

**UNIVERSITA' DI TUTTE LE ETA'
DI LIGNANO SABBIADORO
(UTE LIGNANO) - APS**

Nelly Del Forno



**PROGRAMMA ATTIVITA'
ANNO ACCADEMICO
2022 - 2023**

***"Insieme
per il piacere di
imparare
condividere
socializzare"***

Università di Tutte le Età di Lignano Sabbiadoro

Nelly Del Forno – APS (UTE)

L'UTE è nata come Associazione di Volontariato il 6 maggio 1999. In data 01.10.2020 è stato approvato dall'Assemblea dei Soci il nuovo Statuto, in base al quale l'UTE è diventata una APS (Associazione di Promozione Sociale), cioè un Ente del Terzo Settore costituito in forma di Associazione che svolge attività di interesse generale a favore dei propri associati.

Con Decreto Regionale del 09.11.2020 l'UTE di Lignano è stata iscritta nel Registro Regionale delle APS al n. 1137.

L'UTE di Lignano è in attesa dell'iscrizione nel Registro Nazionale Unico del Terzo Settore.

Organo di amministrazione:

Giovanni Boer – Presidente

Patrizio Pagni – Vicepresidente

Caterina Beltrame - Segretaria

Daniela Baccini – Tesoriere

Giampiero Neri

Gigliola Antoni

Mirella Vignando

Nelvia Mian

Paolo Venturini

Collaboratori per il buon funzionamento dell'UTE:

Anna Maria Garzitto

Assunta Mattighello

Lauro Bandolin

Loretta Duseti

Giovanna Cosatto

Maurizio Galasso

Milena Cicciozzi

Virginia Zanin

UTE 2022-2023: si riparte

Lo staff dirigenziale dell'UTE ha definito il programma del Anno Accademico 2022-2023 (il ventiquattresimo dalla fondazione dell'UTE), il cui inizio è fissato come di consueto per i primi giorni di ottobre.

E' stata organizzata una serie di Corsi e di attività spalmati sul periodo da ottobre a marzo e suddivisi in quattro aree culturali: "Area Medico-Psicologica", "Area Umanistica", "Area Linguistica" e "Area Tecnico-Scientifica", oltre ai laboratori di "espressività artistica e manuale", "espressività motoria" e ad attività più consone al tempo libero, quali gli "Incontri con il mondo del vino", i Corsi di fotografia, le bocce, il burraco, ecc. ed una serie di incontri e conferenze su varie tematiche.

La preparazione del programma è stata come sempre impegnativa, ma, ci si augura, con ottime prospettive di gradimento.

Gli obiettivi da raggiungere sono principalmente tre:

- migliorare ed incrementare le proposte culturali e sociali, con particolare attenzione alla realtà del territorio lignanese;
- fare in modo che le proposte siano facilmente fruibili per un pubblico più vasto, adattandosi alle situazioni sempre in evoluzione ed alle esigenze dei Soci;
- coinvolgere altre Associazioni, in modo da avere contributi diversi e qualificati da ognuna di esse ed aumentare la qualità dell'offerta proposta.

Anche quest'anno sono stati inseriti nuovi Corsi per incrementare e variare l'offerta culturale, sempre attenti alle richieste ed i suggerimenti provenienti dai soci. Ogni anno l'organizzazione dei corsi costituisce notevole impegno da parte di alcuni componenti lo staff direttivo: prima nell'individuare nuove proposte, quindi nella ricerca dei docenti ed infine nel mettere insieme tutte le esigenze temporali e di spazi. Tutto questo costituisce anche un

notevole sforzo economico, ma viste le finalità dell'Associazione e nonostante il momento difficile, si è deciso di mantenere inalterate le quote di associazione e di iscrizione di frequentazione ai corsi.

Nel 2021 è partita l'iniziativa "CONdiVIDiamo!", che ha avuto il patrocinio del Città di Lignano, ed è stata approvata dalla Regione Friuli Venezia Giulia consentendo l'accesso al finanziamento necessario, grazie al quale è stato possibile implementare una rete telematica dedicata alla diffusione del progetto culturale dell'UTE. Quest'anno proseguiremo nell'utilizzo di detta rete, quindi molte delle lezioni, delle conferenze, dei dibattiti, etc. saranno resi fruibili anche a distanza.

Lo scorso anno, grazie all'iniziativa "CONdiVIDiamo!", i soci, che non potevano recarsi presso la sede UTE, hanno potuto seguire i corsi ed alcuni insegnanti hanno avuto la possibilità di tenere le loro lezioni da casa. In pratica siamo riusciti a superare molte situazioni causate dal COVID 19 evitando l'annullamento di diversi corsi e di altre attività programmate. Speriamo che le situazioni di difficoltà generali siano ormai un brutto ricordo, ma in ogni caso ci sentiamo più preparati a portare a buon fine le attività programmate. In considerazione del fatto che la gestione della rete telematica comporta un ulteriore impegno per lo staff dirigenziale, cercheremo di gestire al meglio le varie situazioni privilegiando quelle di ordine personale. I corsi che potranno essere tenuti anche on-line e le modalità per usufruirne sono indicati sul calendario, che accompagna questo libretto.

Nell'ambito dell'iniziativa "CONdiVIDiamo!" è nata la collaborazione con l'ALAP Lignano, il Fotocineclub Lignano, l'Associazione Lignano Bocce, la Lignano in Fiore e con l'Associazione Gruppo Artistico Lignano.

Inoltre prosegue la collaborazione con l'UTE P. Naliato di Udine con la quale, fra l'altro, prosegue il progetto "**Si fa rete**".

Tutte le attività programmate e svolte dall'UTE di Lignano sono presentate in questo libretto, che è distribuito gratuitamente all'inizio di ogni Anno Accademico, ed è consultabile oltre che nel sito WEB www.utelignano.it anche su Facebook.

Quanto esposto è la prova della validità e dell'attualità del progetto culturale e sociale gestito con notevole impegno dallo staff dirigenziale dell'UTE con la preziosa ed insostituibile collaborazione di soggetti qualificati che operano in forma volontaria e gratuita. A tutti loro va il mio e il nostro grandissimo ringraziamento.

