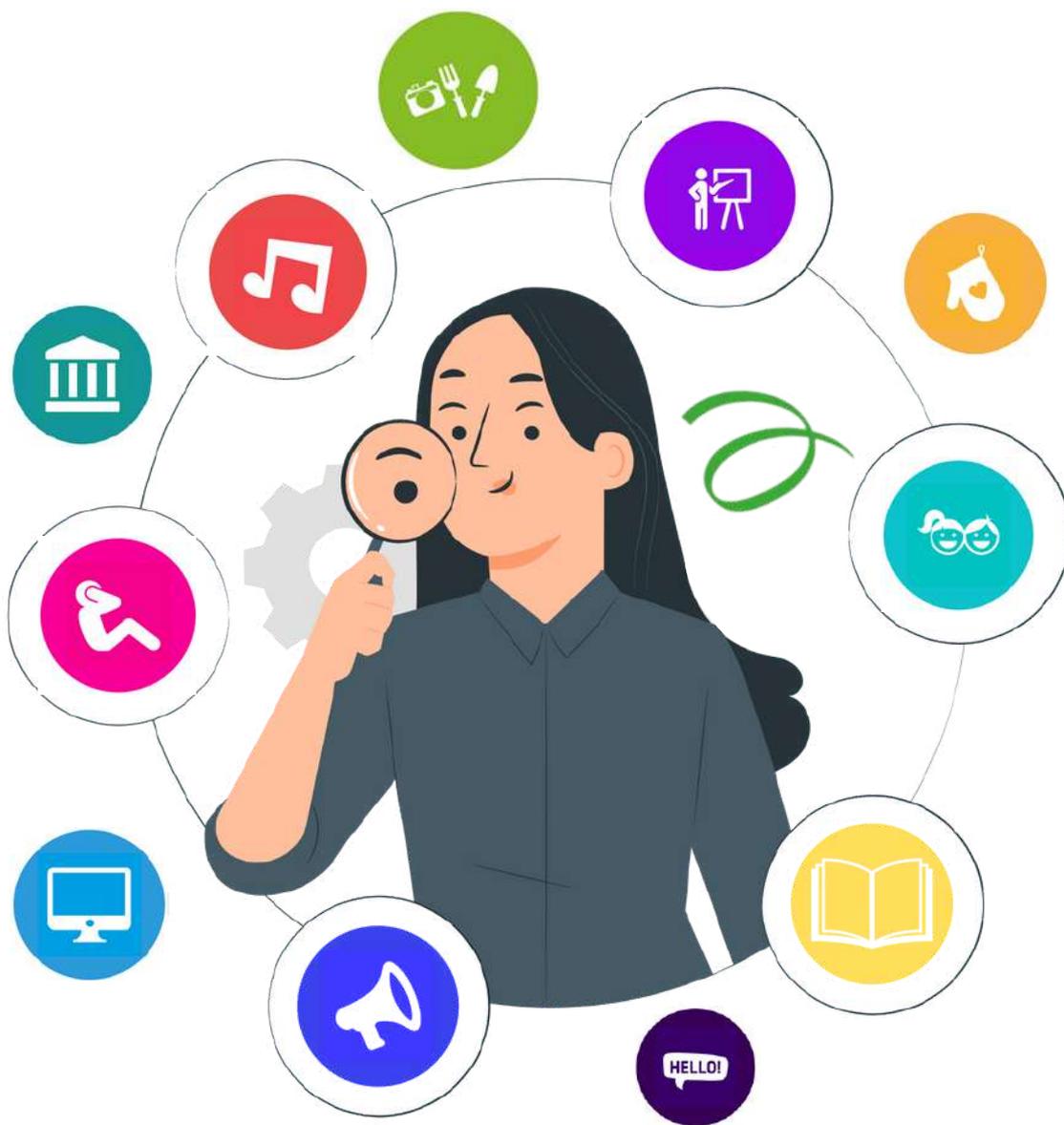


libera la tua voglia di sapere!



*Corsi, laboratori e conferenze per il tempo libero,
per socializzare, per conoscere e condividere.*

Con il patrocinio di



Cremona
COMUNE DI CREMONA



Comune di Crema



Dove e Quando mi iscrivo ?

SEDE UNIPOP CREMONA

Via Brescia, 207

ORARIO SEGRETERIA

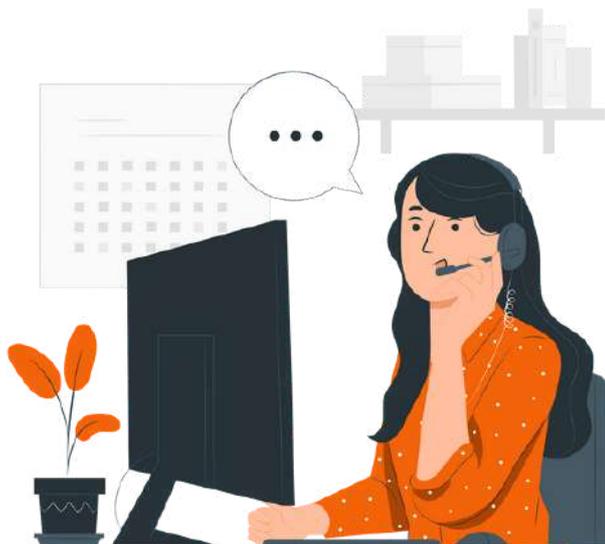
Lunedì: 10.00/13.00 - 14.00/18.00

Martedì: 10.00/13.00 - 14.00/18.00

Mercoledì: 10.00/16.00

Giovedì: 10.00/13.00 - 14.00/18.00

Venerdì: 10.00/13.00



CONTATTI

Tel: 0372 448678 - **Cell:** 393 8018623

e-mail: unipop.cremona@auser.lombardia.it

web: www.auserunipopcremona.it

FB: Auser Unipop Cremona

IG: Auser Unipop Cremona

SPORTELLO PRESSO IL CENTRO SOCIALE AUSER

"ELISEO E STELLINA STRADIOTTI" in Via Alfeno Varo, 8

Riceveremo solo su appuntamento telefonico

Con possibilità di pagamento in contanti o tramite bonifico.

Auser Unipop Cremona: Chi siamo

L'Auser Unipop Cremona è un'associazione di promozione sociale che organizza corsi, laboratori, eventi, conferenze, attività formative per il tempo libero, per socializzare e stare insieme. Nasce il **1^ giugno del 1996** a Cremona su idea di **Donata Rosa Bertoletti** che insieme a un ristretto gruppo di persone getta le basi per quella che diventerà una scuola strutturata, stabile e sempre più presente su tutto il territorio cremonese.

