



COMUNE DI LISSONE

CORSI DI FORMAZIONE E APPRENDIMENTO PERMANENTE

IN COLLABORAZIONE CON LE ASSOCIAZIONI

ANNO FORMATIVO 2026-2027

PROGRAMMA DEI CORSI

SALUTE E BENESSERE

DANZA MOVIMENTO TERAPIA

Nuvole - un viaggio attraverso il corpo e l'espressione

in collaborazione con Aral Onlus Lissone

Obiettivo: il percorso nasce dall'idea di riscoprire il corpo come una nuvola, uno spazio leggero o pesante ma di ascolto, espressione e relazione, attraverso il movimento spontaneo e la danza guidata. Gli incontri accompagneranno i partecipanti in un viaggio personale e condiviso, alla scoperta dei diversi modi di percepirsi, immaginarsi e sentirsi nel corpo. Attraverso la Danza Movimento Terapia sarà possibile sperimentare nuove prospettive su di sé, favorendo una conoscenza più profonda e integrata, che coinvolga corpo, emozioni, sensazioni e immaginazione.

Da martedì 13 ottobre a martedì 22 dicembre dalle 19.30 alle 21.00

Docente: Dott. Vincenzo Genna

presso Palazzo Terragni - Piazza Libertà - Lissone

posti limitati: massimo 14 posti

KINESIOLOGIA

La postura come specchio del nostro benessere

in collaborazione con Associazione L'Oasi Kinesiologia e altre BDN

Obiettivo: migliorare la propria consapevolezza sul benessere.

Lo stress agisce anche sulla postura, alterando il nostro equilibrio.

Durante il corso teorico-pratico, apprenderemo come la kinesiologia offra strumenti per riequilibrare il corpo, gestire lo stress e favorire il benessere.

Impareremo esercizi, tocchi e altre pratiche per noi stessi e per i nostri cari.

Da lunedì 26 ottobre 2026 a lunedì 25 gennaio 2027 dalle 17.00 alle 19.00

Docente: Dott.ssa Mariapia Monguzzi

presso Scuola "B. Croce" - Via Mariani, 1 – Lissone

PILLOLE DI MEDICINA

Conoscerci per vivere meglio

in collaborazione con Circolo Culturale Don Bernasconi

Programma: scheletro e muscoli; virus - storia della medicina; alimentazione negli anziani; apparato gastroenterico; incidenti domestici; religiosità e medicina; bioetica e fine vita.

Da giovedì 5 novembre 2026 a giovedì 28 gennaio 2027 dalle 17:00 alle 18:30

Docente: Dott. Silvano Mussi

presso Scuola "B. Croce" - Via Mariani, 1 - Lissone

MENTE IN FORMA

Prevenzione dell'invecchiamento cognitivo

in collaborazione con Aral Onlus

Obiettivo: monitorare lo stato di salute delle proprie funzioni cognitive, esercitarle e conoscerne il funzionamento.

Da venerdì 5 febbraio a venerdì 7 maggio 2027

1° gruppo dalle 09.00 alle 10.00

2° gruppo dalle 10.00 alle 11.00

Docenti: Dott.ssa Irene Uboldi

presso sede Associazione Aral - Via Bernasconi, 14 - Lissone

posti limitati: massimo 15 iscritti per ciascun gruppo

TECNICHE DI RIFLESSOLOGIA CINESE E THAIANDESE

Benessere e rilassamento con respirazione consapevole

in collaborazione con Associazione culturale Athéna

Obiettivo: apprendimento di tecniche semplici di automassaggio viso e mano, secondo le tecniche antiche della riflessologia cinese e thailandese accompagnato da esercizi di respirazione consapevole.