Il Presidente (ing. arch. Giovanni Boer)

Inaugurazione Anno Accademico 2022 / 2023

**Sabato 8 ottobre 2022
ore 17.00**

presso il
Centro Civico
della Città di Lignano Sabbiadoro
via Treviso, 2

Antonio Fantin

“Un ragazzo d’oro tra Bibione, Lignano ed il successo”

Campione Paralimpico a Tokyo 2020
7 volte campione del mondo,
8 volte campione europeo,
detentore di due record mondiali

terrà la prolusione sul tema

“Il coraggio di ricominciare”

Informazioni generali

Iscrizioni ai corsi

Le iscrizioni si ricevono presso la sede dell'UTE in Arco della Ginestra 43 in località Pineta, *dal 26 settembre al 7 ottobre 2022*: lunedì, mercoledì e venerdì dalle ore 10.00 alle ore 12.30; martedì e giovedì dalle ore 15.00 alle ore 17.00, previa compilazione della domanda di iscrizione e il pagamento della quota annuale di **€ 65,00**. Tale quota include l'iscrizione ai corsi di € 60,00 e la quota associativa di € 5,00 e vale per la durata dell'anno accademico 2022-2023.

Dal *10 ottobre al 30 novembre 2022* si accetteranno le iscrizioni nei soli pomeriggi di lezione.

L'iscrizione è aperta a tutti e non è richiesto alcun titolo di studio.

Ogni socio è parte attiva dell'UTE e potrà partecipare alla vita sociale dell'associazione, come previsto nello Statuto.

Con l'iscrizione ai corsi si ha diritto:

- a frequentare i corsi ed i laboratori in programma;
- a partecipare a tutte le iniziative complementari organizzate (con concorso spese) dall'Università (viaggi di istruzione, spettacoli, attività varie);
- ad essere assicurato da una polizza, per responsabilità civile (senza limiti di età) come previsto dalla legge.

Lo Statuto dell'UTE, per chi volesse consultarlo, è a disposizione presso la sede dell' UTE in Arco della Ginestra, 43 o sul sito web: **www.utelignano.it**

Chi sono i Docenti

I nostri Insegnanti sono individuati sulla base della loro formazione e della loro volontà di impegnarsi nel sociale, nonché delle loro doti di conoscenza, sapere, competenza e professionalità.

I Docenti dell'UTE si sono messi a disposizione dell'UTE volontariamente e gratuitamente.

Avviamento dei Corsi

Prima la pandemia e adesso la crisi economica hanno influito pesantemente anche nella situazione economica dell'UTE e di conseguenza è diventata necessaria una attenta gestione dei costi ed una minimizzazione degli sprechi. In questa ottica anche i corsi saranno monitorati dall'Organo di Amministrazione e nei casi in cui il numero degli iscritti non sia ritenuto sufficiente a giustificare le spese, insieme al Docente potrà essere decisa la non attivazione o la modifica o l'accorpamento con altro corso previo coinvolgimento degli iscritti.

Quanto sopra vuole essere anche un invito a tutti i soci a scegliere, all'atto dell'iscrizione, in modo convinto i corsi da seguire ed a frequentare le lezioni in modo continuativo.

Sedi dei Corsi

Oltre che nella tradizionale sede di Arco della Ginestra, 43 - Lignano Pineta e nella Palestra Comunale per le attività motorie, qualora se ne presentasse la necessità, l'Organo di Amministrazione provvederà a reperire altre sedi distaccate per garantire la frequenza e per ottemperare alle eventuali disposizioni Ministeriali.

Nel calendario dei Corsi sono indicati il giorno, l'orario, la data d'inizio, la data di fine, il luogo in cui si terrà ciascun Corso e, se prevista, la modalità on-line.

Ulteriori informazioni telefonando a:

0431 422042

349 5173324 (segreteria)

338 3757397 (presidente)

338 7726869 (sig.ra Nelvia Mian)

Oppure via e-mail: **utelignano@libero.it**, o

consultando il nostro sito web: **www.utelignano.it**

Alcune date da ricordare

Inaugurazione A.A.:

sabato 8 ottobre 2022.

Inizio delle lezioni:

lunedì 10 ottobre 2022.

Orario delle lezioni:

vedere l'allegato calendario.

Durata delle attività:

dal 8 ottobre 2022 al 31 marzo 2023.

Vacanze:

- martedì 1° novembre e giovedì 8 dicembre 2022
- Vacanze natalizie da giovedì 23 dicembre 2022 a sabato 7 gennaio 2023 compresi con ripresa delle attività da lunedì 9 gennaio 2023
- lunedì 31 gennaio 2023 (Santo Patrono)

Chiusura Anno Accademico:

- 31 marzo,
- chiusura A.A. con apertura della mostra lavori eseguiti nei nostri laboratori ed esibizione dei componenti il Coro e il gruppo teatrale ed
- incontro conviviale con i docenti, soci ed amici che vorranno partecipare.

Rassegna di Pittura

La tradizionale Rassegna di Pittura, aperta a tutte le UTE del Triveneto, sarà organizzata per la prossima primavera (13a edizione).

Il luogo, la data di consegna delle opere, gli orari di apertura della mostra e le premiazioni verranno riportate sull'opuscolo, che verrà appositamente stampato e divulgato.

Viaggi di Istruzione

I programmi per i viaggi di istruzione verranno comunicati ai soci al momento della loro organizzazione.

Incontri, conferenze e dibattiti

Venerdì 4 novembre 2022 ore 17.00 – 18.00
“Storia postale di Lignano Sabbiadoro”
Relatore: Piergiorgio Dazzan

Venerdì 11 novembre 2022 ore 17.00 – 18.00
“Camminate alle isole Egadi e Ustica”
Relatore: dott. Paolo Venturini

Venerdì 18 novembre 2022 ore 17.00 – 18.00
“La tutela del Fratino sulle coste italiane e in particolare a Lignano Sabbiadoro”
Relatore: Ambientalista Giosuè Cuccurullo

Venerdì 25 novembre 2022 ore 17.00 – 18.00
“Rischi ed incidenti domestici, conoscere e prevenire.”
Relatore: rappresentante Vigili del Fuoco Volontari di Lignano

Venerdì 2 dicembre 2022 ore 17.00 – 18.00
“La dipendenza energetica dell’Italia dalla Russia e dalle altre nazioni”
Relatore: prof. Stefano Pellizzon

Venerdì 9 dicembre 2022 ore 17.00 – 18.00
“Il mondo subacqueo...di Gigi Paderni”
Meraviglie nascoste ai nostri occhi
Relatore: Luigi Paderni

Venerdì 16 dicembre 2022 ore 17.00 – 18.00

“II PNRR e la transazione energetica”

Relatore: prof. Stefano Pellizzon

Venerdì 13 gennaio 2023 ore 17.00 – 18.00

“Nuove segnaletiche e norme civiche ”

Relatore: Comandante Polizia Municipale di Lignano

Venerdì 20 gennaio 2023 ore 17.00 – 18.00

“ Sulle tracce dell’Adriatisches Küstenland ... i bunker di Lignano e la storia ”