I nostri corsi sono ospitati
e in collaborazione con:



- **CPIA**
Via San Lorenzo, 4/B
 - **Cremona Solidale**
Via Brescia, 207
 - **Sala Corsi "Guido Bussi" c/o Sede Auser**
Via Brescia, 207
 - **Centro Sociale Auser Stradiotti**
Via Alfeno Varo, 8
 - **CRAL Aziende Sanitarie Cremonesi**
Via Postumia, 23/L
-

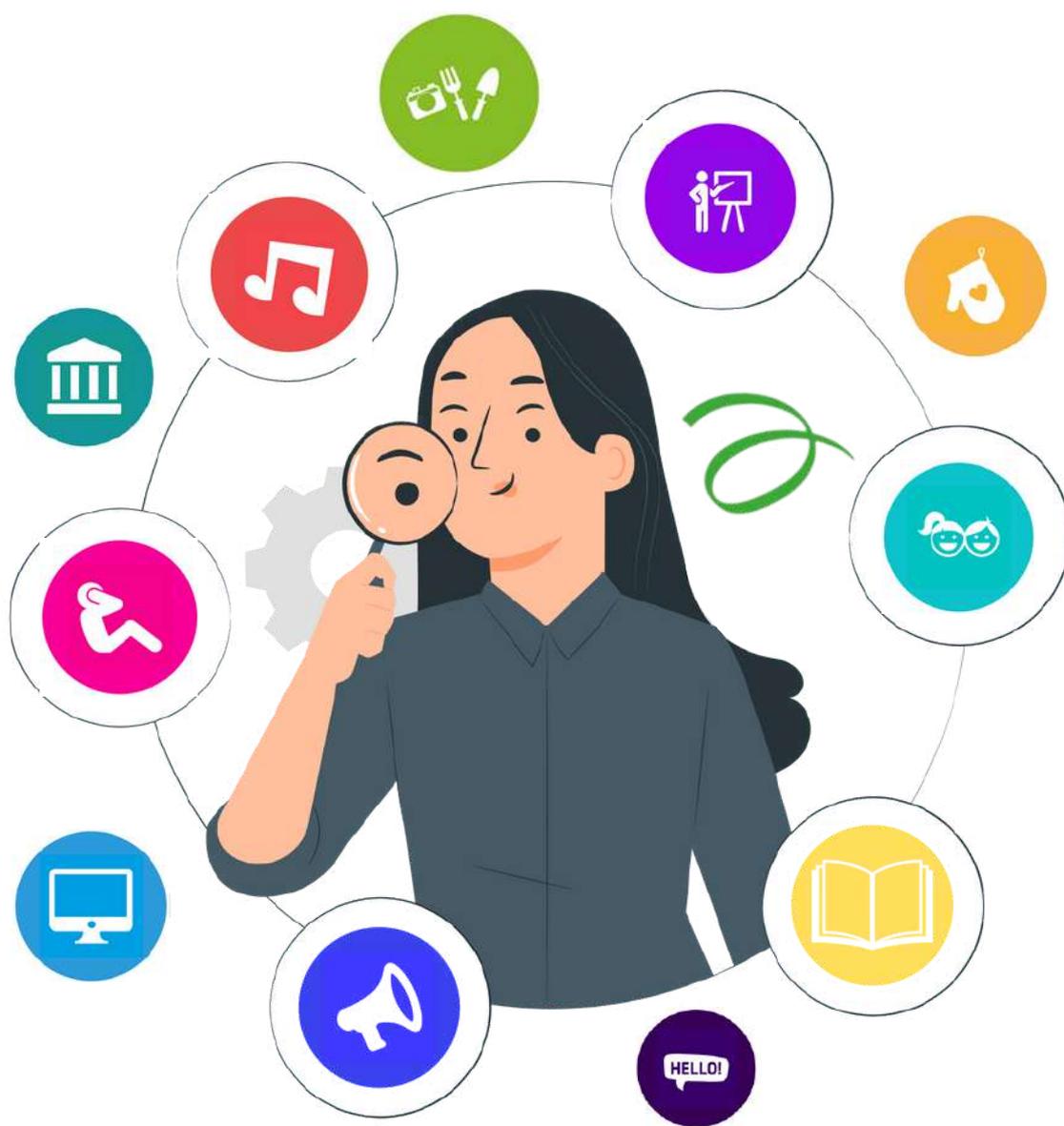
Nonostante le forti difficoltà dovute alla situazione pandemica, l'anno scolastico 2021/22 si è concluso con:

- **521 iscritti**
- **32 docenti**
- **34 corsi**
- **9 corsi nei paesi**
- **3 centri estivi svolti nei Comuni di Bonemerse, Malagnino e Stagno Lombardo**



Grazie !

Da tutti noi
di Auser Unipop Cremona!



**LUNEDÌ 5 SETTEMBRE 2022
SI APRIRANNO LE ISCRIZIONI**

INFORMAZIONI SUI CORSI

I nostri corsi si svolgeranno nelle seguenti modalità:

- **Lezioni in presenza in aula**
- **Lezioni On Line**
- **Lezioni in modalità mista sia in presenza, sia On Line**
in base alla disponibilità dei docenti ed al tipo di corso



Auser Unipop abbatte i costi

Dato l'aumento dei costi delle materie prime, dei trasporti, del caro-vita in generale nel corso del 2022, **la Presidenza di Auser Unipop Cremona ha deciso** con l'inizio del nuovo anno accademico 2022/23 **di ridurre il costo dei corsi** che vi proponiamo.

Auser Unipop ha assunto questa decisione rinunciando ad una parte delle entrate, per rispondere alle esigenze delle famiglie.



INDICE DEI CORSI

	PAGINE
 • <u>BENESSERE</u>	7
 • <u>CUCINA & DEGUSTAZIONE</u>	8
 • <u>ARTI & MESTIERI</u>	9-10
 • <u>INFORMATICA</u>	11
 • <u>LINGUE STRANIERE</u>	12-13-14
 • <u>MUSICA</u>	15
 • <u>STORIA & FILOSOFIA</u>	16-17-18
 • <u>GRUPPI DI LETTURA</u>	18
 • <u>PERCORSO DIRITTO & STORIA</u>	19
 • <u>NUOVE PROPOSTE</u>	19
 • <u>I NOSTRI CORSI NEI COMUNI</u>	20





CORSI ANNUALI DI GINNASTICA DOLCE E YOGA

Vi proponiamo pacchetti da 10 lezioni, rinnovabili di volta in volta, che proseguiranno durante l'anno con partenza dal mese di ottobre 2022.

Giorni ed orari da definire in base alla disponibilità del docente e della palestra.

CORSO	DOCENTE	COSTO
GINNASTICA DOLCE	PAOLA BERGAMASCHI	10 lezioni € 50 € 40
YOGA	RAFFAELLA ROMANI	10 lezioni € 50 € 40

Primo Soccorso

Docente: Alessandro Rancati **Durata:** 6 lezioni da 2 ore - da febbraio/marzo 2023

Programma: esame dell'infortunato; ferite, emorragie e loro trattamento; ustioni e loro trattamento; shock; fratture e loro trattamento; perdite di coscienza; droghe. Prove pratiche di: posizione laterale di sicurezza, respirazione artificiale; massaggio cardiaco.

Costo: ~~€ 15~~ **€10**

Trucco

Docente: Veronica Cipelletti **Durata:** 6 lezioni da 2 ore - da febbraio/marzo 2023

Programma: apprendere le tecniche e gli elementi di osservazione per valorizzare il proprio viso, la propria immagine e le proprie espressività attraverso la scelta adeguata del make-up quotidiano. Lezioni pratiche per apprendere gli elementi tecnici per la detersione del viso, della scelta del prodotto adatto al proprio make-up e sua conservazione, del make-up di occhi, labbra, viso.

Costo: ~~€ 65~~ **€50**





BirriAmo: conoscere la birra

Docente: Ezio Casali **Durata:** 5 lezioni da 2 ore - da febbraio/marzo 2023

Programma: argomenti del corso saranno i cereali, le fermentazioni, la birra nella storia dell'uomo, la coltivazione dell'orzo e degli altri cereali per l'industria brassicola, il luppolo, la produzione, le tipologie e gli stili della birra, la degustazione e gli abbinamenti cibo-birra. Ogni lezione sarà suddivisa in una parte teorica ed una pratica con degustazione di una o due birre.

