare e dorsale. Rafforzamento del "centro del corpo".

FLUIDITA' DEI MOVIMENTI: Sviluppare fluidità e controllo dei movimenti per ottenere "armonia".

PRECISIONE: Esecuzione precisa dei movimenti tramite il controllo per migliorare il bilanciamento del tono muscolare.

RESPIRAZIONE: Respirazione coordinata con i movimenti, fluida e completa.

SEDE **Monterotondo Palestra eSpazia**

DURATA	GIORNO/ORARIO	CONTRIBUTO
50 ORE	**Martedì e Giovedì 19,00- 20,00**	**180,00 €**

Rilassamento psicofisico e gestione dello stress

Docente: *Chiaralisa Lupelli*

Scopo del corso e risultati attesi

Il corso prevede la sperimentazione in gruppo di tecniche psico-corporee e di rilassamento utili per affrontare lo stress ed eliminare le tensioni muscolari, mentali ed emozionali migliorando così la vitalità ed il benessere individuale.

Attraverso una costante esercitazione, si prevede il raggiungimento di risultati a livello fisiologico, fisico ed emotivo:

- migliorare la funzionalità degli apparati cardio-circolatorio, respiratorio e muscolare;
- gestire efficacemente sintomi quali batticuore, respiro affannoso e blocchi muscolari;
- migliorare la gestione di alcuni disturbi psiscosomatici (gastriti, dermatopatie e tachicardia, insonnia);
- aumentare la capacità di concentrazione, la memoria, l'autocontrollo e l'autostima;
- abbassare la curva dello stress.

Breve descrizione

Si utilizzeranno tecniche ed esercizi provenienti da diversi metodi: bioenergetica, rilassamento muscolare progressivo e mindfulness.

Durante il corso si riserverà, di tanto in tanto, uno spazio per discutere ed esprimere liberamente le sensazioni vissute durante gli esercizi e gli obiettivi fino a quel momento raggiunti.

Gli esercizi proposti richiedono uno sforzo molto limitato e possono essere praticati da tutti.

Si consiglia abbigliamento comodo e calzini.

SEDE **Monterotondo eSpazia**

DURATA	GIORNO	ORARIO	CONTRIBUTO
15 ORE	**Lunedì**	**17,00 - 18,00**	**130,00 €**

Autostima e assertività

Docente: *Chiaralisa Lupelli*

Scopo del corso e risultati attesi

Il corso prevede la sperimentazione in gruppo di strategie e tecniche collaudate per accrescere le risorse personali e migliorare in breve tempo la consapevolezza dei propri punti di forza. Le attività sono finalizzate ad acquisire maggiore padronanza e sicurezza in se stessi.

Di seguito alcuni dei risultati che si prevede di raggiungere durante il corso:

- acquisire maggiore padronanza e sicurezza in se stessi;
- rafforzare le convinzioni circa le proprie capacità di gestione degli eventi;
- sviluppare la capacità di esprimere bisogni e desideri in modo assertivo senza aggredire o passivizzarsi;
- acquisire la capacità di agire nel proprio interesse;
- imparare a difendersi in modo autonomo sentendosi a proprio agio con l'altro;
- stringere rapporti interpersonali equi e paritari.

Breve descrizione

L'autostima rappresenta il valore che diamo a noi stessi e viene alimentato in parte da ciò che gli altri pensano di noi ma soprattutto da come noi, per primi, ci valutiamo.

Per accrescere l'autostima è necessario diventare una persona assertiva, imparare cioè a esprimere con determinazione i propri bisogni e desideri nel rispetto dei propri diritti e di quelli degli altri senza subire aggressività o soprusi.

Il corso dedicherà ampio spazio alla sperimentazione in gruppo di tecniche pratico–esperenziali volte all'apprendimento di strategie di comunicazione assertiva, al miglioramento dell'autostima e al cambiamento nel rapporto con gli altri.

Il corso è adatto a tutti.

SEDE **Monterotondo eSpazia** **NUMERO CHIUSO**

DURATA	GIORNO	ORARIO	CONTRIBUTO
20 ORE	**Lunedì**	**19,00 - 20,00**	**120,00 €**

Psicologia, cinema e libri

Docente: *Chiaralisa Lupelli*

Scopo del corso e risultati attesi

Due potenti mezzi espressivi, quali sono i film e i libri, stimoleranno i partecipanti a riflettere e a entrare in contatto con sensazioni e vissuti personali. L'esperienza di gruppo sviluppera il confronto con gli altri aiutando i partecipanti ad aprirsi a nuove prospettive e a conoscersi meglio.

Breve descrizione

Il corso di Psicologia, Cinema e Libri utilizza film o sequenze cinematografiche ed estratti di libri all'interno di un'esperienza formativa, di tipo esperienziale e ludico.

I libri e il cinema sono in grado di sollecitare vissuti personali ed emozioni in un viaggio che toccherà tematiche care al mondo della psicologia: si parlerà di coppia, famiglia, adolescenza, malattia mentale, genitorialità solitudine, mobbing e amore, argomenti di grande attualità che riguardano la vita quotidiana di tutti noi.

Si esplorerà il modo in cui i libri e i film attivano vissuti ed emozioni in ciascuno di noi, il rapporto che creiamo con i personaggi e i riferimenti che arrivano dalla storia o dai contenuti che il regista o lo scrittore vogliono trasmetterci.