Da martedì 23 febbraio 2027 a martedì 4 maggio 2027 dalle 15:00 alle 17:00

Docente: Dott.ssa Francesca Perego

presso Scuola "B. Croce" - Via Mariani, 1 - Lissone

STORIA, LETTERATURA E FILOSOFIA

I FILOSOFI E LA GUERRA

La riflessione sulla guerra nella storia del pensiero filosofico

in collaborazione con Auser Filo d'Argento Lissone

Programma: la filosofia, dall'antichità fino ai giorni nostri, non ha mai cessato di interrogarsi sulla guerra: la guerra è inevitabile? Dipende da fattori esterni, politici ed economici, o è radicata nella natura stessa dell'uomo? Esistono guerre giuste? Sono queste e tante altre le domande che inquietano la coscienza filosofica, specie in un'epoca in cui la guerra è tornata drammaticamente ad essere protagonista della vita collettiva.

Da lunedì 26 ottobre 2026 a lunedì 18 gennaio 2027 dalle 17:30 alle 19:00

Docente: Prof. Giovanni Missaglia

presso Scuola "B. Croce" - Via Mariani, 1 - Lissone

LISSONE NELLA STORIA

Conoscere la storia di Lissone

in collaborazione con Circolo Culturale Don Bernasconi

Programma: conoscere le origini di Lissone: dai Celti ai Romani; dai Longobardi alle signorie medievali; reperti e documenti.

Da mercoledì 4 novembre 2026 a mercoledì 27 gennaio 2027 dalle 17:00 alle 18:30

Docente: Silvano Lissoni

presso Scuola "B. Croce" - Via Mariani, 1 – Lissone

IL RITRATTO DINASTICO DELLA FAMIGLIA MEDICI

Storia dell'arte

in collaborazione con Club Donna Ginzburg

Programma: il ritratto è opera capace di superare secoli, di restituire i lineamenti e persino la psicologia di una persona, conservando però la traccia del periodo storico. Componente essenziale del ritratto, e ancora di più di quello dinastico, è la volontà di autorappresentazione e il messaggio politico che si intende comunicare. 1- I Medici di Cafaggiolo e il ramo di Popolani; 2- Cosimo il vecchio; 3- Carlo de Medici; 4-Lorenzo il Magnifico; 5-La congiura dei Pazzi; 6-Il Granduca Cosimo ed Eleonora di Toledo.

Da martedì 20 ottobre 2026 a martedì 9 febbraio 2027 dalle 17:00 alle 18:30

Docente: Prof.ssa Rosanna Gianfancesco

presso Scuola "B. Croce" - Via Mariani, 1 - Lissone

I CAPOLAVORI DEI MUSEI MILANESI

Grande arte a due passi da casa

in collaborazione con Circolo Culturale Don Bernasconi

Programma: conoscere i capolavori dei musei milanesi: Pinacoteca di Brera; Museo Poldi Pezzoli; Musei del Castello Sforzesco.

Da lunedì 16 novembre 2026 a lunedì 8 febbraio 2027 dalle 17:30 alle 19:00

Docente: Dott.ssa Rossana Gatti

presso scuola "B. Croce" - Via Mariani, 1 - Lissone

ARTE MODERNA

Storia dell'arte fra '800 e '900

in collaborazione con Circolo Culturale Don Bernasconi

Programma: Preraffaelliti- Realismo- Macchiaioli- Scapigliatura Lombarda- impressionismo- postimpressionismo

Da martedì 16 febbraio 2027 a martedì 11 maggio 2027 dalle 17:00 alle 18:30

Docente: Prof. Martino Brivio

presso scuola "B. Croce" - Via Mariani, 1 - Lissone

ARTE, TATTO E CREATIVITA'

PITTURA (*base e avanzato*)

Disegno e tecniche pittoriche

in collaborazione con Associazione Athéna

Programma: basi e successivo approfondimento delle tecniche artistiche espressive: disegno – acquerello – guazzo – tempera – tempera all'uovo – acrilico. Disegno e prospettiva, esplorazione del colore, realizzazione delle opere.

Corso base: da martedì 20 ottobre 2026 a martedì 12 gennaio 2027 dalle 15:00 alle 17:00;

Corso avanzato: da martedì 2 febbraio a martedì 13 aprile 2027 dalle 15:00 alle 17:00

Docente: Gaspare Perego

presso Scuola "B. Croce" - Via Mariani, 1 - Lissone

BTC THEATRE- TUTTI IN SCENA!