Relatori: Piergiorgio Dazzan e Claudio Dalla Giacoma

Venerdì 27 gennaio 2023 ore 17.00 – 18.00

“Megas Alexandros: Il figlio di Zeus”

Relatore: dott. Francesco Sedran

Venerdì 3 febbraio 2023 ore 17.00 – 18.00

“Annibale Barca: nato per distruggere Roma”

Relatore: dott. Francesco Sedran

Venerdì 10 febbraio 2023 ore 17.00 – 18.00

“L’incidente minerario di Arsia”

Relatore: Gen. Piero Turco

Venerdì 17 febbraio 2023 ore 17.00 – 18.00

“Medicina per uomini, medicina per donne”

Relatore: dott. Mario Maschio

Venerdì 24 febbraio 2023 ore 17.00 – 18.00

“I fulmini e le scariche elettriche”

Relatore: ing. Patrizio Pagni

* * *

Venerdì 3 marzo 2023 ore 17.00 – 18.00

“Incisioni su osso di seppia”

Relatore: prof. Piero De Martin

* * *

Venerdì 10 marzo 2023 - ore 17.00 – 18.00

“Roghi, rischi e prevenzione”

Relatore: rappresentante Vigili del Fuoco volontari di Lignano

* * *

Venerdì 17 marzo 2023 ore 17.00 – 18.00

“ Il Giappone: cultura, tradizioni e fascino”

Relatrice: Mirella Vignando

Eventuali cambi di programmi saranno tempestivamente comunicati tramite il sito www.utelignano.it e con comunicazioni dirette ai soci via e-mail, WhatsApp, etc..

Iscriversi ai corsi è una libera scelta, ma è anche un impegno verso se stessi, verso i docenti e verso tutti i soci e collaboratori dell'UTE, che si prodigano generosamente a titolo gratuito per il buon andamento di ogni anno accademico.

Il numero di iscritti ai corsi in crescita, il riconoscimento della validità del programma culturale proposto e la partecipazione costante durante tutto l'anno accademico costituiscono l'unica ricompensa che i docenti ed i collaboratori dell'UTE si attendono.

I CORSI

Area medico – psicologica

- *Chiropratica: che cos'è? Perché?
Per chi?*
- *Covid – una sorpresa che non ci
aspettavamo*
- *L'arte di vivere in armonia*
- *Mindfulness*
- *Nutrizione antiaging*
- *Oltre la scienza. Le neuroscienze*
- *Psicologia: "Identità e
appartenenza"*

Chiropratica: che cos'è? Perché? Per chi?

Insegnante: dott. Nicolas Carpentier

Argomenti trattati:

- Presentazione della chiropratica;
- Storia;
- Obbiettivo;
- Differenza dalle altre professioni;
- Perché andare dal dottore chiropratico? Quali problemi può risolvere?

Calendario del corso:

Mercoledì ore 16.00 – 17.00 (2 nov. 16 nov. 30 nov. 14 dic. 2022)

Covid – una sorpresa che non ci aspettavamo

Insegnante: dott. Giampiero Neri

Argomenti trattati:

- Ripercussioni del Covid 19
- Due anni di pandemia, e' davvero finita?
- Quante varianti omicron?
- Quali tutele?

Calendario del corso:

Giovedì ore 17.00 – 18.00 (20 ott. 22 –15 dic. 22)

L'arte di vivere in armonia

Insegnante: Maristella Di Martino

Argomenti trattati:

Questo breve percorso ci aiuterà ad acquisire una nuova consapevolezza di noi, delle nostre scelte e del nostro sentire.

L'ascolto delle emozioni e' il cammino più veloce per comprendere se le scelte sono guidate dall'ego o se ad accompagnarci amorevolmente e' la nostra anima.

Calendario del corso:

Lunedì ore 10.30 -11.30 (24 ott. 22 – 12 dic. 22)

Mindfulness

Insegnante: Masiero Elisa - operatore socio sanitario - istruttore di meditazione del gruppo mom

Programma:

8 INCONTRI DA 2 ORE CIASCUNO

Ogni incontro prevede:

- un breve momento introduttivo di accoglienza;
- un insegnamento di 20-30 minuti;
- 30 minuti di pratica di meditazione mindfulness;
- una parte finale per la condivisione dell'esperienza e le eventuali domande.

La Mindfulness (presenza mentale o consapevolezza) è una tecnica per riduzione dello stress che si basa sulla pratica dell'attenzione consapevole.

Con la Mindfulness disattiviamo il pilota automatico e troviamo le giuste distanze dal vortice di pensieri che a volte mettono a rischio il benessere fisico e mentale.

Spesso ,infatti, ci focalizziamo eccessivamente sui problemi, che diventano ripetitivi e ci perseguitano...ci si tormenta su ciò che si desiderava e non si è ottenuto, ci si angoscia per ciò che dovrà accadere nel futuro perdendo l'essenza del momento presente. Essa e' utilizzata per migliorare la gestione dello stress, migliorare il benessere psicofisico e la qualità della vita del praticante.

Note: e' necessario portare un cuscino sufficientemente rigido e una coperta o tappetino cui poggarsi durante la pratica.

Calendario del corso:

Giovedì ore 16.00 -18.00 (12 genn. 23 – 2 mar. 23)

Nutrizione antiaging

Insegnante: dott. Giorgio Mattassi

Argomenti trattati:

Scopo del corso è rendere consapevole la persona sulle potenzialità della buona alimentazione per prevenire e curare le patologie fisiche della terza età.

In particolare saranno trattati i rischi, le patologie croniche degenerative e la scelta dei cibi antinfiammatori e immuno potenzianti e rilassanti.

Calendario del corso:

Martedì ore 15.00 -16.00 (10 gen. 23 – 7 mar. 23)

Oltre la scienza. Le neuroscienze

Insegnante: dott. Edoardo Sala

Argomenti trattati:

Il punto di arrivo è decifrare tramite le macchine biologiche l'attività della mente umana.

Questo in sintesi è il vero obiettivo delle "neuroscienze", ma non è tutto.

Infatti il cervello con i relativi sistemi nervosi ha una morfologia ed una struttura estremamente complessa e costituita da neuroni specializzati organizzati in schemi mentali in continua interazione che determinano l'origine del processo cognitivo comportamentale.

Comprendere la vera essenza della nostra umanità attraverso la comprensione di come sono strutturati e interconnessi i neuroni e quindi scoprire dal punto di vista biologico il substrato - neurale - che ci definisce umani.