SEDE **Monterotondo eSpazia** **NUMERO CHIUSO**

DURATA	GIORNO	ORARIO	CONTRIBUTO
15 ORE	**Lunedì**	**18,00 - 19,00**	**110,00 €**

Conoscere il sistema psichico

Docente: *Loretta Sapora*

Scopo del corso e risultati attesi

Il corso propone i meccanismi base che regolano il funzionamento del sistema psichico, sia normale che patologico

Breve descrizione

Programma:

- I processi cognitivi: percezione, formazione di concetti, mappe cognitive, interpretazione dei dati ...
- Il funzionamento patologico: la dimensione nevrotica, la dimensione psicotica, la dimensione borderline
- I disturbi d'ansia
- I disturbi depressivi
- Il disturbo narcisistico e altri disturbi di personalità
- Il rapporto mente-corpo e le malattie psicosomatiche

SEDE **Monterotondo eSpazia** **NUMERO CHIUSO**

DURATA	GIORNO	ORARIO	CONTRIBUTO
14 ORE	**Giovedì**	**17,00 - 19,00**	**110,00 €**

Psicologia del crimine 1

Le determinanti psicologiche dei fenomeni criminali

Docente: *Loretta Sapora*

Scopo del corso e risultati attesi

Il corso fornisce elementi per comprendere le determinanti psicologiche dei fenomeni criminali e, utilizzando un metodo laboratoriale, mette i partecipanti nelle condizioni di individuare le situazioni a rischio e i comportamenti funzionali alla prevenzione delle condotte aggressive/violente

Breve descrizione

Programma degli incontri

- Psicodinamica generale dell'aggressività
- Il ruolo della mancanza/Proiezione video "Emozioni in rosso"
- La ricerca del potere/I criminali di mafia
- Il ruolo della paura/Proiezione del Film "Io, l'altro" di Mohsen Melliti
- Angelo Izzo e il massacro del Circeo
- Marco Mariolini, il "Collezionista di anoressiche"
- Proiezione del Film "Profumo" di Tom Tykwer - analisi dei contenuti simbolici
- Proiezione del Film "Il silenzio degli innocenti" di Jonathan Demme - analisi dei contenuti simbolici
- Femminicidio: le caratteristiche psicologiche del femminicida e della sua vittima
- Analisi di casi di femminicidio tratti dal testo "Amorosi assassini"
- Il Padre abusante e il ruolo della madre: riflessioni su due casi clinici
- La madre infanticida: caratteristiche generali
- La madre infanticida ed il problema dell'ortoressia nel film "Hungry hearts" di Saverio Costanzo

SEDE **Monterotondo eSpazia** **NUMERO CHIUSO**

DURATA	GIORNO	ORARIO	CONTRIBUTO
20 ORE	**Giovedì**	**17,00 - 19,30**	**120,00 €**

Psicologia del crimine 2. Femminicidio, condotte perverse, autolesionismo e suicidio

Docente: *Loretta Sapora*

Scopo del corso e risultati attesi

Il corso propone una analisi dei fenomeni criminali relativi a: femminicidio, condotte perverse, autolesionismo e suicidio.

Si propone anche di sviluppare la capacità di individuare le situazioni a rischio e i comportamenti funzionali alla prevenzione delle condotte violente.

Breve descrizione

Programma degli incontri

- Cenni sulla teoria dell'aggressività, con particolare riferimento alle tipologie di crimini oggetto del corso
- Proiezione del film "Un giorno perfetto" di Ferzan Ozpetek
- Le prove di coraggio indotte
- Autolesionismo e suicidio
- Il testo "Il piccolo principe" di Antoine de Saint Exupery
- Proiezione del film "La bestia nel cuore" di Cristina Comencini
- Proiezione del film "Blu velvet" di David Lynch

SEDE **Monterotondo eSpazia** **NUMERO CHIUSO**

DURATA	GIORNO	ORARIO	CONTRIBUTO
10 ORE	**Giovedì**	**17,00-19,30**	**100,00 €**

Relazioni: croce e delizia

Docente: *Loretta Sapora*

Scopo del corso e risultati attesi

Il corso propone le dinamiche che regolano le relazioni affettive e sociali.

Consente di prendere coscienza del proprio stile abituale nella gestione delle relazioni con l'esterno e di migliorare le proprie capacità comunicative e relazionali.

Breve descrizione

Programma

- Relazioni sociali e relazioni professionali
- Relazioni amicali, affettive, sessuali
- Caratteristiche delle relazioni malate
- Caratteristiche delle relazioni sane
- Proiezione del film "Dobbiamo parlare" di Sergio Rubini
- Problema personale o problema di coppia?
- Lo stile personale di gestione delle relazioni: proiezione del video "Io, l'altro e il confine"

SEDE **Monterotondo eSpazia**

DURATA	GIORNO	ORARIO	CONTRIBUTO
10 ORE	**Venerdì**	**17,00-19,00**	**100,00 €**

Approfondimenti di Riflessologia Plantare

Docente: *Laura Romeo*

Scopo del corso e risultati attesi

La riflessologia plantare, di origine cinese, si inserisce in una visione olistica rispettosa del piano fisico quanto di quello emozionale e spirituale. Secondo tale visione l'intero corpo si riflette in alcuni punti del piede e attraverso la stimolazione e il massaggio degli stessi si contribuisce al raggiungimento di uno stato di benessere psicofisico.

Attraverso questo corso, rivolto a coloro che desiderano avvicinarsi alle discipline olistiche, per un sapere ed un uso esclusivamente personale, è possibile acquisire dei principi di base di una tecnica millenaria.

Breve descrizione

Il corso si articola in due parti: ad alcune lezioni introduttive di tipo teorico seguiranno lezioni teorico/pratiche.