Il teatro non ha età: ha solo storie da vivere

in collaborazione con Associazione Seed- BTC Academy

Programma: un vero e proprio gioco teatrale per avvicinarsi, in modo coinvolgente e divertente, al mondo del palcoscenico: uno spazio in cui sperimentare, esprimersi, stare insieme e scoprire nuove possibilità attraverso corpo, voce, movimento, interpretazione, improvvisazione, creatività e relazione con gli altri.

Da lunedì 26 ottobre 2026 a lunedì 8 febbraio 2027

Gruppo over 50: dalle ore 09.00 alle 10.30

Gruppo 18-50: dalle ore 19.00 alle 20.30

*il calendario potrebbe variare previo accordo con i corsisti

Presso Centro Giovanile Cubotto - via L. Conti, 1 Lissone

PUPAZZERIA

Tecniche creative

in collaborazione con Associazione Athéna

Obiettivo: esprimere, con il cucito creativo, la realizzazione di oggetti in tessuto su supporti appropriati. Creare con la stoffa, addobbi in panno e feltro; decorazioni per la casa; oggettistica.

Da giovedì 19 novembre 2026 a giovedì 4 febbraio 2027 dalle 15:00 alle 17:00

Docenti: Bruna Brambilla e Nadia Arosio

presso scuola "B. Croce" - Via Mariani, 1 - Lissone

TAGLIO E CUCITO (*base e avanzato*)

Tendenza moda

in collaborazione con Associazione Athéna

Programma: apprendimento con approfondimenti specifici per sviluppare e adattare un capo di abbigliamento alle esigenze personali.

Base: imparare ad attaccare un bottone, una cerniera e sistemare un orlo; conoscenza dei materiali, tecnica del taglio base, conoscenza di base di cucito a macchina.

Avanzato: comprensione e sviluppo di un manufatto, sviluppo pratico del modello, realizzazione del capo con finitura a mano e a macchina.

Corso base: da mercoledì 21 ottobre a mercoledì 13 gennaio 2027 dalle 17:00 alle 19:00

Corso avanzato: da mercoledì 27 gennaio a mercoledì 31 marzo 2027 dalle 17:00 alle 19:00

Docenti: Elena Guzzo e Foglieni Marinella

presso scuola "B. Croce" - Via Mariani, 1 - Lissone

L'ARTE DEL CARTOMODELLO

Progettare il proprio abbigliamento

in collaborazione con Associazione Athéna

Programma: imparare tecniche diverse per progettare il proprio abbigliamento su misura. Come organizzare, formare e realizzare il cartamodello su misura: come prendere le misure, conoscere le basi dei cartamodelli, sviluppare il cartamodello, lavorare le qualità diverse dei tessuti, appoggiare e tagliare il cartamodello su tessuto.

Da mercoledì 7 aprile 2027 a mercoledì 26 maggio 2027 dalle 17:00 alle 19:30

Docente: Elena Guzzo

presso scuola "B. Croce" - Via Mariani, 1 - Lissone

LINGUA ITALIANA PER CITTADINE STRANIERE

Corso base, intermedio e avanzato

in collaborazione con associazione Qdonna

Obiettivi e programma: comunicazione interpersonale; saper comprendere comunicazioni orali e scritte nei diversi ambiti della vita; saper esprimere necessità, bisogni e desideri ecc.; saper leggere e scrivere in italiano usando gli strumenti informatici; apprendimento del lessico; imparare le parole per "dire"; competenze grammaticali, prima alfabetizzazione (corso base); la struttura della frase e gli elementi base della grammatica; conoscenza dell'Italia, della sua cultura, della sua storia e delle sue leggi; confrontarsi con culture ed esperienze diverse.

Da mercoledì 14 ottobre a mercoledì 05 maggio 2027, dalle 14:00 alle 15:30.

Suddivisione in gruppi

Docenti: Grazia Forgione, Luisa Salemi, Raffaella Mariani, Loredana Tremolada, Anna Mazzilli, Maria Carla Morelli, Gabriella Mariani

presso Sala Polifunzionale - Biblioteca Civica di Lissone

CORSO GRATUITO