Costo: ~~€ 90~~ €70

Cucina tradizionale

Docente: Andrea Ferrari **Durata:** 5 lezioni da 2 ore - da febbraio/marzo 2023

Programma: una cucina a 360 gradi, semplice, genuina ed estremamente legata alla bontà delle materie prime. Si creeranno piatti tradizionali ma anche veloci ed innovativi. Si costruiranno e realizzeranno menù completi anche in base ai desideri dei partecipanti del corso.

Costo: ~~€ 110~~ €90

Degustator diVino: conoscere il vino

Docente: Ezio Casali **Durata:** 6 lezioni da 2 ore - da ottobre/novembre 2022

Programma: il corso avrà lo scopo di avvicinare i partecipanti al mondo del vino, tenendo presente che il vino è piacere e salute, se gustato con sobrietà. Le lezioni verteranno su: introduzione alla conoscenza della vite e della vigna, la produzione del vino, la classificazione del vino italiano, la tecnica della degustazione mediante l'esame visivo, olfattivo, e del gusto. Ogni lezione sarà suddivisa in una parte teorica e in una pratica mediante la degustazione di uno o due tipi di vino diversi. Le lezioni si terranno presso il Bar Vigno.

Costo: ~~€ 110~~ €90





Scrittura creativa: percorso base (propedeutico per il corso avanzato)

Docente: Cinzia Carotti **Durata:** 10 lezioni da 1 ora e mezza - da novembre 2022

Programma: vuoi conoscere come funziona una storia? Quali sono gli elementi essenziali per scriverne una? Il corso ruoterà proprio attorno agli elementi principali che costituiscono la narrazione: personaggi, ambientazioni, tempo narrativo, dialoghi, ecc. Le lezioni sono suddivise in nuclei tematici con esempi mirati ed esercizi.

Costo: ~~€ 80~~ €65 (dispense e slide comprese)

Scrittura creativa: percorso avanzato

Docente: Cinzia Carotti **Durata:** 8 lezioni da 1 ora e mezza - da febbraio/marzo 2023

Programma: il corso prevede la frequenza del corso base o una buona padronanza delle principali forme narrative. Approfondiremo il meccanismo di funzionamento delle storie: viaggio dell'eroe, la narrazione in tre atti, le strutture drammaturgiche, l'arco di trasformazione del personaggio e per concludere accenni sull'autobiografia e l'autofiction. Le lezioni sono suddivise in nuclei tematici con esempi ed esercizi mirati.

Costo: ~~€ 80~~ €65 (dispense e slide comprese)

Taglio & Cucito

Docente: Annamaria Rozzi **Durata:** 10 lezioni da 2 ore - da febbraio/marzo 2023

Programma: il corso ha l'obiettivo di realizzare uno o più capi base (gonne, pantaloni e corpino) partendo dal prendere le misure, costruire la base, elaborare il modello, realizzare il taglio e, infine, confezionare il capo base. Un corsobreve, ma completo che permetterà a chiunque voglia di cimentarsi con uno dei più antichi e affascinanti lavori artigianali.

Costo: ~~€ 100~~ €80 (materiali esclusi)

Laboratorio di Teatro

Docente: Enrico Tomasoni **Durata:** 10 incontri da 2 ore - da febbraio 2023

Programma: un laboratorio incentrato sulla conoscenza del teatro come esperienza, come possibilità di mettersi alla prova, di raccontarsi e raccontare la propria realtà. Si impareranno le basi delle tecniche di respirazione e uso della voce, dizione, tecniche di racconto, uso del corpo e dello spazio, improvvisazione e molto altro ancora.

Costo: ~~€ 120~~ €100





 **NUOVE PROPOSTE !!**

Corso di Burraco

Docente: Burraco Cremona APS. **Durata:** (numero e durata delle lezioni da definire)

Programma: scoprire tutti i segreti di uno dei giochi da tavola più amato da grandi e piccini, capire le mosse chiave che si dovranno o non dovranno mettere in pratica durante una partita al fine di portare a casa un buon punteggio. Consigli, strategie per divertirsi in compagnia.

Costo: da definire

Corso di Cinema - Teoria ed esemplificazioni filmiche

Docente: Stefano Salvadori. **Durata:** 6 lezioni (durata da definire)

Programma: Durante il corso svilupperemo le seguenti tematiche: Il film come lingua. Aree espressive, significanti, segni e codici; Livelli della rappresentazione. Lo spazio, il tempo; Le componenti della narrazione. Ambienti e personaggi, azioni e trasformazioni; Le forme della comunicazione.

Costo: da definire

Corso di Videografia - Pratica del cortometraggio

Docente: Stefano Salvadori. **Durata:** 9 lezione (durata da definire)

Programma: Durante il corso svilupperemo le seguenti tematiche: Il soggetto; La sceneggiatura; Il set; Le riprese; Il montaggio; Critica: la visione e l'analisi.

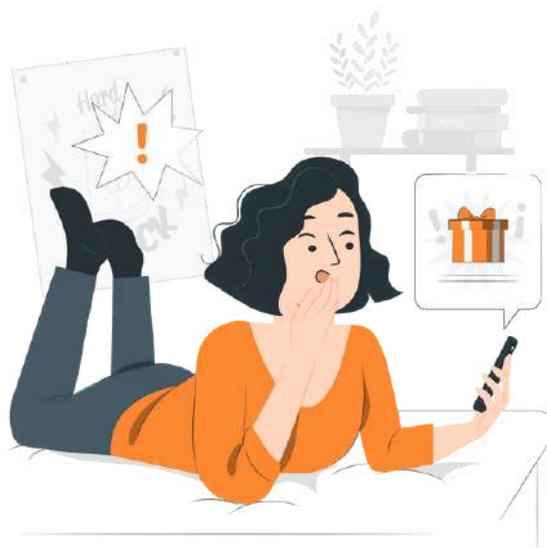
Costo: da definire

Regala un corso Auser Unipop

**Vuoi fare un regalo ad un amico,
un parente o una persona
che ti sta a cuore ?**

Scegli uno dei nostri corsi !

**Per info contattate la segreteria
di Auser Unipop Cremona**





• INFORMATICA

OVER 65 SCONTO 50%

sul prezzo originale del corso



Informatica di base

Docente: Claudio Malinverno **Durata:** 20 lezioni da 2 ore, cadenza bisettimanale - da ottobre/novembre 2022

Programma: il computer non è un nemico! Partendo da zero e con molta molta pazienza è possibile vincere la nostra istintiva ritrosia nei suoi confronti e cominciare a utilizzarlo con più sicurezza. Un corso completo di informatica con un modulo dedicato a Internet.

Costo: ~~€ 150~~ €120

Excel - Word

Docente: Claudio Malinverno **Durata:** 10 lezioni da 2 ore - da febbraio/marzo 2023

Programma: **Excel** scopo del corso è illustrare le caratteristiche di MS Excel, un potente strumento di gestione di dati numerici utile per chi abbia la necessità di impostare tabelle, eseguire automaticamente semplici calcoli o elaborazioni più complesse, realizzare grafici di immediata lettura, creare report e documenti di sintesi che risultino efficaci ed altamente comunicativi. **Word** corso per l'utilizzo del sistema di videoscrittura fra i più diffusi, che seguirà al termine di Excel

Costo: ~~€ 120~~ €100 per Excel, ~~€ 100~~ €80 per Word

AutoCAD (corsi base 2D e 3D)

Docente: Emilio Greppi **Durata:** 10 lezioni da 2 ore - da ottobre/novembre 2022

Programma: AutoCAD è sicuramente lo standard CAD più famoso e diffuso al mondo, utilizzato anche dall'hobbista, deve il suo successo alla comodità di utilizzo pratico nonché all'utilizzo personalizzabile per qualsiasi esigenza e settore. Questo corso base mira a fare acquisire le metodiche di lavoro e gli strumenti necessari per operare in ambiente grafico sia 2D che, per chi è già in grado di operare nella bidimensionalità, anche in 3D.