Parte Teorica

- Visione olistica
- Cosa sono e quali sono le discipline olistiche
- Le origini e la storia del massaggio zonale
- Cenni sulla psicosomatica
- Presentazione della tecnica: le vie d'azione e a chi si rivolge
- La morfologia del piede
- Modalità di applicazione
- Benefici, possibili reazioni al trattamento e controindicazioni
- Accenno ai cinque elementi della medicina cinese

Parte Pratica

- Mappa dei punti secondo la medicina cinese (visione plantare, dorsale, laterale interna ed esterna).
- I Padroni di casa e i punti di riflesso.
- Tecniche manuali di rilassamento, le differenti modalità di pressione e tocco.
- Punti per alleviare mal di testa, dolore alla sciatica, agevolare il rilassamento, dolori agli arti superiori e inferiori.

SEDE **Monterotondo eSpazia** **NUMERO CHIUSO**

DURATA	GIORNO	ORARIO	CONTRIBUTO
20 ORE	**Lunedì**	**18,00 - 20,00**	**150,00 €**

Piante Medicinali: uso storico e attuale

Docente: *Roberto Moreschi*

Scopo del corso e risultati attesi

Il corso intende diffondere la conoscenza sulle proprietà delle piante medicinali ed approfondire il loro uso nella storia e nella società contemporanea.

La partecipazione al corso permette di comprendere i concetti di "sostanza naturale" e "pianta medicinale" per beneficiare al meglio delle loro proprietà ed essere in grado di orientarsi nel vasto mercato dei prodotti di derivazione vegetale.

Breve descrizione

Il corso è strutturato in 16 lezioni frontali di 90 minuti ciascuna in cui, oltre a definire alcuni concetti di base (principi attivi, fitocomplesso, estrazione…), viene approfondito l'uso delle piante medicinali nella storia dell'uomo.

Successivamente saranno affrontate tematiche specifiche relative all'uso delle piante medicinali, come il drenaggio, gli antiossidanti, lo stress, alcune problematiche cutanee, ed altre.

Sono previste due visite guidate, in luoghi di interesse naturalistico del nostro territorio.
I costi del trasporto ed, eventualmente, dei biglietti di ingresso saranno resi noti durante il corso

SEDE **Monterotondo eSpazia**

DURATA	GIORNO	ORARIO	CONTRIBUTO
30 ORE	**Martedì**	**18,00-19,30**	**140,00 €**

MONDADORI
BOOKSTORE

Libri, cartoleria, oggettistica,
profumeria di nicchia e oggetti d'arte

Il Segnalibro srl
Via Mameli 16 G
Monterotondo (RM)
0690623613
mimma@mondadorimonterotondo.it

10% DI SCONTO SU TUTTO IL CATALOGO
escluso testi scolastici

SOSTIENI L'UNIVERSITÀ POPOLARE ERETINA

DONANDO IL TUO 5 X 1000

730 - Certificazione Unica - Dichiarazione Redditi Persone Fisiche

APPONI LA TUA FIRMA NEL RIQUADRO "Sostegno del volontariato e delle altre organizzazioni non lucrative di utilità sociale …" e segnala il

CODICE FISCALE UPE 96304600586

GRAZIE

E’ l’arte suprema dell’insegnante,
risvegliare la gioia della creatività e
della conoscenza.

Creatività e Tempo Libero

Antichi mestieri: ricamo e cucito creativo

Docente: *Aurelia Bisci, Guglielmina Castellani*

Scopo del corso e risultati attesi

Nel corso degli incontri Aurelia a Guglielmina Insegneranno l'arte del ricamo e del cucito, anche per le principianti, e presenteranno elementi di bricolage.

Sarà inoltre l'occasione per dar vita ad un gruppo creativo dove ognuno possa acquisire nuove competenze e svilupparle secondo le proprie curiosità, in un clima di amicizia e socialità.

Risultati attesi: imparare le tecniche del ricamo, del cucito e del bricolage, acquisire una buona manualità, realizzare in autonomia piccoli manufatti.

Breve descrizione

Saranno presentati i punti base del ricamo, del cucito e del bricolage: spiegazione tecnica con ausilio di dispense, esercitazione pratica su stoffa, panno e feltro, realizzazione di un prodotto.

SEDE **Sede UPE** **NUMERO CHIUSO**

DURATA	GIORNO	ORARIO	CONTRIBUTO
50 ORE	**Giovedì**	**16,00-18,00**	**250,00 €**

Antichi Mestieri: La tecnica presepiale

Docente: *Mastronardi Giovanni, Castellani Guglielmina*

Scopo del corso e risultati attesi

Il corso è dedicato a tutti coloro che desiderano realizzare un presepe da utilizzare per il periodo natalizio.

I partecipanti potranno acquisire le conoscenze tecniche sviluppate nel tempo dai maestri presepisti, con particolare riferimento alle scenografie e agli accessori della tradizione napoletana settecentesca.

Breve descrizione

Storia del Presepe dal punto di vista artistico/popolare più che religioso e devozionale.

Esplicitazione delle varie tecniche utilizzate nei secoli e al tempo d'oggi con riferimento sia alla scenografia che ai personaggi e agli accessori.

Realizzazione di piccoli presepi in stile Napoletano o Popolare eseguendo i lavori con strumenti e materiali, in massima parte, adattati e di recupero.

Tecnica per il corretto rapporto tra la struttura ed i 'Pastori' (personaggi): il Metro di San Giuseppe.

Sfondo - Illuminazione dell'opera a mezzo Led.

Realizzazione di accessori in:

- terracotta e cera: frutta, ortaggi, salumi etc
- polistirene e legno: mobili e contenitori.

