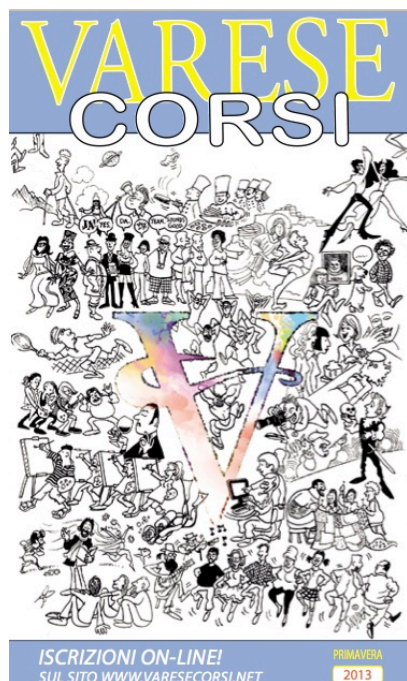


## Varesecorsi, domenica aprono le iscrizioni on line

**Pubblicato:** Venerdì 1 Febbraio 2013



**Tempo di corsi a Varese: si aprono domenica 3 febbraio le iscrizioni online per Varesecorsi**

«A partire dalle 8 di domenica – spiega l'assessore alla Cultura **Simone Longhini** – fino a giovedì 14 febbraio a mezzanotte, ci si potrà collegare al sito [www.varesecorsi.net](http://www.varesecorsi.net) per lo start delle iscrizioni on line ai corsi di primavera. Su internet sarà disponibile il 70% dei posti. Chiunque volesse iscriversi in seguito, **potrà comunque farlo di persona dal 16 al 23 febbraio**».

In questi giorni si sta procedendo alla distribuzione del libretto informativo, in cui è possibile consultare le 226 proposte del Comune di Varese e del Cavedio e le indicazioni dettagliate per le iscrizioni. L'opuscolo è disponibile e scaricabile anche dal sito.

Chi non riuscisse a iscriversi on-line potrà rivolgersi alla sede dal 16 al 23 febbraio in piazza Motta 4.

Gli orari saranno i seguenti:

**8.15-13.00** il sabato

**8.45-12.30 / 15.00-17.00** dal lunedì al venerdì

Per maggiori informazioni telefonare allo 0332.235590, oppure consultare il sito [www.varesecorsi.net](http://www.varesecorsi.net) o il sito del Comune di Varese: [www.comune.varese.it](http://www.comune.varese.it)

### **Le novità**

ARTE (culturali e pratici)

ARTE DEGLI ANNI '60 E '70

Pop Art – Arte Cinetica e programmat – Nouveau realisme e Azimuth – Minimal art – Arte povera – Happening e Fluxus – Arte concettuale e Process Art – Land Art e Body Art – Iperrealismo.

LA COSA PIU' BELLA DI FIRENZE E' MCDONALD'S

Dal titolo del libro di Andy Warhol. L'opera tra processo e concetto da Duchamp ai giorni nostri incrociando Cage, Beuys, Kosuth. Klein, Paolini, Boetti,

SEGRETI D'ARTISTA

Quali vicende hanno ispirato Artemisia Gentileschi nel suo percorso artistico? E che legame c'è tra il

preraffaellita Dante Gabriel Rossetti e il "Dracula" di Bram Stoker? Un affascinante percorso attraverso i secoli per scoprire come le biografie dei più grandi artisti di tutti i tempi siano più avvincenti di un romanzo.

#### ABITARE ALL'ANTICA: ARREDI ITALIANI DEL PASSATO

Breve storia della tipologia del mobilio e degli oggetti d'arredo delle dimore antiche, dal periodo romano a quello della denominazione napoleonica, seguendo i cambiamenti del gusto italiano e il riflesso delle influenze economiche, politiche e sociali.