Costo: ~~€ 150~~ €120 per il modulo 2D, ~~€ 150~~ €120 per il modulo 3D

Pixlr

Docente: Chiara Zerbini **Durata:** da definire

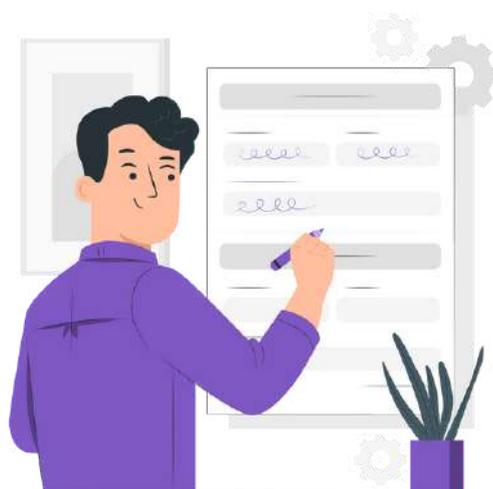
Programma: un programma di post editing molto simile a Photoshop ma gratuito ed online, insieme alla nostra docente scopriremo questo software di fotoritocco perfetto per migliorare le vostre foto o creare delle piccole opere artistiche.

Costo: da definire

 **NUOVA PROPOSTA !!**

TEST DI INGRESSO OBBLIGATORIO PRIMA DELL'ISCRIZIONE PRESSO LA SEGRETERIA

INGLESE



LIVELLI:

- PRINCIPIANTI ASSOLUTO - BEGINNER - A1
- BASE - ELEMENTARY - A1 TO A2
- PRE-INTERMEDIO - PRE-INTERMEDIATE - A2 TO B1
- INTERMEDIO - INTERMEDIATE-ADVANCED - B1 TO ALL LEVELS
- CONVERSAZIONE

DOCENTI:

- ROSSANA BANTI
- BARBARA COLONNA
- CARLOTTA FIAMMENGHI
- JESSICA FORNASARI
- ERIKA SANZENI

DURATA:

- 20 LEZIONI DA 2 ORE - CADENZA SETTIMANALE - da ottobre/novembre 2022

COSTO:

- ~~€ 140~~ € 110 OGNI CORSO





INGLESE

Letteratura inglese for Dummies (tre cicli da 4 lezioni ciascuno)

Docente: Jessica Fornasari **Durata:** 4 lezioni da 1 ora - da marzo/aprile 2023

Programma: William Shakespeare, Jane Austen, Oscar Wilde, ... sono solo alcuni degli autori che fanno parte della storia della letteratura inglese. Attraverso brevi e semplici lezioni, arricchite da supporti audio visivi come spezzoni di film, musiche e quadri, questo corso vuole introdurre il mondo letterario e storico che ha circondato la vita di poeti e scrittori inglesi dal Rinascimento fino all'Età Romantica. Dimostrando, infine, che la letteratura e la storia sono davvero alla portata di tutti.

Costo: ~~€ 30~~ **€25** (per ogni ciclo)

Famous Soundtracks

Docente: Rossana Banti **Durata:** 8 lezioni da 1 ora e mezza - da marzo/aprile 2023

Programma: corso musicale breve per imparare e migliorare l'inglese attraverso le parole dei testi delle colonne sonore dei film più famosi. Corso alla portata di tutti anche per tutti quelli a cui l'inglese sembra una chimera.

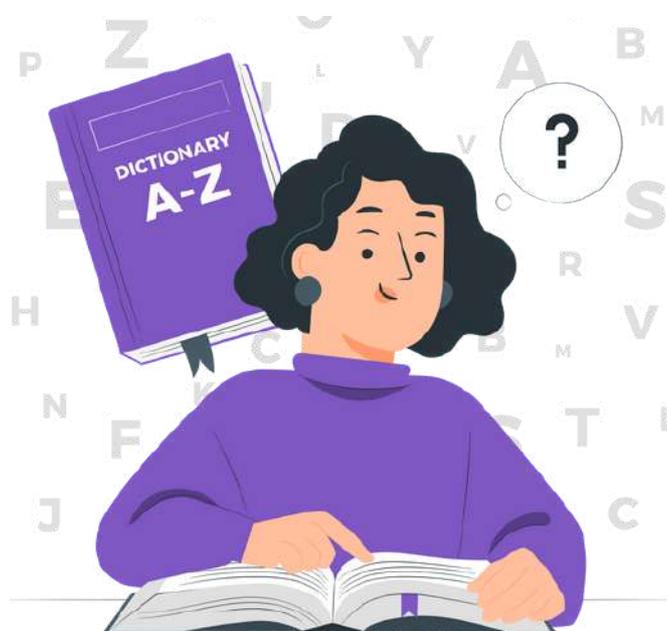
Costo: ~~€ 30~~ **€25**

London Calling

Docente: Rossana Banti **Durata:** 8 lezioni da 1 ora e mezza - da marzo/aprile 2023

Programma: avete mai pensato che vorreste conoscere le parole di quella canzone che vi piace tanto, che sentite spesso ma che non riuscite a capire? Don't worry, questo corso è per voi! Dai testi di canzoni semplici e non che fanno e continuano a fare la storia della musica mondiale capiremo testi e strutture... e l'inglese sembrerà molto meno ostico e sconosciuto di quanto vi possa apparire ora.

Costo: ~~€ 40~~ **€30**





FRANCESE



SPAGNOLO



TEDESCO

LIVELLI:

- **I LIVELLI SI DEFINIRANNO IN BASE ALLA DOMANDA**
Disponibilità di corsi: **BASE - INTERMEDIO - AVANZATO**

DOCENTI:

- **KATHARINA SCHELLING**
- **LILY ORTEGA**

DURATA:

- **20 LEZIONI DA 1 ORA E MEZZA - CADENZA SETTIMANALE**
partenza da ottobre/novembre 2022

Giorni ed orari delle lezioni verranno definiti in base alla disponibilità delle docenti e delle aule

COSTO:

- ~~€ 100~~ **€80 OGNI CORSO**





Chitarra (corso individuale)

Docente: Eric Fievet **Durata:** 10 lezioni da 1 ora - da ottobre 2022

Programma: si valuteranno gli interessi e le competenze dei singoli iscritti al fine di migliorarne le capacità esecutive ed acquisire una più ampia conoscenza degli aspetti musicali interpretativi. È possibile scegliere tra insegnamento dello strumento tradizionale oppure "chitarra per accordi" cioè per accompagnamento.