Da ottobre a dicembre

SEDE	**Monterotondo Duomo - Centro pastorale**		**NUMERO CHIUSO**
DURATA	GIORNO	ORARIO	CONTRIBUTO
30 ORE	**Martedì - Giovedì**	**18,30-20,00**	**150,00 €**

Gli scacchi: un gioco per crescere

Docente: *Marco Marcon*

Scopo del corso e risultati attesi

Il corso intende:

Introdurre al gioco degli scacchi con miglioramento delle capacità di comprensione del gioco pratico

Studiare le varie tecniche dall'apertura ai finali con partite frontali commentate

Sviluppare la capacità di giocare partite anche con tempi ridotti

Il corso base rappresenta una introduzione al gioco degli scacchi ed è pensato per sviluppare le capacità di comprensione del gioco pratico. Il corso di secondo livello ha lo scopo di consolidare le abilità già sviluppate ed avviare i partecipanti ad una vera autonomia di gioco.

Breve descrizione

Il corso è articolato in due parti:

- un primo corso per principianti, di 20 ore
- un secondo corso per persone più esperte, sempre di 20 ore

I due corsi possono essere frequentati singolarmente o in sequenza.

Nel corso dell'attività saranno presentate e studiate le varie tecniche di gioco: dall'apertura ai finali, con partite frontali commentate.

A conclusione delle attività i partecipanti potranno giocare partite anche con tempi ridotti (ad es. con orologio temporizzato a quindici minuti)

SEDE **Sede UPE**

DURATA	GIORNO	ORARIO	CONTRIBUTO
40 ORE	**Lunedì**	**17,00-18,30**	**180,00 €**

Balli coreografici e sociali

Docente: *Maria Elisabetta Ricordi*

Scopo del corso e risultati attesi

Il corso propone le basi teoriche e pratiche dei più importanti balli della danza sportiva (Danze Latino-americane – Danze Caraibiche –Disco dance – Tradizionali e Folkloristiche).

A conclusione del corso, gli allievi avranno memorizzato i passi di semplici coreografie di gruppo. Sarà un modo per divertirsi socializzando con gli altri allievi.

Breve descrizione

Il ballo è una delle tante manifestazioni dell'espressione umana di tipo ricreativo e socializzante. Da tempo si sa che ballare può rallentare l'invecchiamento del cervello esercitandolo a coordinare, nello spazio e nel tempo, le varie parti del corpo durante l'esecuzione di passi e figure.

La "social dance", che è un ramo della più complessa danza artistica Choreographic Team, è diventata negli ultimi anni un fenomeno di massa importante e coinvolgente per la sua importanza culturale, coreutica e sociale. Memorizzare i passi di un ballo coreografico e imparare a tenere il ritmo, richiede la capacità di calcolare correttamente la durata dei suoni e dei tempi di un brano musicale e quella dei movimenti ad esso associati, con grande vantaggio anche del benessere fisico.

Poiché la social dance non ha regole rigide, è adatta a tutti anche per coloro che fanno fatica ad apprendere i passi, c'è una sola fondamentale parola di incoraggiamento: "l'importante è partecipare"!

SEDE **Monterotondo Duomo** **NUMERO CHIUSO**

DURATA	GIORNO	ORARIO	CONTRIBUTO
40 ORE	**Venerdì**	**18,00-20,00**	**160,00 €**

Coltivare la terra e se stessi in armonia con la natura

Docente: *Loredana e Sandra Conti*

Scopo del corso e risultati attesi

Il corso intende educare ed avvicinare chiunque alla coltivazione naturale di un piccolo orto sinergico ad uso famigliare o singolo.

Breve descrizione

Hai un balcone, un terrazzo, un piccolo giardino? Vorresti realizzare un piccolo orto da cui ricavare senza fatica dei prodotti naturali, trovandone un vantaggio anche per il tuo benessere?

Il nostro corso ti aiuterà a realizzare il tuo Orto Sinergico domestico. Sperimenterai un metodo di coltivazione scientifico ma facile, non faticoso, naturale ed in armonia con i tuoi tempi di vita e con quelli della natura.

Si prevede una uscita a conclusione del corso; il costo dell'uscita e delle proiezioni sarà comunicato successivamente.

SEDE		NUMERO CHIUSO	
Monterotondo eSpazia			
DURATA	GIORNO	ORARIO	CONTRIBUTO
30 ORE	**Venerdì**	**16,00-18,00**	**160,00 €**

La pittura per...
Recuperare, Decorare, Impreziosire.

Docente: *Valter Vari*

Scopo del corso e risultati attesi

Il corso intende :

- fornire le basi della pittura con tecniche miste su supporti di recupero (stoffe, legni/compensati, metalli ...)
- recuperare e restituire valore a materiali ed oggetti danneggiati (ad esempio: coprire macchie o piccoli rammendi su capi preziosi)
- accrescere la sensibilità per il tema del recupero, curando la capacità di rendere esteticamente apprezzabili oggetti e materiali in disuso

A conclusione del corso, i partecipanti saranno in grado di recuperare e/o trasformare, attraverso le tecniche pittoriche apprese, materiali e oggetti in disuso o rovinati in oggetti esteticamente e funzionalmente apprezzabili.

Le opere realizzate verranno esposte in una mostra.