Calendario del corso:

Martedì ore 16.00 -18.00 (25 ott. 22 – 21 mar. 23)

Psicologia: “Identita’ e appartenenza”

Insegnante: dott. Albino Comelli

Argomenti trattati:

- Il valore della identità sessuale.....uomo e donna;
- Il valore dell'appartenenza culturale e sociale;
- Il valore della divisione globale....cittadino del mondo.

Calendario del corso:

Mercoledì ore 17.30 -18.30 (9 nov. 22 – 23 nov. 22)

Area Umanistica

- *Dal Rinascimento alle soglie della contemporaneità*
- *I Miracoli di Gesù*
- *Illustrissimi : grandi personaggi conosciamoli meglio*
- *Storia e tradizioni del Friuli*
- *Zibaldone di storie*

Dal Rinascimento alle soglie della contemporaneità

Insegnante: prof.ssa Maria Loretta Dal Martello

Argomenti trattati:

“I grandi scrittori italiani di fronte ai cambiamenti epocali quali le scoperte geografiche, le invenzioni tecniche, la rivoluzione scientifica, gli sconvolgimenti politici e culturali”

- Nostalgia del passato e lucida consapevolezza del crollo di ogni certezza nel mondo moderno: *l'Orlando Furioso* di LUDOVICO ARIOSTO.
- GALILEO GALILEI, padre della scienza moderna e anche della lingua italiana nella divulgazione scientifica: lingua e questioni dibattute nel *Dialogo sopra i due massimi sistemi del mondo*.
- GIACOMO LEOPARDI: una lezione sempre attuale per far nascere il bello poetico dal vero, solo dal vero, e rifiuto di ogni mistificazione letteraria; un intellettuale e un artista controcorrente, che non crede ai miti delle rivoluzioni politiche, ma ci fa amare l'utopia di una rivoluzione antropologica in un mondo senza più guerre ed egoismi rapaci (*testo di riferimento La ginestra o Il fiore del deserto*).

Calendario del corso:

Venerdì ore 15.00-16.30 (3 mar. 23 – 17 mar. 23)

I Miracoli di Gesù'

Insegnante: prof. don Santi Grasso

Programma:

La critica storica ottocentesca e novecentesca ha messo in dubbio che Gesù abbia compiuto miracoli.

In realtà il materiale sui suoi gesti meravigliosi all' interno della tradizione evangelica sia sinottica che giovannea è abbondante.

Ci sono criteri con cui provare da un punto di vista storico questo aspetto della missione di Gesù?

Quale significato essi hanno?

L'aspetto miracoloso dei gesti e' quello più significativo?

Il miracolo e' solo ciò che contravviene alle ferree leggi della natura?

Calendario del corso:

Mercoledì ore 16.15 - 17.15 (16 nov. 22 – 7 dic. 22)

Illustrissimi : grandi personaggi conosciamoli meglio

Insegnante: dott. Gian Paolo Zangrando

Argomenti trattati:

Persone di cui conosciamo la loro storia solo superficialmente. Questo corso ci permette di entrare maggiormente nelle loro vite:

- Giuseppe Verdi;
- Cristoforo Colombo;
- John Fitzgerald Kennedy;
- Marilyn Monroe;
- Il Tintoretto.

Note: L'insegnante si riserva di modificare l'ordine di trattazione dei personaggi.

Calendario del corso:

Lunedì ore 16.15-17.30 (7 nov. 22 – 19 dic.22)

Storia e tradizioni del Friuli

Insegnante: cav. Benvenuto Castellarin
Cultore della storia del Friuli

Argomenti trattati:

- Dai parchi signorili ai parchi regionali in Friuli e a Trieste.
- Le riserve naturali dell'isola della Cona;
- Risorgive di Flambro e Codroipo;
- Terre prative;
- Le Prealpi, la val Rosandra e molte altre.
- Il tutto sarà come sempre corredato da immagini, commenti e filmati.
- Questo sarà l'argomento principale, che avrà come seguito altri incontri sulla storia e le tradizioni del Friuli.
- Inizieremo però con una curiosità: perché la nostra sede si trova in "arco della ginestra" anziché in "via della ginestra"? Vi svelerò il perché.

Calendario del corso:

Giovedì ore 16.00 - 17.00 (13 ott. 22 – 23 mar. 23)

Zibaldone di storie

Insegnante: dott. Gian Paolo Zangrando

Argomenti trattati:

Avvenimenti importanti dei quali, non sempre, ne conosciamo la vera storia.

- La ritirata di Nikolajewka;
- Storia di una amicizia;
- Il tenente Rossetti;
- Storia d'amore;
- Incrociatore Uss Indianapolis;
- Udine capitale;
- Storie di donne.

Calendario del corso:

Lunedì ore 16.15 -17.30 (16 genn. 23 – 27 feb. 23)

Geografia e Ambiente

- *Fauna ittica friulana - acque interne*
- *Geografia mondiale divisa per continenti*
- *La tutela delle acque*
- *Natura e ambiente: alla scoperta del parco delle dolomiti friulane*

Fauna ittica friulana - acque interne

**Insegnanti: Massimo Zanetti e Roberto Pizzutti
(dell'Ente Tutela Pesca)**

Argomenti trattati:

Venerdì 28/10/2022 15.00-16.30

Pesci e pesca nelle acque interne del Friuli Venezia Giulia.

- Il patrimonio ittico delle acque interne. Principali specie di interesse naturalistico e di interesse per la pesca;
- Pesca sportiva e pesca professionale nelle acque interne;
- Descrizione e dimensione del fenomeno;
- Promozione e sostegno delle attività.

Venerdì 4/11/2022 15.00-16.30

La tutela della fauna e degli ambienti acquatici.

- Principali cause di impatto ambientale sui corsi d'acqua; cenni alle norme di tutela; modalità di azione dell'ETPI per la prevenzione e la mitigazione degli impatti; la mappa degli interventi nei corsi d'acqua e esempi di opere e misure di prevenzione; il futuro della tutela dei corsi d'acqua e la riqualificazione fluviale.

Venerdì 11/11/2022 15.00-16.30

La gestione ittica (ripopolamenti, salvaguardia, controllo delle specie esotiche invasive, conservazioni di specie a rischio).

- Cosa dicono le leggi;
- Cosa si fa in Friuli Venezia Giulia per il ripopolamento, la salvaguardia, il controllo delle specie esotiche invasive, la conservazione di specie a rischio).
- La pianificazione della gestione ittica.