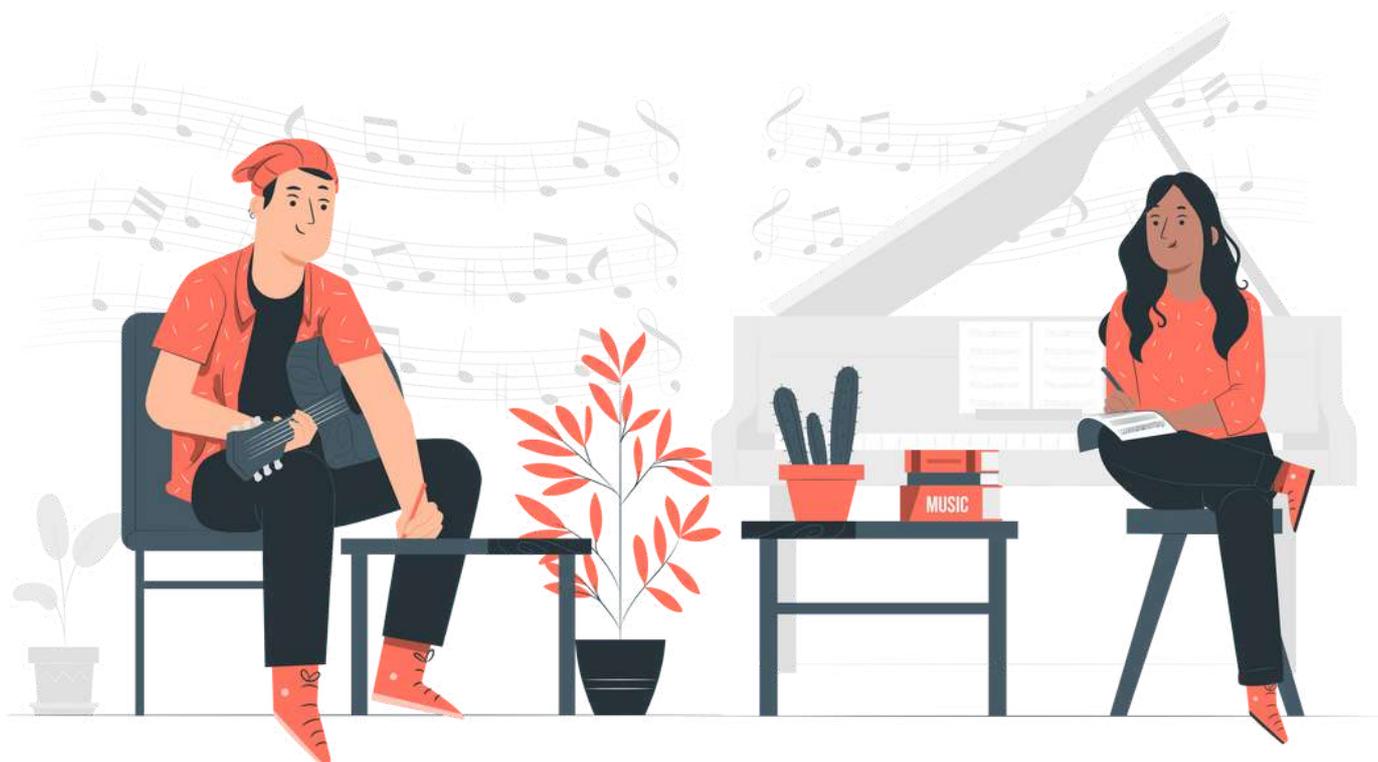
Costo: ~~€ 150~~ **€120**

Pianoforte

Docente: da definire **Durata:** 10 lezioni individuali da 1 ore

Programma: si valutano interessi e competenze degli iscritti al fine di migliorarne le capacità esecutive ed acquisire una più ampia conoscenza degli aspetti musicali interpretativi.

Costo: ~~€ 150~~ **€120**





 **NUOVE PROPOSTE !!**

Dialettologia d'arte

Docente: Agostino Melega **Durata:** 10 lezioni da 1 ora e mezza - da ottobre 2022

Programma: "L'Enèide in dialèt cremunées (L'Eneide in dialetto cremonese)".

Partendo dalla versione in vernacolo cremonese urbano, effettuata dal docente sul lavoro di Enzo Cetrangolo, traduttore dell'opera latina di Virgilio, si andrà a svolgere un lavoro di ricerca sulle possibili varianti linguistiche suggerite dai linguaggi vernacolari dei corsisti. All'inizio di ogni incontro verrà consegnata a detti partecipanti una dispensa di ventidue/ ventiquattro cartelle.

Costo: ~~€ 60~~ €50

Introduzione all'etica per problemi. Le dimensioni dell'agire morale

Docente: Lucia Ziglioli **Durata:** 5 incontri da 2 ore - da autunno 2022

Programma: Nella vita di tutti i giorni compiamo continuamente scelte morali, giudichiamo quelle degli altri e ci troviamo in disaccordo su quale sia la cosa 'giusta' da fare. Ma quali sono le categorie che applichiamo nel momento in cui giudichiamo una cosa come giusta o ingiusta? Di fronte ad un conflitto tra due 'giusti', cosa ci guida nella decisione? E qual è la parte svolta da assunzioni implicite, a volta ignote al soggetto stesso, nell'elaborazione del giudizio morale? In questo laboratorio partiremo dall'esame e dalla libera discussione di casi concreti per poi chiarire la struttura del ragionamento morale ed individuare i fattori che maggiormente determinano il nostro giudizio. Esamineremo quindi alcune delle principali teorie etiche, valutandone di volta in volta punti di forza e criticità.

Costo: ~~€ 50~~ €40

Filosofia in musica

Docente: Lucia Ziglioli **Durata:** 5 incontri da 2 ore - da primavera 2023

Programma: Un percorso inedito e originale lungo due sentieri di indagine che si intrecceranno fra loro: quello della musica come oggetto, essa stessa, di indagine filosofica, e quello della musica come strumento della filosofia, come mezzo per veicolare significati e visioni del mondo.

Sarà pertanto un percorso di filosofia della musica, attraverso il quale provare a rispondere alle domande del tipo: "che cos'è la musica?", "come si distingue dal rumore?", "c'è un'estetica musicale?", "la musica ha una dimensione etica?", "quali funzioni può assumere?", e così via. Allo stesso tempo, sarà un percorso di filosofia in musica: a partire, di volta in volta, dall'ascolto di un brano musicale, ne esamineremo il messaggio nelle sue varie dimensioni (suoni, armonia, ritmo, parola...), facendoci interpreti dell'universo di significati di cui il brano è portatore.

Costo: ~~€ 50~~ €40



• **STORIA & FILOSOFIA**

Letteratura italiana contemporanea

Docente: Cinzia Carotti **Durata:** 4 lezioni da 1 ora - da aprile/maggio 2023

Programma: corso introduttivo di 4 lezioni sulla letteratura italiana contemporanea attraverso figure di spicco, e alcune meno note, del nostro panorama contemporaneo tra narrativa, saggistica e poesia.

Costo: ~~€ 50~~ €40

"Filosofia è anche Donna"

Docente: Roberta Balzarini **Durata:** 4 lezioni da 1 ora e mezza - da gennaio 2023

Programma: una breve panoramica sull'eredità di donne che hanno fatto la storia del pensiero, con brevi riferimenti all'epoca da loro vissuta. Le donne sono state filosofe prima di poter seguire un corso universitario, di poter pubblicare libri, sono state studiose che con le loro riflessioni hanno dato un altro sguardo sulla realtà.

Costo: ~~€ 50~~ €40

Eguaglianza: un lungo cammino per essere se stessi

Docente: Rossella Zelioli **Durata:** 10 lezioni da 1 ora e mezza - da novembre 2022

Programma: Breve percorso filosofico sull'idea di eguaglianza, dai classici del pensiero alla democrazia moderna, alla crisi dei nostri tempi. La centralità filosofica dell'uguaglianza nei sistemi politici, nell'idea di giustizia, la sua crisi profonda nell'epoca del tardocapitalismo. La potenza della disuguaglianza e le sue conseguenze sull'idea di giustizia. Per una società migliore, riflettiamo insieme ad alcuni grandi filosofi su uno dei problemi di tutti i tempi, anche del nostro: eguali/diseguali perché?