Breve descrizione

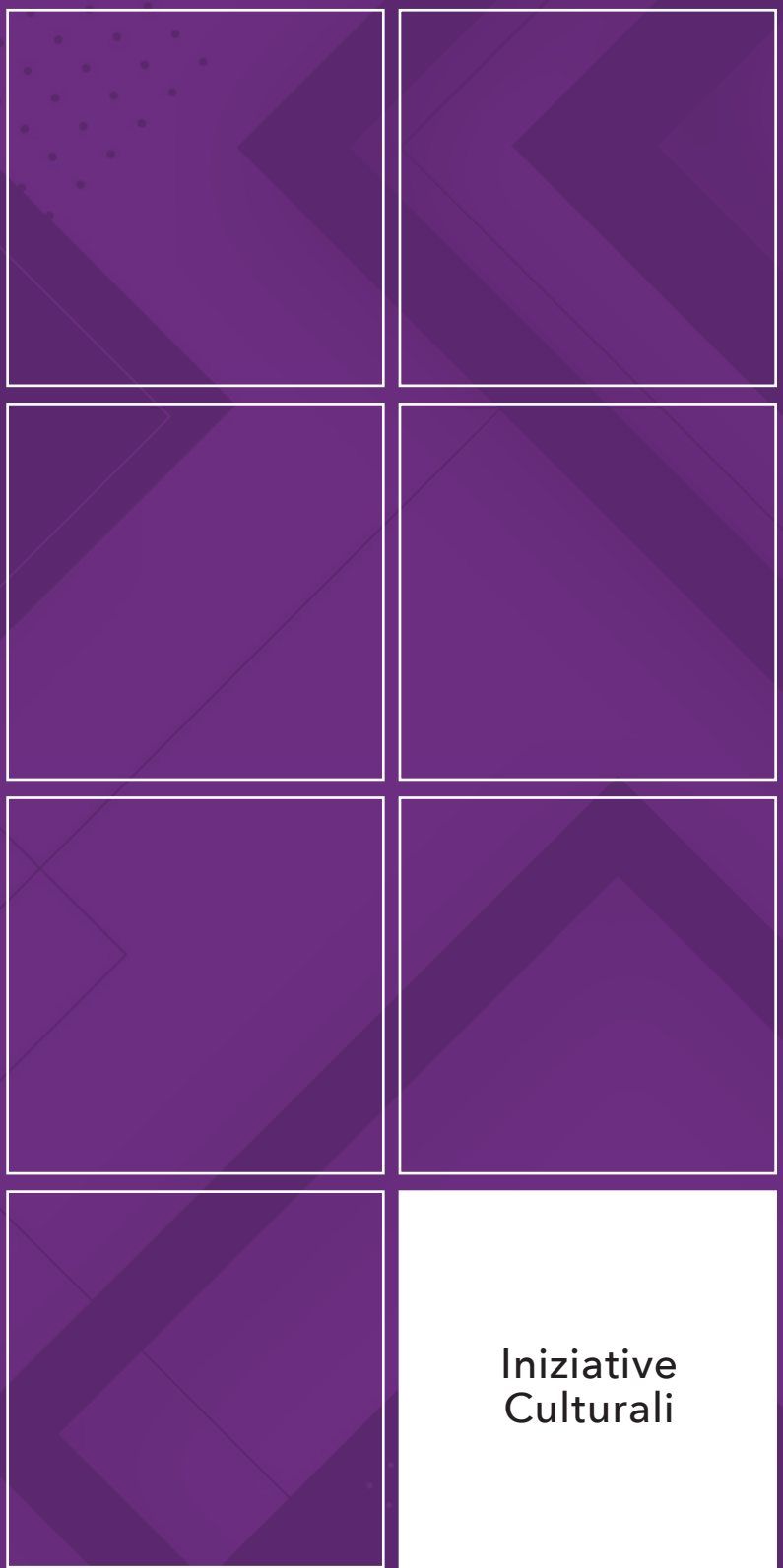
Programma:

- La filosofia del recupero nell'arte
- Acrilico su legno e materiali plastici
- Inchiostri tipografici su metallo e stoffe
- Smalti ad acqua su legno e metalli
- Recupero/Decorazione vestiario (capi in seta, cotone e lino) e biancheria da casa (tovaglie, asciugamani) con colori per stoffe
- Assemblaggio di oggetti
- Trasformazione funzionale di oggetti

SEDE **Monterotondo eSpazia** **NUMERO CHIUSO**

DURATA	GIORNO	ORARIO	CONTRIBUTO
40 ORE	**Giovedì**	**16,30-19,30**	**160,00 €**

Cerchi Cultura.
Trovi Amicizia.
UPE
IV. JUILLET
1776
=
XIV. JUILLET
1789


Iniziative
Culturali

Iniziativa Ricorrente

Una sera a teatro

Nel corso dell'anno saranno proposti alcuni tra gli spettacoli in calendario nei teatri romani; tra gli altri, non mancherà un evento al Teatro dell'Opera nel periodo invernale e uno estivo alle Terme di Caracalla.

Le date (presumibilmente nei mesi di novembre, gennaio, aprile, luglio) e i costi saranno comunicati successivamente.

Iniziativa Ricorrente

Stagione musicale in Sala Rodari

Con la collaborazione del Cantiere della Musica, la rassegna ospiterà in Sala Rodari giovani talenti che si esibiranno in concerti di musica classica.

Date indicative: 24 novembre, 26 gennaio, 1 marzo, 17 (o 24) maggio

Contributo libero

Iniziativa Ricorrente

In collaborazione con Il Cantiere Della Musica

Visite a mostre d'arte

Le mostre sono una grande occasione per conoscere autori diversi e, a volte, per visitare opere normalmente collocate in luoghi lontani dalle nostre residenze.

Ne sceglieremo alcune tra quelle proposte a Roma chiedendo ai nostri docenti di farci da guida.

Date e costi saranno comunicate successivamente

Iniziativa Ricorrente

Su proposta di Jacopo Marchini

Workshop fotografici

Oltre ai corsi inseriti nella Guida, Jacopo Marchini ci propone dei workshop fotografici su specifici temi: ritrattistica, paesaggistica, fotografia notturna …

Le iniziative si svolgono nell'arco di una giornata, per una durata di 6/8 ore, e richiedono – per ciascun evento – un minimo di sei adesioni. Le date saranno comunicate in corso d'anno.

Contributo di partecipazione: € 60 a persona per ciascuna iniziativa.