Geografia mondiale divisa per continenti

Insegnante: prof.ssa Enza Vio

Argomenti trattati:

Si parlerà delle prime civiltà che fiorirono lungo i fiumi, e delle popolazioni più antiche che abitavano lungo il Nilo (Egitto), il Tigre e l'Eufrate (Mesopotamia), l'Indo (India), fiume Giallo e fiume Azzurro (Cina).

Inoltre, parleremo delle popolazioni che hanno vissuto lungo il corso del Tagliamento nella storia.

Calendario del corso:

Martedì ore 15.00 - 16.00 (11 ott. 22 – 15 nov. 22)

La tutela delle acque

Insegnante: dott. Giorgio Mattassi

Argomenti trattati:

La tutela delle acque dalla montagna al mare, usi, abusi e gestione sostenibile.

Calendario del corso:

Martedì ore 16.00 - 17.00 (10 gen. 23 – 7 mar. 23)

Natura e ambiente: alla scoperta del parco delle dolomiti friulane

Insegnante: prof. Antonio Amadeo

Argomenti trattati:

Un percorso fotografico - naturalistico per scoprire le peculiarità di una delle zone più interessanti della montagna friulana, analizzando boschi, parchi, rocce, ghiaioni e osservando flora e fauna caratteristiche.

(Con il supporto di video riproduzioni)

Calendario del corso:

Venerdì ore 16.00 – 17.00 (18 nov. 22 – 16 dic. 22)

Area linguistica

- *Lingua francese*
- *Lingua Inglese - 1° livello*
- *Lingua inglese 2° livello*
- *Lingua italiana per persone di madrelingua straniera*
- *Lingua russa - corso base*
- *Lingua russa - corso avanzato*
- *Lingua spagnola - corso base*
- *Lingua spagnola - corso intermedio*
- *Lingua spagnola - conversazione*
- *Lingua tedesca - 1° livello*
- *Lingua tedesca - 2° livello*

Lingua francese

Insegnante: Nicolas Carpentier
docente di madrelingua

Argomenti trattati:

Lettura e discussione, anche su argomenti proposti dai corsisti

Note:

Il libro proposto è: Les Thanatonautes di Bernard Werber

Calendario del corso:

Mercoledì ore 15.00 - 16.00 (26 ott. 22 – 22 mar. 23)

Lingua Inglese - 1° livello

Insegnante: prof.ssa Teresa Bin

Argomenti trattati:

- Presentarsi: dire e chiedere il nome, l'età e l'indirizzo di residenza;
- Presentare la famiglia, lavoro;
- Dire e chiedere l'ora, la data e i giorni della settimana;
- La giornata tipica: ristorante, supermercato, negozi, farmacia, stazione.....
- Studio della struttura grammaticale - dialoghi, conversazioni e letture varie

Calendario del corso:

Lunedì ore 15.00 - 16.15 (17 ott. 22 – 20 mar. 23)

Lingua inglese 2° livello

Insegnante: prof.ssa Marina Bosio

Argomenti trattati:

Partendo da un testo/ un dialogo, vengono approfonditi fatti culturali e spunti grammaticali con appositi esercizi e viene avviata l'abilità di interazione orale, oltre alla comprensione scritta.

Note: si presume una conoscenza di base della lingua inglese.

Calendario del corso:

Lunedì ore 16.30 - 17.30 (17 ott. 22 - 20 mar 23)

Lingua italiana per persone di madrelingua straniera

Insegnante: maestra Ada Iuri

Programma:

Conversazione essenziale in diversi contesti.

Il linguaggio fondamentale come approccio alla realtà lavorativa, turistica e relazionale.

Elementi di grammatica di base.

Note: Il corso è consigliato alle persone che non hanno avuto la possibilità di frequentare la scuola in lingua italiana.

Il corso potrà proseguire da gennaio su richiesta degli interessati.

Calendario del corso:

Mercoledì ore 14.30 - 16.00 (19 ott. 22 - 21 dic. 22)

Lingua russa - corso base

Insegnante: prof.ssa Tatyana Posatska,
di madrelingua

Programma:

- Studio della fonetica;
- Studio delle strutture grammaticali;
- Ampliamento del lessico per utilizzare la lingua in discorsi semplici.

Note: I due corsi di lingua russa, potranno subire modifiche in base al numero degli iscritti.

Calendario del corso:

Lunedì ore 10.00 - 11.00 (31 ott. 22 – 20 mar. 23)

Lingua russa - corso avanzato

Insegnante: prof.ssa Tatyana Posatska,
di madrelingua

Programma:

- Approfondimento grammaticale;
- Ampliamento del vocabolario per poter utilizzare al meglio la lingua;
- Dialoghi e semplici conversazioni.

Note: I due corsi di lingua russa, potranno subire modifiche in base al numero degli iscritti.

Calendario del corso:

Lunedì ore 11.00 - 12.00 (31 ott. 22 – 20 mar. 23)

Lingua spagnola - corso base

Insegnante: ing. Luigi Martinello,
bilingue

Programma:

Grammatica, esercizi, lettura, primi elementi di conversazione.

Si prega di dotarsi del seguente testo:

1 JUNTOS di Zanichelli/Carla Poletti e Navarro

Note: si raccomanda ai corsisti di procurarsi il testo per l'inizio delle lezioni.

Calendario del corso:

Martedì ore 15.00 - 16.00 (11 ott. 22 – 21 mar. 23)

Lingua spagnola - corso intermedio

Insegnante: ing. Luigi Martinello, bilingue

Programma:

Si continua con il testo CONTACTO 1

Note: qualora ci fossero pochissimi iscritti, l'insegnante valuterà di accorpate i corsi

Calendario del corso:

Martedì ore 16.00 - 17.00 (11 ott. 22 – 21 mar. 23)

Lingua spagnola - conversazione

Insegnante: ing. Luigi Martinello, bilingue

Programma:

- Dialoghi pratici;
- Lettura e scrittura;
- Interpretazione di un testo;
- Lettura spagnola e ispano-americano (con testo già in possesso).

Note: in base al numero degli iscritti, l'insegnante valuterà gli orari proposti

Calendario del corso:

Martedì ore 17.00 – 18.00 (11 ott. 22 – 21 mar. 23)

Lingua tedesca - 1° livello

Insegnante: prof.ssa Gabriela Calligaro,
di madrelingua

Programma:

- Elementi di fonetica;
- Morfologia tedesca, con graduale approccio al lessico;
- Facili letture;
- Conversazione su semplici argomenti.

Note: Il testo da adottare sarà deciso nei primi giorni di lezione.

Il corso è per principianti o per chi desidera riprendere vecchi studi.