#### GIOIELLI IN FIMO

Realizzare gioielli con perle e componenti creati con paste sintetiche (fimo) utilizzando la tecnica delle murrine

MOSAICO ROMANO Mediante l'utilizzo di frammenti di materiali (tessere) di diversa natura e colore, si realizzerà un mosaico (es. nodo di Salomone)

#### RICICL ART

Attraverso il recupero e il riutilizzo delle comuni bottiglie di plastica PET verranno realizzati: piccoli oggetti per l'uso quotidiano (vasi, scope...) – elementi di arredo (fiori, tende, lampade da tavolo lampadari, tavolini ...) – mosaici – giochi per adulti e bambini – gioielli – decorazioni per festività

ARTE E TERRITORIO (culturali e pratici)

#### VISITE GUIDATE: EDIFICI DI CULTO E GIOIELLI D'ARTE

Visite guidate alla scoperta di alcune piccole storiche chiese locali, considerate autentici scrigni d'arte tra l'XI e il XVI secolo. S.Stefano a Bizzozero (Varese) – S.Maria in Campagna (Ligurno di Cantello) – S.Pietro (Gemonio) – S.Antonio Abate (Cadegliano Viconago) – S.Maria d'Alessandria (Buguggiate) – S.Maria Annunciata (Brunello)

#### VISITE GUIDATE: C'ERA UNA VOLTA

Tornare indietro nel tempo, alla scoperta della storia e dell'arte di luoghi affascinanti come Castelseprio, la Rocca Borromeo di Angera, il Castello di Masnago a Varese, il Castello Visconti di San Vito a Somma Lombardo

#### VISITE GUIDATE SUL MONTE SAN GIORGIO

Visita guidata agli scavi e ai Musei Paleontologici che grazie alle loro peculiarità ed unicità dei suoi giacimenti rendono il Monte San Giorgio famoso in tutto il mondo. Escursioni mediamente impegnative. Si raccomandano calzature da montagna.

#### COLAZIONANDO

Quattro passi di cultura alla scoperta delle città. 3 lezioni teoriche e tre uscite al sabato mattina

#### PREALPI A PEDALI

Scopri e impara un nuovo modo di vivere la natura delle prealpi varesine con uscite guidate in mountain bike sul territorio della provincia.

FILOSOFIA, SCIENZE, PSICOLOGIA (culturali e pratici)

#### FILOSOFIA ANTICA

Il pensiero antico non si risolve soltanto in una successione dialettica di dottrine scientifiche, ma anche in un altissimo esercizio spirituale e in un'idea complessiva dell'universo derivante dalla decisione di vivere la filosofia in comunità.

#### IN CHE SENSO DISCUTERE? DISCUTERE PER CAPIRE

Sei incontri di libero confronto e dibattito sui temi fondamentali dell'esistere. Il piacere di discutere e di scavare nelle profondità dell'ignoto, ponendoci le domande di sempre: Chi è, se c'è, Dio? Chi siamo, perché viviamo, godiamo, soffriamo e moriamo? Perché lo spazio e il tempo? Perché l'essere e non il nulla?

#### MATEMATICA RICREATIVA PER ADULTI

Un minicorso proposto a tutti coloro che almeno una volta hanno detto: "La matematica non fa per me!", ma che se l'avessero affrontata in modo diverso, forse avrebbero scoperto il piacere di padroneggiarla, il fascino della sua storia, il desiderio di approfondirla.

#### TEMPO, CLIMA E PREVISIONI METEO

L'arte complessa di prevedere il tempo. Atmosfera – Temperatura e umidità – Pressione – Vento – Nubi – Fenomeni del tempo (pioggia, neve, nebbia, temporale, uragani e tifoni, tornado o trombe d'aria, alluvioni) – Strumenti del tempo e previsioni – Clima e cambiamenti climatici.

## DI' DI SI'

E' possibile dire di sì molto più frequentemente di quanto non si faccia abitualmente. Una volta raggiunta la consapevolezza di poterlo fare, ci accorgeremo di quanto spesso ci chiudiamo ai rapporti interpersonali per abitudine

## PERCORSO GENITORI SEPARATI

Percorso di auto-mutuo-aiuto per condividere le problematiche dei genitori separati. Il cammino dopo l'esperienza della separazione spesso diventa tortuoso con problemi che cambiano i rapporti sia con i figli sia con familiari e amici. Momenti di elaborazione, conoscenza e aspettative insieme a specialisti (counsellor, pedagoga, psicoterapeuta e legale) che gestiranno gli incontri

## IL CORPO CI PARLA, LA MENTE RACCONTA

Riconoscere i sintomi che svelano il malessere. La psicosomatica ci insegna come il corpo invia chiari segnali di un malessere del profondo. Aprire lo sguardo a questi segnali attraverso la conoscenza di alcuni malesseri comuni, ci aiuta a sensibilizzarci per riportare l'armonia nel corpo e nella mente.

## LETTERATURA, SCRITTURA CREATIVA, CALLIGRAFIA

### CATCH THE ITALIAN SPIRIT

Corso di cultura italiana per stranieri. Favole e filastrocche – cucina – moda – poesia – scrittori – artisti – musicisti.