Cineforum

Iniziativa Ricorrente

Su proposta di Chiaralisa Lupelli

Al cinema per conoscerci meglio: la dott.ssa Chiaralisa Lupelli ci propone quattro film: Mon roi (2015), La prima cosa bella (2010), Blue Jasmine (2013), A casa tutti bene (2018), diversi per autore, trama e tematiche trattate.

Al termine della visione, in una conversazione di gruppo, si esploreranno gli aspetti più salienti del film, le emozioni evocate, il rapporto costruito con i personaggi, le sensazioni sollecitate dalle scene più significative.

In base alle adesioni, le proiezioni potranno essere proposte nella nostra sede, a Palazzo Betti, o nei locali della scuola eSpazia.

Date indicative (tutte di sabato pomeriggio): 18 gennaio, 22 febbraio, 21 marzo, 23 maggio

Contributo € 50 per l'intero ciclo

Cene etnico culturali

Iniziativa Ricorrente

In collaborazione con Narciso

Dove c'è buona cucina, c'è cultura.

Il cibo è uno degli elementi che caratterizzano le culture dei diversi popoli. In collaborazione con "Narciso" (locale del centro storico a Monterotondo, in Via Oberdan 74) cercheremo di esplorare le caratteristiche alimentari di alcune tra le culture più note.

I temi e le date, presumibilmente di giovedì, saranno comunicati successivamente.

Contributo di partecipazione: € 20 a persona per ogni evento.

Degustiamo vini, sigari, dolci, pietanze... perché non degustare anche libri?

Iniziativa Ricorrente

In collaborazione con Libreria Mondadori

L'esclusiva iniziativa del Book Tasting, che la Libreria Mondadori propone in collaborazione con l'Università Popolare Eretina, si svolge con cadenza mensile: il secondo sabato di ogni mese.

Durante tutta la giornata, sarà possibile spizzicare, assaggiare, 8 libri, appartenenti a 8 generi letterari differenti, che sceglieremo per voi.
3 minuti a disposizione con ogni libro, prima di scorrere a quello successivo!

Open day: a Palazzo Betti e altre sedi

Settembre e ottobre

Settembre: 14 e 15, 21 e 22, 28 e 29
Ottobre: 5 e 6

Le sedi saranno comunicate sui canali social e sul sito.

Martedì 24.09
Giovedì 03.10

Test di accesso per i corsi di lingua

I soci interessati a frequentare i corsi di lingue (inglese in particolare, ma anche spagnolo, francese e tedesco, a vari livelli) potranno sostenere un test di ingresso dal cui esito le docenti traggono informazioni per definire il corso in cui saranno inseriti.

Sabato
12 Ottobre

Inaugurazione dell'Anno Accademico

Come sempre, ci ritroveremo con un evento in Sala Rodari per dare avvio al nuovo Anno Accademico.

Domenica
27 Ottobre

Su proposta di
Antonella Avagnano

Arezzo e Borgo San Sepolcro: i luoghi e la terra di Piero della Francesca

Alla scoperta di Piero della Francesca, l'itinerario ci porterà a Borgo San Sepolcro, città natale dell'artista, il cui Museo Civico ospita quattro opere eccezionali, e proseguirà ad Arezzo, splendida città sulle colline orientali della Toscana, che fu una delle maggiori città etrusche e successivamente una strategica città romana.

Nella Basilica di San Francesco ammireremo le straordinarie opere di Piero della Francesca, una delle più alte testimonianze pittoriche del Rinascimento.

Sabato
9 Novembre

Su proposta di
Luigi Pulone

Evento di celebrazione per i 50 anni dal primo allunaggio

"La Terra è la culla dell'umanità, ma non si può rimanere per sempre nella culla" (Tsiolkovsky, 1911). Fuori dalla culla, il viaggio dalla terra alla luna è stato il primo passo verso l'esplorazione dell'universo infinito.

Evento culturale tra scienza, poesia e musica: Luigi Pulone tratterà la parte scientifica, Mauro Felici leggerà alcune poesie, Mario Donatone curerà l'accompagnamento musicale.

Caravaggio nel Pio Monte della Misericordia e nel Museo di Capodimonte

Domenica 17 Novembre

Su proposta di Antonella Avagnano

Il Pio Monte della Misericordia è una delle più importanti e antiche istituzioni benefiche napoletane dove Caravaggio, in fuga da Roma, lasciò per l'altare maggiore una delle sue opere più complesse.

Seguendo le tracce del pittore visiteremo prima il Museo Nazionale di Capodimonte, che vanta una prestigiosissima collezione d'arte con assoluti capolavori, e poi l'Appartamento Reale che ospita le celebri porcellane delle manifatture borboniche

Concerto in Sala Rodari

Domenica 24 Novembre

Visita al Museo Napoleonico sul Lungotevere

Domenica 1 Dicembre

Su proposta di Patrizia Esposito

Il conte Giuseppe Primoli , figlio di Pietro Primoli e della principessa Carlotta Bonaparte, donò alla città di Roma la sua importante collezione: opere d'arte, cimeli napoleonici, memorie familiari, racchiusa nelle sale al pianterreno del palazzo.

La collezione nacque dal desiderio di offrire una testimonianza dei fasti imperiali e di documentare gli intensi rapporti che legarono i Bonaparte a Roma.

Facciamoci gli auguri

Sabato 7 Dicembre

Evento in Sala Rodari per salutare gli allievi che frequentano i corsi e le iniziative dell'UPE, i docenti, i simpatizzanti.

Antonella Avagnano descriverà gli Angeli nell'arte accompagnata da musiche di ispirazione natalizia proposte dal duo Giulia e Leonardo Spinedi, già ospiti dell'UPE nella rassegna musicale della scorsa stagione. Giorgina Scardelletti leggerà alcuni brani.