Calendario del corso:

Lunedì ore 15.00 - 16.00 (24 ott. 22 – 20 mar. 23)

Lingua tedesca - 2° livello

Insegnante: prof.ssa Gabriela Calligaro,
di madrelingua

Argomenti trattati:

- Ripasso del programma del primo corso;
- Strutture grammaticali;
- Lettura di articoli di giornali;
- Esercizi di conversazione e di dialogo a tema anche su richiesta dei corsisti.

Note: Il testo da adottare sarà deciso nei primi giorni di lezione.

Il corso è consigliato a coloro che conoscono abbastanza la lingua tedesca o che hanno frequentato corsi precedenti.

Calendario del corso:

Mercoledì ore 15.00 - 16.00 (26 ott. 22 – 22 mar. 23)

Area tecnico scientifica

- *Criminologia: viaggio nelle oscurità delle menti di mafia*
- *Criminologia: discesa nei profondi recessi della perversione mafiosa*
- *Sistemi di numerazione - Aritmetica binaria*
- *Utilizzo del Computer*

Criminologia: viaggio nelle oscurità delle menti di mafia

Insegnante: dott. Francesco Marino

Argomenti trattati:

- Beati Paoli ed evoluzione del fenomeno mafioso;
- La criminalità meridionale prima e dopo l'unità d' Italia;
- Baroni, Gabelotti e Campieri di mafia - dalla mafia rurale alla mafia metropolitana;
- Il cambio di strategia e il sequestro di Luigi Corleo;
- Il rito di affiliazione e le regole di mafia.

Calendario del corso:

Mercoledì ore 16.15 - 17.45 (12 ott. 22 – 09 nov. 22)

Criminologia: discesa nei profondi recessi della perversione mafiosa

Insegnante: dott. Francesco Marino

Argomenti trattati:

- La mafia e la politica;
- La mafia e la chiesa;
- La mafia e lo sbarco degli americani in Sicilia;
- Le mafie italiane e gli affiliati oltre oceano;
- Nuovi modelli associativi: infiltrazioni cinesi, money transfert e dinamiche di riciclo.

Calendario del corso:

Mercoledì ore 16.15 - 17.45 (11 gen. 23 – 8 feb. 23)

Sistemi di numerazione - Aritmetica binaria

Insegnante: ing. Patrizio Pagni

Argomenti trattati:

- Classificazione dei sistemi di numerazione;
- Sistemi di numerazione;
- Diffusione del sistema decimale;
- Fibonacci ed il suo "Liber Abaci";
- L'invenzione dello 0;
- Il sistema binario;
- Macchine e dispositivi per il calcolo;
- Il computer elettronico;
- Aritmetica binaria.

Calendario del corso:

Venerdì ore 15.00 – 16.30 (18 nov. 22 – 20 gen. 23)

Utilizzo del Computer

(parte seconda)

Insegnante: Nadia Sommaggio

Argomenti trattati:

- Ripasso sull'utilizzo base del computer;
- Spid, io e account sulla persona;
- Come creare fogli di calcolo o agende personali;
- Come scaricare e modificare documenti e creare pdf;
- Stampare e scannerizzare su computer o su telefono;
- Preparare su siti specializzati ordini per stampe fotografiche;
- Come acquistare su internet.

Per frequentare è necessario portare per ogni lezione il proprio computer portatile con sistema operativo già installato. Chi ne fosse sprovvisto lo specifichi nella scheda di iscrizione (L'UTE ne potrà mettere alcuni a disposizione).

Note: il corso potrà subire modifiche in base agli impegni dell'insegnante.

Calendario del corso:

Mercoledì ore 17.00 - 19.00 (11 gen. 23 – 29 mar. 23)

Corsi creativi - Laboratori

Espressività artistica - manuale

- *Arte Tiffany*
- *Corso di Canto Corale*
- *Corso di ceramica e raku*
- *Corso di Pittura*
- *Creatività*
- *Lavoro a maglia*
- *Teatro: "il viaggio" tecniche d'improvvisazione corporea*

Note: le spese per l'acquisto dei materiali necessari per la realizzazione dei lavori personali nei laboratori, sono a carico dei corsisti.

Arte Tiffany

Insegnante: Orlando Gazzetta

Programma:

I corsisti potranno realizzare ogni tipo di oggetti, cornici, vetrate, lampade ecc. con vetri di ogni colore e anche di recupero. La saldatura si eseguirà con filo di rame.

Note:

L'insegnante darà tutte le informazioni sui materiali necessari per la realizzazione dei vari oggetti.

I corsisti potranno autonomamente, a seconda delle loro disponibilità, utilizzare il laboratorio quando libero.

Calendario del corso:

Giovedì ore 14.30 - 16.30 (13 ott. 22 – 23 mar. 23)

Corso di Canto Corale

Insegnante: maestro Claudio Garbuio

Argomenti trattati:

- Tecniche della respirazione;
- Uso corretto dello strumento "voce";
- Approccio dei vari generi musicali;
- Da canti popolari al repertorio lirico;
- Dalla polifonia al canto di montagna.

Note: Il corso si attiva con minimo 10 elementi.

Calendario del corso:

Giovedì ore 17.00 - 19.00 (20 ott. 22 – 23 mar. 23)

Corso di ceramica e raku

Insegnante: Aldo Suraci

Programma:

Apprendimento tecniche di base;
Produzione manufatti ceramici - decorazioni e smalti.

Note: attrezzature personali richieste:

Ogni corsista dovrà provvedere ai materiali necessari: spatole, mirette e piccoli attrezzi che verranno consigliati dal docente.

Il corso si attiverà con un minimo di 10 iscritti.

Sarà richiesto un contributo aggiuntivo di € 30,00 a parziale rimborso delle spese particolari cui l'UTE dovrà far fronte per la gestione del corso.

Calendario del corso:

Venerdì ore 10.00 – 13.00 (11 nov. 22 – 17 mar. 23)

12 lezioni con l'insegnante presente più 4 giornate in autonomia (una al mese senza insegnante).

Corso di Pittura

Insegnante: maestra d'arte Flora Balzani

Programma:

La prima lezione sarà dedicata alla conoscenza di tutti i materiali da portare in laboratorio.

Le lezioni successive si dedicheranno alla tecnica dei colori acrilici e ai diversi materiali necessari alla realizzazione di opere con tecniche miste.

Note: ogni corsista dovrà provvedere ai materiali necessari.

Calendario del corso:

Martedì ore 16.00 – 18.00 (8 nov. 22 – 28 mar. 23)

Creatività

Insegnante: Rosa Della Valentina

Programma :

Da ottobre a dicembre, confezioneremo con uncinetto, cordine, cotone e altri filati, eleganti "pochette", pratici porta chiavi, porta cellulari ecc.