Costo: ~~€ 70~~ €60

La guerra nell'antichità: strategia militare antica e battaglie epiche

Docente: Gianluca Mete **Durata:** 4 lezioni da 1 ora e mezza - da febbraio 2023

Programma: il corso intende offrire un quadro generale della strategia militare antica, attraverso le tecniche militari antiche e le loro evoluzioni, la presentazione dei grandi scontri e dei grandi condottieri che se ne resero protagonisti. Un percorso avvincente, dalle Termopili ad Annibale, da Alesia alla selva di Teutoburgo, fino agli scontri che videro Cremona e il suo territorio in veste di tragico scenario dell'anno dei quattro imperatori.

Costo: ~~€ 50~~ €40

Letteratura greca: il teatro antico

Docente: Gianluca Mete **Durata:** 5 lezioni da 1 ora e mezza - da novembre 2022

Programma: un percorso letterario e per immagini, volto ad approfondire la storia del teatro greco, attraverso la lettura e la presentazione delle grandi opere teatrali e dei suoi protagonisti, da Euripide a Sofocle, da Eschine ad Aristofane. Alla scoperta di opere che hanno segnato indelebilmente la letteratura e l'arte nei secoli.

Costo: ~~€ 60~~ €50

• GRUPPI DI LETTURA



VENITE A PROVARE I NOSTRI GRUPPI DI LETTURA !!

Cartapesta: Binge-Reading

Docente: Cinzia Carotti **Durata:** incontri mensili a partire da inizio anno accademico

Programma: «binge-reading» ovvero lettura compulsiva, quella «fame» di storie che ben si applica alle serie di libri, siano esse saghe, trilogie, ecc., e che spinge i lettori a divorare un libro dopo l'altro.

Costo: gratuito per gli iscritti Auser Unipop

Filòs - gruppo di lettura filosofico

Docente: Lucia Ziglioli **Durata:** incontri mensili a partire da inizio anno accademico

Programma: un luogo di incontro e confronto per ragionare e discutere insieme di alcune tra le grandi questioni del nostro tempo.

(Non sono necessarie conoscenze filosofiche pregresse)

Costo: gratuito per gli iscritti Auser Unipop



Attraverso la rete provinciale Auser Cultura, verranno pubblicizzati durante l'anno anche i gruppi di lettura di Auser Cultura Pandino e di Auser Cultura Rivolta d'Adda.

• GRUPPO CINEMATOGRAFICO



Durante il corso dell'anno accademico, verrà organizzato un gruppo dedicato a chi è appassionato di film e del mondo cinematografico.

Sarà un'occasione di incontro per parlare insieme di cinema.

• PERCORSI DIRITTO & STORIA

In collaborazione con PROTEO CORSI GRATUITI riservati agli iscritti Auser

Fascismo tra storia e falsi miti

Docente: Rossella Zelioli **Durata:** 5 lezioni da 1 ora e mezza

Programma: conoscendo veramente la storia, affrontiamo insieme alcuni nodi del complesso fenomeno fascista, per capire quanto abbiamo bisogno di democrazia nel presente.

Lezioni di Storia Contemporanea riservate agli iscritti di Auser Unipop

Durante il corso dell'anno accademico verranno organizzate delle lezioni OnLine e dove possibile in presenza a cura del Professor Adolfo Pepe.

Programma e numero delle lezioni da definire.

• CORSI DA DEFINIRE DURANTE L'ANNO

Durante il corso dell'anno accademico in base alla richiesta ed alla disponibilità di docenti e spazi verranno definiti e programmati vari corsi, di seguito ne lasciamo indicati alcuni:

- **Acquerello:** docente da definire
- **Autodifesa con Monia Castelli**
- **Disegno:** docente da definire

- **...Spazio alle nuove proposte !!**

Kung fu wushu

Docente: Stefano Moscarella

Durata e costo: da definire in base alla richiesta

Programma: Il Kung Fu Wushu è l'insieme delle arti marziali di origine cinese.

E' un'antica arte di combattimento che unisce allo studio della lotta e dei suoi principi, sia a mani nude che con armi, concetti filosofici e spirituali molto profondi che possono permettere un radicale miglioramento di sé stessi attraverso la conoscenza di corpo, mente e spirito.

• I NOSTRI CORSI NEI COMUNI

Con la collaborazione ed il patrocinio dei Comuni

PIZZIGHETTONE



Corsi presso Centro Sociale Aup e Oratorio San Luigi
Per ulteriori informazioni è possibile contattare la referente locale
Clara tel. 328.7070820

Ginnastica Dolce

Docente: Francesca C. **Durata:** 2 lezioni a settimana da 1 ora

Inglese

Docente: Carlotta Fiammenghi **Durata:** 20 lezioni da 1 ora e mezza
I livelli si definiranno in base alla domanda

Durante il corso dell'anno accademico, in base alla richiesta ed alla disponibilità di docenti e spazi, verranno definiti e programmati vari corsi nei Comuni di:

BONEMERSE



MALAGNINO



STAGNO LOMBARDO



• LA NOSTRA ASSOCIAZIONE A CREMA

Con la collaborazione ed il patrocinio del Comune di Crema



Per info sui corsi e iscrizioni:

AUSER CREMA - dal lunedì al venerdì dalle 9.00 alle 12.30

via Battaglio, 5 - **tel.** 0372/86491 - **e-mail:** info@auserunipopcrema.it

web: www.auserunipopcrema.it - **FB:** Auser Unipop Crema



Disegno e pittura su tessuti (corso base)

Docente: Mario Riboli **Durata:** due cicli da 10 lezioni da 2 ore

Inglese

Docente: da definire **Durata:** 12 lezioni da 1 ora e mezza

ALTRI CORSI VERRANNO PROGRAMMATI DURANTE L'ANNO SCOLASTICO IN CORSO

• RETE PROVINCIALE AUSER CULTURA



Auser Cultura Pandino e Auser Cultura "La Chiocciola" di Rivolta d'Adda sono entrate a far parte di Auser Cultura, si costituisce così la **Rete provinciale Cultura e dell'apprendimento permanente**.

Una rete con diramazione nei territori per **lavorare insieme, condividere obiettivi, promuovere l'integrazione territoriale dell'offerta formativa e culturale**.

E soprattutto promuovere la **partecipazione dei cittadini di ogni età** alle attività di apprendimento permanente.

Il settore Auser Cultura è in forte crescita nell'ambito delle attività di Auser provinciale della provincia di Cremona.

Molti i nostri iscritti e le persone che ogni anno frequentano le attività promosse da Auser Unipop e dalle singole Auser sul territorio e molti sono i volontari impegnati in questo settore, per organizzare incontri e eventi culturali.

Una decisione importante e strategica per AUSER che sempre di più allarga le proprie capacità di intervento verso politiche di cittadinanza attiva e nella direzione del coinvolgimento di tutte le persone interessate indipendentemente dall'età e puntando decisamente nel coinvolgimento dei giovani.



• **AUSER UNIPOP COLLABORA CON**



In convenzione con il Comune di Cremona - Museo Cambonino

Il Comune affida all'Associazione il supporto alla gestione dei seguenti servizi integrativi del Museo Cambonino:

- servizio di accoglienza;
- servizio di sorveglianza;
- servizio didattico;
- condivisione e cooperazione nella definizione di progetti e attività culturali.