Lunedì 6 Gennaio

Su proposta di Egizia Costantini

Concerto dell'Epifania

A chiusura delle festività natalizie, il gruppo vocale UPE Controcanto, unitamente alla Corale Sabina, diretti da Egizia Costantini, si esibiranno presso la chiesa Gesù Operaio con un repertorio di musiche ispirate al Natale, e non solo.

Sabato 18 Gennaio

Su proposta di Chiaralisa Lupelli

Cineforum

Domenica 26 Gennaio

Concerto in Sala Rodari

Domenica 2 Febbraio

Su proposta di Botanica Winter Garden

Ho vegliato le notti serene.

Incontro culturale tra poesia e scienza, realizzato in collaborazione con Botanica Winter Garden.
Lettura di brani scelti dal "De rerum natura" di T. Lucrezio Caro, nella traduzione di Enzio Cetrangolo

Sabato 8 Febbraio

Su proposta di Antonella Avagnano

Kandisky: colori, suoni e parole

Lezione evento con la partecipazione di Antonella Avagnano che illustrerà l'uso dei colori nell'arte astratta: ai colori risponderanno le note suonate dal sassofono di Pierluigi Quarta e le parole recitate da Gloria Zarletti e Francesca Marchetti.

Cineforum

Sabato
22 Febbraio

Su proposta di
Chiaralisa Lupelli

La Reggia di Caserta

Domenica
23 Febbraio

Su proposta di
Federica
Incoronato

La visita ci porterà nella residenza del re di Napoli Carlo di Borbone, edificata nella seconda metà del 1700 come parte di un ambizioso progetto affidato a Luigi Vanvitelli che, oltre al palazzo, comprendeva la realizzazione di un grande parco e la sistemazione dell'area urbana circostante.

Un itinerario unico, alla scoperta della ricca arte tardobarocca visibile nelle architetture e nelle pitture delle lussuose stanze degli appartamenti reali. La visita al parco ci consentirà di ammirare le suggestive fontane che collegano il giardino all'italiana con il grazioso giardino all'inglese.

Concerto in Sala Rodari

Domenica
1 Marzo

NotteRosa per i 25 anni dell'Upe

Domenica
8 Marzo
dalle 16 alle 24

Musica, parole e arte: eventi diversi, in luoghi diversi, per celebrare la festa della donna e, contemporaneamente, i 25 anni dell'UPE.

I dettagli dell'iniziativa, che sarà realizzata in collaborazione con altri soggetti presenti sul nostro territorio e per la quale verrà richiesto il patrocinio del Comune di Monterotondo, saranno comunicati successivamente.

Sabato 21 Marzo

Su proposta di Chiaralisa Lupelli

Conferenza: "Le scelte in amore"

Le scelte in amore: perché siamo attratti proprio da quella persona?

L'incontro intende indagare sulla comunicazione quale elemento fondamentale per mantenere unite nel tempo tutte le relazioni: amorose, amicali e di lavoro.

Si analizzeranno sia la comunicazione verbale che il linguaggio del corpo con lo scopo di conoscere meglio chi ci sta accanto e migliorare la nostra efficacia comunicativa.

Da venerdì 27 a domenica 29 Marzo

Su proposta di Paolo Togninelli e Antonella Avagnano

Torino: il Museo Egizio e la Galleria Sabauda

Il Museo delle antichità Egizie di Torino è considerato, per il valore dei suoi reperti, il più importante del mondo dopo quello de Il Cairo. Visitarlo ci darà la possibilità di ammirare le testimonianze di una delle civiltà più importanti della storia dell'uomo.

Torino custodisce un altro vero gioiello: la Galleria Sabauda, che ospita in maniera permanente oltre 700 opere d'arte tra dipinti, quadri, statue di artisti italiani ed europei. Visitandola, passeggeremo tra i capolavori di Mantegna, Tintoretto, Rubens, tanto per citarne alcuni.

Sabato 4 Aprile

Chiaralisa Lupelli

Cineforum

Domenica 5 Aprile

Su proposta di Federica Incoronato

La Garbatella: un rione caratteristico

Federica Incoronato ci guiderà tra le vie della Garbatella, uno dei quartieri più caratteristici di Roma, celebre per lo stile eclettico dei suoi edifici noto come "barocchetto" romano.

Il quartiere, fondato nel 1920, è un esempio virtuoso di perfetta integrazione tra architettura, ambiente ed edilizia popolare.

Conosciamo Monterotondo

Domenica 19 Aprile

Su proposta di Paolo Togninelli

Paolo Togninelli, ideatore del museo Archeologico Multimediale, ci racconterà la nascita di Monterotondo e il suo sviluppo dall'età preromana ai fasti del Rinascimento.

La visita prenderà avvio proprio dal museo e da qui, attraverso le vie del centro storico, ripercorreremo l'antico abitato alla riscoperta di alcuni luoghi particolari, a volte sconosciuti anche agli stessi cittadini, fino alle sale affrescate di Palazzo Orsini.

Una settimana a NY

4-10 Maggio

Su proposta di Antonella Avagnano e Paolo Togninelli

Una settimana nella Grande Mela alla scoperta di tre perle dell'arte: il Met, il Moma e il Guggenheim. Arte antica e moderna, archeologia e avanguardie artistiche, tra i grattacieli della Fifth Avenue, i teatri di Broadway e il Central Park.

La visita della Statua della Libertà, del Ground Zero e di Manhattan saranno parte integrante di questo viaggio nell'arte oltreoceano.

L'Orto Botanico

Sabato 16 Maggio

Su proposta di Roberto Moreschi

L'Orto Botanico di Roma è un giardino storico, vero e proprio museo a cielo aperto, che permette di osservare e conoscere un patrimonio floristico composto con elementi provenienti da tutto il mondo.