Da gennaio, lavoreremo "a costo 0" ridando vita, con il cucito, a pratiche borse, vecchi jeans, vestiti e capi vari, utilizzando vecchie stoffe, nastri pizzi e perle e fiocchi...e altro ancora.

Note: In sede ci sono alcuni filati e stoffe che potranno essere utilizzati dai corsisti.

Calendario del corso:

Lunedì ore 14.30 - 16.30 (24 ott. 22 – 27 mar. 23)

Lavoro a maglia

Insegnante: Luciana Gaiarin Zimolo

Con un filo di lana colorato e un po' di fantasia, possiamo realizzare meravigliosi capi di abbigliamento per noi, o per farne dono prezioso a chi ci sta' a cuore.

Argomenti trattati:

- Nozioni base del lavoro a maglia;
- Come seguire le istruzioni del lavoro;
- I punti della maglia;
- Come lavorare un capo di maglia;
- Confezione e rifinitura di un capo di maglia;
- Ricamo su maglia.

Note: abbiamo in sede una vasta scelta di ferri e uncinetti per chi ne è sprovvisto.

Calendario del corso:

Venerdì ore 15.00 - 17.00 (21 ott. 22 – 17 mar. 23)

Teatro: “il viaggio” tecniche d’improvvisazione corporea

Insegnante: Andrea Regeni

Programma:

Il tema teatrale di questo laboratorio sarà " il viaggio". Lavoreremo sui racconti dei personaggi letterari, ma anche sui viaggi di fantasia dei partecipanti.

Lo faremo con l'ausilio di oggetti, immagini e musica, usando tecniche d'improvvisazione, e come stare davanti ad un pubblico.

Il laboratorio avrà lo scopo di aprire il corsista ad ogni tipo di situazione che gli verrà proposta, soprattutto divertendosi e tornando a casa felice d'aver partecipato

Note: Il corso si attiverà con un minimo di 10 iscritti.

Calendario del corso:

Martedì ore 18.00 - 19.30 (15 nov. 22 – 7 mar. 23)

Espressivita' motoria

- *Attività motoria in piscina*
- *Calendario del corso:*
- *Attività motoria per tutte le età*
- *Ginnastica generale*
- *Il gioco delle bocce*
- *Lo Yoga e il corpo che danza*
- *Vivere Senza Dolore*

Note:

Tutte le attività motorie organizzate dall'UTE hanno carattere ludico-amatoriale e, di conseguenza, ai sensi dell'art. 42 della legge 98/2013, non è richiesta la presentazione del certificato medico.

Attività motoria in piscina

Insegnanti: istruttori di nuoto

Programma:

Ginnastica dolce in acqua

Note: il corso si tiene presso la piscina di Bella Italia Efa Village di Lignano Sabbiadoro.

La quota è di euro 50,00 per 8 accessi, che si verserà direttamente alla Bella Italia (non sarà richiesta alcuna quota d'iscrizione).

Il corso si attiva con un numero minimo di 5 frequentanti. La direzione si riserva di comunicare la data d'inizio del corso.

Calendario del corso: inizio del corso verrà comunicato in seguito

Lunedì e giovedì ore 9.15 - 10-00

Attività motoria per tutte le età

Insegnante: prof. Gabriele Cestari

Programma:

Ginnastica dolce, adatta a tutti.

Consigliata per tutte le età, il giusto movimento per restare in salute.

Note: : E' richiesto un contributo.

L'entità del contributo ed il numero di persone ammesse in palestra non ci è stato ancora comunicato dal Comune e pertanto saranno resi noti all'atto dell'iscrizione.

Calendario del corso:

Giovedì ore 09.00 - 10.00 (13 ott. 22 – 30 mar. 23)

Luogo: Palestra Comunale in viale Europa.

Ginnastica generale

Insegnante: Istruttrice del Gruppo Artistico Lignano

Programma:

Ginnastica per mantenersi in forma rispettando le possibilità di ciascuno di noi.

Nel corso delle lezioni saranno introdotte alcune curiosità sulla disciplina del "calcio camminato".

Note: : E' richiesto un contributo.

L'entità del contributo ed il numero di persone ammesse in palestra non ci è stato ancora comunicato dal Comune e pertanto saranno resi noti all'atto dell'iscrizione.

Calendario del corso:

Martedì ore 9.00 – 10.00 (18 ott.22 – 28 mar. 23)

Luogo: Palestra Comunale in viale Europa.

Il gioco delle bocce

Insegnante: Loretta Sclaunich

Programma:

- Nozioni del gioco delle bocce.
- Presentazione dell'attrezzo, fondamentali del gioco dell'accosto e della bocciata.
- Al termine del corso si terrà tra i corsisti un saggio finale.

Calendario del corso:

Venerdì ore 16.00 – 17.00 (28 ott.22 – 16 dic. 23)

Luogo: Bocciodromo di Lignano Sabbiadoro

Lo Yoga e il corpo che danza

Insegnante: Lucia Dozzi

Programma:

Dalla staticità alla leggerezza del movimento.

Note:

Il corso si svolge presso Associazione Kurma Marga Via Julia 18, Lignano Sabbiadoro.

Potranno partecipare 8 persone per ogni corso che avrà 6 incontri ciascuno.

Corsisti interessati al proseguimento dello yoga, concorderanno tempi e modalità direttamente con l'insegnante.

Sempre l'insegnante, informerà i corsisti sulle eventuali regole Covid da seguire

Calendario del corso:

Mercoledì ore 9.00 – 10.00

I° corso (6 lezioni) (9, 16, 23, 30 nov. - 7, 14 dic. 2022)

II° corso (6 lezioni) (1, 8, 15, 22 feb. - 1, 8 mar. 2023)

Vivere Senza Dolore

Un programma per migliorare i dolori articolare con semplici esercizi di ginnastica

Insegnanti: prof. MILANESE MASSIMO - prof.ssa ZULIANI PAOLA - Fisioterapista: BRUNO CHIARA - Nutrizionista: GIUSTO CRISTINA

Programma:

Diversi professionisti concorreranno alla realizzazione di questo programma che si svilupperà in 2 cicli di 12 settimane, nelle quali vengono proposte tecniche di ginnastica diverse, quali la ginnastica vertebrale e posturale, pilates e pancafit, eseguendo facili esercizi (ripetibili a casa) utilizzando anche piccoli attrezzi.

Lo scopo di questo percorso e' di migliorare ed eliminare il dolore.