### SCRITTURA CREATIVA

Segreti e tecniche dello scrivere: come si inventa una storia, si tesse la trama, nascono i personaggi, nasce l'ispirazione. I vari generi: giallo, romanzo rosa, romanzo storico, biografie. Lo stile: drammatico, spiritoso, satirico. Nel corso delle lezioni ci saranno esercizi e giochi letterari.

### CALLIGRAFIA – WORKSHOP STILE GOTICO

Tecniche calligrafiche di base – Caratteristiche dello stile gotico – il gotico minuscolo e maiuscolo – Laboratorio di scrittura gotica.

### TECNICHE DEL CORPO

#### POSTURAL BREATHING

ginnastica per la colonna, equilibrio e postura. Corso che accomuna svariate metodologie e tecniche orientali: yoga, pilates, Feldenkrais. Tramite particolari tecniche di allungamento muscolare abbinate ad una corretta dinamica respiratoria si prende coscienza delle proprie tensioni e difficoltà motorie al fine di migliorarle.

### CLUB DELLA RISATA (YOGA RISATA)

Imparare a ridere senza motivo utilizzando esercizi che , combinati con la respirazione profonda, stimolano la risata spontanea con l'obiettivo di raggiungere un reale benessere fisico e mentale. Aiuta a diminuire lo stress, a rafforzare il sistema immunitario, a migliorare le relazioni interpersonali e a sviluppare il pensiero positivo

### SHIATZU

Per approfondire tematiche su benessere, vitalità, sviluppo e crescita personale. Insegnamento dei principi basilari facilmente accessibili ed utilizzabili con successo in ambito familiare.

### REIKI tradizionale

Metodo dolce e naturale che aiuta a trattare squilibri legati allo stress, all'ansia, all'insonnia, mal di testa persistente, dolori di varia natura. Viene insegnato lo stile tradizionale giapponese.

### CANOA

Una giornata sul lago in canoa e kayak, dopo aver appreso le manovre fondamentali. Una semplice escursione per scoprire quei luoghi visibili solo dall'acqua. Oltre a: corsi di subacquea, acquagym, ginnastica per la schiena, feldenkrais, tango argentino, zumba

### LABORATORI DIVERSI

#### BRIDGE

Come divertirsi e insieme apprendere a ragionare con le carte attraverso un gioco tanto famoso quanto poco praticato.

#### CASA IN ORDINE

Dedicato a coloro che vogliono migliorare la gestione della propria casa, dalle pulizie al riordino del guardaroba, alla preparazione di una tavola per ogni occasione.

#### TURISMO RESIDENZIALE

Il turismo residenziale è quella parte di turismo che si realizza attraverso l'uso di abitazioni private. Un'opportunità che in epoca di crisi registra una domanda in crescita costante e che permette di sfruttare opportunità economiche non conosciute.

#### BOLLE DI SAPONE

Dedicato a chi utilizza le bolle in ambito sociale o animativo, o anche a semplici appassionati. Si impareranno le diverse tecniche e l'utilizzo dei materiali per fare bolle di sapone piccole e giganti e una serie di giochi e trucchi.

#### TECNICHE SU COME COMPORTARSI A TAVOLA

Se non sapete qual è la forchetta giusta per il piatto giusto o non avete la più pallida idea di cosa voglia dire "dégorgement", è arrivato il momento di imparare a stare a tavola in ogni occasione.

#### FIGURINO – DISEGNO DI MODA

Il figurinista traduce in un bozzetto chiaro e leggibile il modello creato, è un esperto conoscitore dell'anatomia del figurino e disegna con grande capacità di interpretazione i temi e le idee proposte.

Oltre a corsi di fotografia, informatica, cucina, taglio e cucito, disegno, burraco

#### LINGUE

Corsi di lingue per chi vuole viaggiare (arabo, inglese, spagnolo, russo, tedesco)

#### CORSO CULTURALE CON FINALITA' SOCIALE:

#### VOLONTARIO ANCH'IO? ASS. CESVOV

Perché fare volontariato? Dove? Quanto tempo mi richiede? Che cosa posso fare? L'obiettivo del percorso formativo è quello di orientare i cittadini nella risposta a queste domande e nel loro percorso di avvicinamento al mondo del volontariato

[Redazione VareseNews](#)

[redazione@varesenews.it](mailto:redazione@varesenews.it)