



## INGLESE LIVELLO AVANZATO



Per perfezionare la comunicazione verbale e scritta. L'obiettivo principale del corso è il miglioramento della pronuncia e della cura del linguaggio, anche con l'uso di audiovisivi.

Minimo 6 partecipanti.  
Insegnante: Romano Canevari

Inizio corso 17/9/2025  
Mercoledì dalle 17,30 alle 19.00

Durata: 15 ore (10 incontri)  
Costo: € 60.00

## COSTRUIAMO INSIEME IL PRESEPE

Minimo 6 max 10 partecipanti.  
Insegnante: Riccardo Ghio

Durata: 20 ore (10 incontri)  
Mercoledì dalle 21.00 alle 23.00  
Costo: € 60.00



Lo scopo del corso è l'introduzione alla tecnica di costruzione del presepe che ogni partecipante potrà realizzare con elementi poveri e di riciclo, con attrezzature semplici, per lo più presenti nelle proprie case.

Il presepe realizzato potrà essere esposto alla mostra che verrà allestita dal 14 dicembre 2025 al 7 gennaio 2026 presso il centro Polifunzionale Bertotti di Travacò Siccomario.

## TAI CHI CHUAN

Il Tai Chi Chuan è una tecnica dinamica corporea le cui caratteristiche principali sono la lentezza e l'armonia del movimento.

La pratica del Tai Chi Chuan, adatto a tutte le età, procura all'organismo dei benefici sia di natura fisica sia neurologica sia psichica e comporta miglioramenti dell'equilibrio e del sistema articolare.

Da 6 a 15 partecipanti.

Insegnante: Enrico Tonali

Lunedì 19.30 alle 21.00

Durata: 15 ore (10 incontri)  
Costo: € 60.00



## HATHA YOGA

Minimo 8 partecipanti.

Insegnante: Demis Di Lillo

Lunedì dalle 17.30 alle 19.00

Durata: 15 ore (10 incontri)  
Costo: € 60.00



Una scienza millenaria essenziale per l'equilibrio psicofisico dell'uomo moderno, una ginnastica dolce per rigenerare i propri centri energetici, in modo da sviluppare un completo benessere fisico e mentale. Posture, respirazione, rilassamento, meditazione.

## BALLI DI GRUPPO POMERIGGIO



Minimo 6 max 12 partecipanti.  
Insegnante: Roberta Desa

Inizio corso: 8/10/2025  
Mercoledì dalle 15,00 alle 16,00

Durata: 10 ore (10 incontri)  
Costo: € 50.00

## BALLI DI GRUPPO SERALE



Minimo 6 max 12 partecipanti.  
Insegnante: Roberta Desa

Inizio corso: 7/10/2025  
Martedì dalle 21,00 alle 22,00

Durata: 10 ore (10 incontri)  
Costo: € 50.00

Durante le lezioni si apprenderanno balli di vario tipo.  
La facilità dei passi rappresenta il punto di forza dei balli di gruppo.  
Non è necessario essere in coppia.

I Nostri laboratori hanno le seguenti finalità:

- ⇒ Connessione sociale e senso di comunità
- ⇒ Riduzione dello stress e dell'ansia
- ⇒ Maggiore concentrazione e attenzione
- ⇒ Aiuto contro la depressione
- ⇒ Miglioramento della memoria e della funzione cognitiva

**Partecipa anche tu**

## BURRACO CHIACCHIERE E CAFFÈ



Partecipazione libera.  
Durata: tutto l'anno  
Lunedì e venerdì dalle 15,00 alle 17,30  
Dove: Sala "D" Centro del riuso Via Gramsci, 5

## IL SALOTTO DI MARISA UNCINETTO/LAVORI A MAGLIA



Partecipazione libera.  
Durata: tutto l'anno  
Martedì dalle 15,00 alle 17,30  
Dove: Sala "D" Centro del riuso Via Gramsci, 5

# Corsi 2025/2026

	CORSO	INSEGNANTE	GIORNO	ORARIO
1	INGLESE AVANZATO	ROMANO CANEVARI	MERCOLEDI'	17,30-19,00
2	HATHA YOGA	DEMIS DI LILLO	LUNEDÌ	17.30-19.00
3	TAI CHI CHUAN (avanzato)	ENRICO TONALI	LUNEDI'	19.30-21.00
4	BALLI DI GRUPPO POMERIGGIO	ROBERTA DESA	MERCOLEDI'	15,00-16,00
5	BALLI DI GRUPPO SERALE	ROBERTA DESA	MARTEDI'	21,00-22,00
6	COSTRUIAMO INSIEME IL PRESEPE	RICCARDO GHIO	MERCOLEDI'	21,00-23,00

**Lo sapevi che l'associazione  
l'Albero delle Idee gestisce il  
centro Ri-Diamo?**



**Vieni a trovarci in  
Via Gramsci 5 - Travacò Siccomario  
Lunedì-Mercoledì-Sabato  
dalle 15,00 alle 17,30**