La visita costituisce un'ottima opportunità per entrare in contatto con una varietà di piante straordinarie: da quelle utili per le preparazioni farmaceutiche, alla flora tipica del Mediterraneo, alle numerosissime specie esotiche.

Domenica 17 (o 24) Maggio

Concerto in Sala Rodari

Torna Antongiulio Foti, giovane talento del jazz, ormai un appuntamento fisso per l'UPE.

Sabato 23 Maggio

Su proposta di Chiaralisa Lupelli

Cineforum

7-14 (o 14-21) Giugno

Settimana di Benessere e Cultura

Riproponiamo anche quest'anno una settimana in grado di coniugare il benessere e la cultura.

Scopriremo insieme la meta che ci ospiterà nel mese di giugno.

Sabato 27 Giugno

Chiusura dell'A.A.

Accompagnati dal Gruppo vocale Controcanto, diretto da Egizia Costantini, daremo vita alla Festa di chiusura dell'Anno Accademico per salutarci e darci appuntamento all'anno successivo.

Italiano e dintorni

Il Sabato Culturale a Palazzo Betti	14
Cinema e Letteratura dal libro al film	15
Poesia Wiva: la poesia è la bellezza che ci abita l'anima	16
Fare filosofia attraverso i film	17
Il mito e le sue riattualizzazioni nella poesia e nelle arti	18
Attualità: Un'idea dei Balcani	19
Lingua dei Segni Italiana corso base	20
Lingua dei Segni Italiana corso avanzato	21
INTERPRETARE I MEDIA: come immagini e parole formano i nostri pensieri	22

Archeologia e Storia dell'Arte

Storia dell'arte contemporanea: da Van Gogh a Picasso	26
Artisti da scoprire e riscoprire L'arte di Spagna e di Fiandra	27
Arte Ebraica e arte Islamica	28
Percorsi di arte contemporanea	29
Il Rinascimento: apoteosi dell'arte	30
Artisti da scoprire o riscoprire: un viaggio nel Museo Italia	31
Il secondo Rinascimento	32
L'età della Controriforma: il Barocco	33
Lingua, Arte, Cultura e Vita quotidiana nell'Egitto dei Faraoni	34
Roma Medievale	35
L'arte del Cinquecento: dal Rinascimento dei grandi maestri al Manierismo	36

Le Arti

L'arte come strumento di inclusione sociale	40
Musica da ascoltare, vedere, capire	41
CONTROCANTO Laboratorio di canto corale	42
Disegno & Pittura Osservando lo stile dei grandi Maestri	43
Fotografia generale: la comunicazione in uno scatto	44
Videomaking: tecniche di ripresa e significati	46
DISEGNO & PITTURA Le tecniche dell'arte	48
Ciak si gira	49
Tutti in scena!	50

Lingue Europee

Lingua Inglese Corso livello A1 del QCER	54
Lingua Inglese Corso livello A2 del QCER	55
Lingua Inglese Corso Livello A2 PLUS (Pre–intermedio)	56
Lingua Inglese Corso livello A1 del QCER	57
Lingua Inglese (pre-intermedio) Corso livello A2 del QCER	58
Lingua Inglese (intermedio) Corso livello B1 del QCER	59
Lingua Inglese - Corso livello B2+ del QCER e Conversation	60
Lingua inglese - Corso livello A1 del QCER	61

Lingue Europee

Lingua Inglese Corso Livello A2+/B1 del QCER 62
Lingua Spagnola. Corso livello A1 del QCER 63
Lingua Spagnola. Corso livelli A2/B1 del QCER 64
Lingua Spagnola. Corso livello C1 del QCER 65
Lettura di Caperucita en Manhattan. Da B1 in avanti. 66
Lettura guidata di "La cajita de hueso". Livello A2/B1 67
Lingua e comunicazione francese. Corso livello base (A1 del QCER) 68
Lingua e comunicazione francese. Corso livello A2 del QCER 69
Tedesco Corso livello A1 del QCER 70

Scienza e Tecnica

Dal microcosmo al macrocosmo: viaggio tra le stelle e i pianeti 74
Informatica, livello base 75
Informatica livello avanzato 76
Sviluppo Front End corso base 77
WordPress corso Base 78

Psicologia e Benessere

Yoga Classico: per il corpo e per la mente 82
Ginnastica dolce Metodo Postural - Pilates 83
Rilassamento psicofisico e gestione dello stress 84
Autostima e assertività 85
Psicologia, cinema e libri 86
Conoscere il sistema psichico 87
Psicologia Del Crimine 1 88
Psicologia Del Crimine 2 89
Relazioni: croce e delizia 90
Approfondimenti di Riflessologia Plantare 91
Piante Medicinali: uso storico e attuale 92

Creatività e Tempo libero

Antichi mestieri: ricamo e cucito creativo 96
La tecnica Presepiale 97
Gli scacchi: un gioco per crescere 98
Balli coreografici e sociali 99
Coltivare la terra e se stessi in armonia con la natura 100
La pittura per…Recuperare, Decorare, Impreziosire. 101

Iniziative Culturali

A partire da pagina... 104

MCC
CENTRO COMMERCIALE MONTEROTONDO
Il tuo shopping. Ogni giorno.
1
PAM
Superstore
25
Negozi e
servizi
560
Posti Auto
Viale Bruno Buozzi 35
MONTERONTONDO
CENTROMONTEROTONDO.IT
euronics NOVA
PIAZZA ITALIA
Terranova
Pam

Università Popolare Eretina - "A. Martinoia"
Via Fabio e Raffaello Giovagnoli, 74 - 00015 Monterotondo RM
Tel/Fax 06 906 64 41 - 06 906 62 62
www.upemonterotondo.com upemonterotondo@gmail.com
Università Popolare Eretina