• **MicroFestival di Teatro & Musica Antica**

All'interno dell'oratorio della Beata Vergine di Caravaggio, presso il Museo della Civiltà Contadina del Cambonino, si svolgerà la rassegna di concerti, sotto la direzione artistica di Roberto Cascio, esperto di musica rinascimentale e barocca. All'interno di questo piccolo luogo che fu di preghiera e raccoglimento, verranno messi in scena, anche grazie al contributo di Auser Unipop Cremona, rappresentazioni con testi del XVI secolo e brevi interventi musicali attraverso la forma semi-scenica o di reading.

In collaborazione con Associazione 25 Aprile

Progetto Verso una didattica della Costituzione, Conoscere la Costituzione, Formare alla cittadinanza

Continua anche per il prossimo a.s. 22/23 la collaborazione con l'**Associazione 25 Aprile, Conoscere la Costituzione, Formare alla cittadinanza**



• Come associarsi all'Auser Unipop Cremona

Le nostre iniziative sono rivolte a **TUTTI** indipendentemente dal titolo di studio e dell'età

Diventare socio Auser Unipop Cremona è molto semplice:



DI PERSONA, PRESSO LA SEGRETERIA:

- compila la domanda di iscrizione
- versa la quota associativa **NON RIMBORSABILE** di euro **22,00**
- versa in contanti o tramite **bancomat** la quota del corso



TRAMITE MAIL:

- scarica la domanda di iscrizione nella sezione MODULISTICA del nostro sito **www.auserunipopcremona.it**
- compila, firma e invia la domanda di iscrizione al nostro indirizzo email **unipop.cremona@auser.lombardia.it**
- effettua il pagamento della quota associativa **NON RIMBORSABILE** di euro **22,00** e la quota del corso tramite **BONIFICO BANCARIO** sul conto **IT7800503411430000000217230**
- invia la ricevuta di avvenuto pagamento al nostro indirizzo mail **unipop.cremona@auser.lombardia.it**



COSTI:

Il contributo deve essere corrisposto per intero all'atto dell'iscrizione, che dovrà avvenire almeno **entro 5 giorni** dalla partenza del corso.

I corsi verranno avviati se raggiungeranno il numero minimo di partecipanti previsto per ognuno dei corsi stessi.

L'iscrizione annuale è di **22 euro** per **l'anno accademico 2022/23** (settembre 2022 – giugno 2023) e **NON È RIMBORSABILE** in quanto quota associativa comprensiva di assicurazione, **NEMMENO SE IL CORSO NON PARTE.**



RIMBORSI:

Il contributo del corso, previa presentazione della **RICEVUTA DI PAGAMENTO**, è rimborsabile **ESCLUSIVAMENTE** nei seguenti casi:

- a) per cancellazione del corso da parte della Segreteria, qualora non si raggiunga un numero minimo di iscritti;

b) per impossibilità dell'iscritto ad iniziare il corso, causa seri e documentati motivi prima dell'avvio del corso. In questo caso sarà comunque trattenuta la quota di 10,00 euro per le spese organizzative sostenute.

c) è possibile spostare la quota corso da rimborsare su un altro corso di interesse organizzato sempre nell'arco dello stesso anno accademico.

LA QUOTA TESSERA DI EURO 22,00 NON È MAI RIMBORSABILE



RIDUZIONI

- I soci che abbiano superato i **65 anni** di età, hanno uno **sconto del 50% sui corsi di Informatica**.
- I soci che si iscrivono, nello stesso anno accademico, al **secondo** corso, hanno diritto a una **riduzione del 10%** sul costo del corso, **dal terzo corso in poi**, hanno diritto a una **riduzione del 20%** sul costo del corso, **salvo ulteriori promozioni già applicate dalla segreteria**.
- Per i **minori di 18 anni** sarà possibile partecipare ad alcuni dei nostri corsi con i parenti adulti (possibili deroghe per ragazze e ragazzi almeno sedicenni) usufruendo di un particolare sconto.



ASSICURAZIONE

Gli iscritti all'Auser Unipop Cremona sono coperti da polizza assicurativa UNIPOL di responsabilità civile verso terzi (cose o persone) e per eventuali infortuni derivanti da sole cause oggettive, sempre e unicamente nell'ambito di svolgimento delle attività programmate dall'Unipop.



CONVENZIONI

(per i dettagli chiedere direttamente in segreteria Unipop)

- **AUSER:** i volontari AUSER avranno uno sconto del 10% sul primo corso al quale si iscriveranno;
- **CGIL:** gli iscritti alla CGIL hanno lo sconto del 30% sul primo corso al quale ci si iscrive;
- **UNIPOL SAI:** scontistica su diversi prodotti assicurativi;
- **CAAF CGIL:** gli iscritti AUSER UNIPOP CREMONA usufruiranno dei servizi erogati dal sistema fiscale con le stesse modalità in atto per gli iscritti CGIL, con tariffe agevolate;
- **MUSEO ARCHEOLOGICO LAUS POMPEIA (a Lodi Vecchia):** ingresso ridotto per gli iscritti AUSER UNIPOP CREMONA.

• Auser Unipop Cremona realizza

LEZIONI APERTE IN CITTÀ

Lezioni aperte a ingresso libero, in orario pomeridiano e serale presso **Spazio Comune** e il **Centro Anziani Auser Stradiotti**, con diverse tematiche che riguardano i corsi di Auser Unipop, in programma nell'a.a. 2022/23.

In collaborazione con Cremona Solidale

Laboratori per ospiti e dipendenti

Nell'ambito della convenzione stipulata con **Cremona Solidale**, anche per il prossimo anno accademico 2022/23 realizzeremo alcuni laboratori artistici che utilizzano le tecniche di pittura con acquerello rivolti agli ospiti della struttura. Per i dipendenti, invece, verranno realizzati incontri di attività motoria per il benessere personale e attività per acquisire le tecniche necessarie per eseguire attività di ginnastica posturale.

In collaborazione con Proteo Lombardia

Formazione Docenti Scuole

I corsi organizzati in collaborazione con l'**Associazione Proteo Fare e Sapere Lombardia** potranno essere riconosciuti come attività di formazione per i docenti e pertanto le ore frequentate saranno attestate, in quanto Proteo Fare e Sapere è un'associazione riconosciuta dal MIUR quale soggetto qualificato per la formazione (Decreto Miur n.177/2000 e DM del 08/06/2005), inserito nel Comitato delle Associazioni professionali dei docenti e dei dirigenti scolastici (Decreto Miur n.34/2010).



• PROGETTO

Con il contributo di cui agli artt. 72 e 73 del D.Lgs. 117/2017



Ministero del lavoro e delle politiche sociali

Direzione Generale del terzo settore e della
responsabilità sociale delle imprese

Auser supera il bando volontariato di Regione Lombardia con il progetto:

Spazi@perstareinsiemecontutti

L'obiettivo della rete di partenariato è quello di creare, usare, riconoscere luoghi, in cui la socialità riprenda spazio e ruolo, dove le persone possano nuovamente esprimere se stessi.