Il programma, oltre alla ginnastica, prevede anche incontri/lezione con il nostro fisioterapista, con la nutrizionista (temi legati alla terza età) e con il tecnico posturale per ritrovare uno stile di vita sano e di benessere, eliminando abitudini nocive.

Note: Il calendario e le condizioni per partecipare al corso, che si terrà presso la sede kinesis in Corso degli Artigiani Ovest n. 10 tel. 0431 720305, saranno illustrate **il giorno 10 ottobre 2022 alle ore 14,30 presso l'UTE in aula 1.**

Tempo libero

- *Il gioco del burraco*
- *Incontri con il mondo del vino*
- *Incontri di fotografia*

Il gioco del burraco

Insegnante: Gigliola Antoni

Il Burraco

Il gioco del burraco è un gioco di socializzazione, si gioca con 2 mazzi di carte francesi con 54 carte, è detto "il gioco dei sordomuti" perché durante la partita non si dovrebbe parlare.

La signora Gigliola *insegnerà* le regole del gioco ai principianti, coordinerà il corso a partire dal mese di novembre 2022 stabilendo giornata e orario, con la segreteria, secondo la disponibilità dei locali e poi avvertirà gli iscritti.

Incontri con il mondo del vino

Insegnante: prof. Riccardo Bini,
agronomo- consulente viticolo

Argomenti:

- Vini bianchi dell'Alto Adige;
- Merlot vitigno universale?;
- Uvaggio e vinaggio? Alla scoperta dei blend;
- Vini rossi dell'Alto Adige;
- Serata a sorpresa (cosa si degusta...non si SA..)

Note:

Ogni incontro prevede una parte introduttiva sul tema prescelto e la degustazione guidata di 2/3 vini.

Costo materiali: euro 20,00.

La consueta visita ad una cantina, verrà decisa, durante le prime lezioni, con l'insegnante.

Calendario del corso:

Mercoledì ore 18.00 - 19.30 (11 gen. 23 – 8 feb. 23)

Incontri di fotografia

Insegnanti: Antonio Amadeo (o Soci del FotoCineClub di Lignano)

Argomenti trattati:

Occasione di incontro per condividere, commentare e discutere le immagini realizzate dai partecipanti, utilizzando anche programmi gratuiti di fotoritocco.

Calendario del corso:

Venerdì ore 17.00 – 18.00 (18 nov. 22 – 16 dic. 22)

SOMMARIO

Università di Tutte le Età di Lignano Sabbiadoro	1
UTE 2022-2023: si riparte	2
Inaugurazione Anno Accademico 2022 / 2023	5
Informazioni generali	6
<i>Iscrizioni ai corsi</i>	6
<i>Chi sono i Docenti</i>	6
<i>Avviamento dei Corsi</i>	7
<i>Sedi dei Corsi</i>	7
<i>Alcune date da ricordare</i>	8
<i>Rassegna di Pittura</i>	8
<i>Viaggi di Istruzione</i>	8
Incontri, conferenze e dibattiti	9
I CORSI	13
Area medico – psicologica	14
<i>Chiropratica: che cos'è? Perché? Per chi?</i>	15
<i>Covid – una sorpresa che non ci aspettavamo</i>	16
<i>L'arte di vivere in armonia</i>	17
<i>Mindfulness</i>	18
<i>Nutrizione antiaging</i>	19
<i>Oltre la scienza. Le neuroscienze</i>	20
<i>Psicologia: "Identità e appartenenza"</i>	21
Area Umanistica	22
<i>Dal Rinascimento alle soglie della contemporaneità</i>	23

<i>I Miracoli di Gesù</i>	24
<i>Illustrissimi : grandi personaggi conosciamoli meglio</i>	25
<i>Storia e tradizioni del Friuli</i>	26
<i>Zibaldone di storie</i>	27
Geografia e Ambiente	28
<i>Fauna ittica friulana - acque interne</i>	29
<i>Geografia mondiale divisa per continenti</i>	30
<i>La tutela delle acque</i>	31
<i>Natura e ambiente: alla scoperta del parco delle dolomiti friulane</i>	32
Area linguistica	33
<i>Lingua francese</i>	34
<i>Lingua Inglese - 1° livello</i>	35
<i>Lingua inglese 2° livello</i>	36
<i>Lingua italiana per persone di madrelingua straniera</i>	37
<i>Lingua russa - corso base</i>	38
<i>Lingua russa - corso avanzato</i>	39
<i>Lingua spagnola - corso base</i>	40
<i>Lingua spagnola - corso intermedio</i>	41
<i>Lingua spagnola - conversazione</i>	42
<i>Lingua tedesca - 1° livello</i>	43
<i>Lingua tedesca - 2° livello</i>	44
Area tecnico scientifica	45
<i>Criminologia: viaggio nelle oscurità delle menti di mafia</i>	46
<i>Criminologia: discesa nei profondi recessi della perversione mafiosa</i>	47
<i>Sistemi di numerazione - Aritmetica binaria</i>	48

<i>Utilizzo del Computer</i>	49
Corsi creativi - Laboratori	50
Espressività artistica - manuale	51
<i>Arte Tiffany</i>	52
<i>Corso di Canto Corale</i>	53
<i>Corso di ceramica e raku</i>	54
<i>Corso di Pittura</i>	55
<i>Creatività</i>	56
<i>Lavoro a maglia</i>	57
<i>Teatro: "il viaggio" tecniche d'improvvisazione corporea</i>	58
Espressivita' motoria	59
<i>Attività motoria in piscina</i>	60
<i>Calendario del corso:</i>	60
<i>Attività motoria per tutte le età</i>	61
<i>Ginnastica generale</i>	62
<i>Il gioco delle bocce</i>	63
<i>Lo Yoga e il corpo che danza</i>	64
<i>Vivere Senza Dolore</i>	65
Tempo libero	66
<i>Il gioco del burraco</i>	67
<i>Incontri con il mondo del vino</i>	68
<i>Incontri di fotografia</i>	69

Sostieni l'UTE-APS con il 5 × 1000

Destina la quota del 5 per mille all'Università di tutte le Età di Lignano Sabbiadoro Nelly Del Forno-APS riportando nella propria Dichiarazione dei Redditi, mod.730 o Unico, il nostro codice fiscale **9201174030 (nell'apposito riquadro).**

Contribuendo a raccogliere i fondi per la nostra Università, aiuterai concretamente a migliorare l'offerta formativa e le nostre attività.



UTE Lignano
Arco della Ginestra, 43
33054 Lignano Sabbiadoro (UD)

www.utelignano.it
utelignano@libero.it
Cellulare segreteria: 349 5173324