PARTNER DI PROGETTO



PER INFO

Tel. 0372/448670

Via Brescia, 207 provincialecremona@auser.lombardia.it

www.ausercomprensorioidicremona.it

FB: Auser Comprensorio di Cremona

CERCHIAMO SEMPRE:



- **PROPOSTE/IDEE**
- **NUOVI DOCENTI**
- **NUOVI VOLONTARI**

*Se vuoi trasmettere le tue **PASSIONI**
o condividere le tue **CONOSCENZE**,
SEI LA PERSONA GIUSTA!*

**INVIA LA TUA CANDIDATURA AL NOSTRO INDIRIZZO
unipop.cremona@auser.lombardia.it**



SERVIZIO CIVILE NAZIONALE



SERVIZIO CIVILE NAZIONALE

HAI TRA I 18 E I 28 ANNI?

FAI LA DIFFERENZA!



SCEGLI IL SERVIZIO CIVILE

SCEGLI AUSER

- 25 ore settimanali per 365 giorni -

**INVIA LA TUA CANDIDATURA AL NOSTRO INDIRIZZO
provincialecremona@auser.lombardia.it**

Chi siamo?

Siamo un'associazione che promuove la solidarietà, la cittadinanza attiva, la cultura, la valorizzazione del ruolo degli anziani nella società e l'intergenerazionalità.

Grazie all'impegno dei nostri volontari, portiamo avanti progetti nei campi dell'aiuto alla persona, del volontariato civico, della cultura.

Siamo una delle oltre 50 associazioni Auser attive nella provincia cremonese e apparteniamo alla rete nazionale Auser

Perché diventare un volontario AUSER?

Un volontario Auser si impegna per una missione speciale: fare in modo che ognuno possa trovare aiuto, incontrare gli altri, arricchire le proprie competenze, contribuire alla crescita della comunità in cui vive.

Per fare il volontario Auser ti basta qualche ora alla settimana del tuo tempo, che puoi dedicare alle persone fragili e sole per offrire loro un aiuto concreto oppure alla tua comunità, per renderla più aperta e solidale

Cosa può fare un volontario Auser:



• TELEFONIA SOCIALE

Ascoltare le parole dei più fragili

Il punto d'ascolto di Auser Insieme città di Cremona risponde al numero verde nazionale Auser 800 995 988



• TRASPORTO PROTETTO

Prendersi cura della salute degli anziani



• CONSEGNA DELLA SPESA E DEI MEDICINALI A DOMICILIO

Aiutare gli anziani nella quotidianità



• TRASPORTO STUDENTI DISABILI

Accompagnare i più fragili



• ASSISTENZA SUGLI SCUOLABUS

Prendersi cura dei più piccoli



• SORVEGLIANZA DI FRONTE ALLE SCUOLE PRIMARIE (NONNI VIGILI)

Garantire la sicurezza dei più piccoli



Contatti:

Auser Comprensorio di Cremona

provincialecremona@auser.lombardia.it - via Brescia, 207 - tel. 0372 448670

Dona il 5 x 1000 ad Auser!

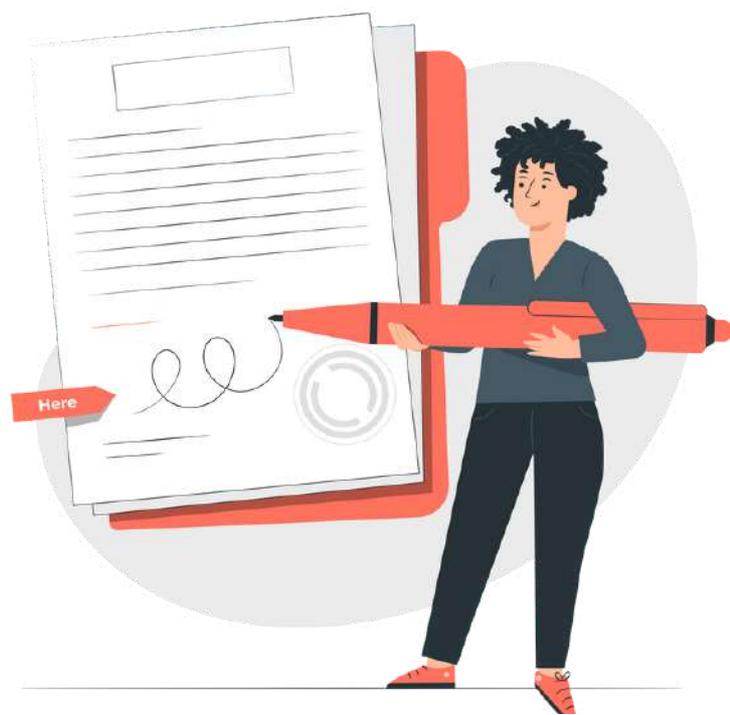
Senza costi per te il 5x1000 ad Auser
permette di mantenere alta la qualità dei servizi
e di ampliare il ventaglio delle attività.



Sostieni Auser donando il tuo 5x1000
Abbiamo bisogno di te!

Come fare ?

Donare è semplice,
nella tua dichiarazione dei redditi
(730, Modello CU e
Modello Redditi 2020 ex Unico)
identifica le sezioni dedicate al
Volontariato e scrivi i nostri codici



CGIL CREMONA

Le nostre Sedi principali

- **CAMERA DEL LAVORO DI CREMONA**

Via Mantova, 25 - Telefono 0372 448600/601 – Fax 0372 452984

- **CAMERA DEL LAVORO DI CREMA**

Via Carlo Urbino, 9 – Telefono 0372 448700/701 – Fax 0373 80996

- **CAMERA DEL LAVORO DI SORESINA**

P.zza IV Novembre, 12/B – Telefono 0372 448750 – Fax 0372 448770

- **CAMERA DEL LAVORO DI CASALMAGGIORE**

P.zza Garibaldi, 3 – Telefono 0372 448775 – Fax 0372 448785

Servizi della CGIL

- **LAVORATORI DELL'ARTIGIANATO**

- **UFFICIO IMMIGRATI**, assistenza per pratiche relative ai rinnovi di Permessi di soggiorno, consulenza e interventi di tutela amministrativa;

- **UFFICIO VERTENZE e UFFICIO PROCEDURE CONCORSUALI;**

- **CAAF**, assistenza compilazione dei modelli 730, Unico, Red, IMU-TASI, Isee, Pratiche di successione, servizi colf e badanti. Contenzioso fiscale caaf.cr@cgil.lombardia.it. Numero unico prenotazioni 0372 1965699 centralino 0372 448620

- **PATRONATO INCA**, assistenza per pensioni, contributi, infortuni: cremona@inca.it

- **FEDERCONSUMATORI**, servizio a tutela dei diritti del cittadino

- **SUNIA**, sindacato inquilini e piccoli proprietari 0372 448650

CONTATTI:

cdltcremona@cgil.lombardia.it - www.cgil.cremona.it - tel. 0372 448600

Fax. 0372 452984

Apertura al pubblico: dal LUNEDÌ al VENERDÌ 8.30 - 12.30 e 14.00 - 18.00

SABATO dalle 8.30 alle 11.30



VIENI A TROVARCI ON LINE !

WWW.AUSERUNIPOPCREMONA.IT

SUL NOSTRO SITO:

- Puoi consultare tutti i corsi e le attività
- Scaricare tutta la modulistica
- Iscriverti alla nostra Newsletter
- Scaricare il libretto dei corsi



E MOLTO ALTRO ANCORA !

PUOI RESTARE SEMPRE AGGIORNATO CONTROLLANDO LE NOSTRE PAGINE



FACEBOOK
Auser Unipop Cremona



INSTAGRAM
unipop.cremona



il nostro canale YOUTUBE
Auser Unipop Cremona



il nostro canale SPOTIFY
Auser Unipop Cremona

