


ZONTA CLUB
FINALE LIGURE


UNIVERSITÀ
DELLE TRE ETÀ
DEL FINALE A.P.S.

FINALE
LIGURE

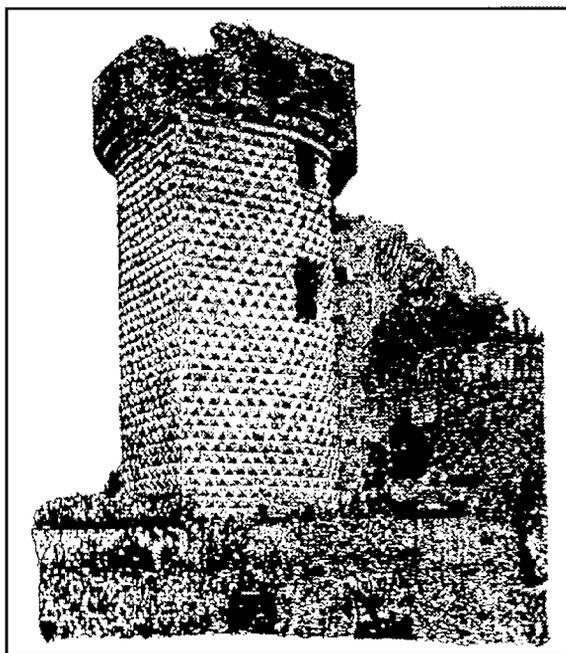
*my
perfect
place*



Città di Finale Ligure

*Assessorato alla Cultura
e Pubblica Istruzione*

UNIVERSITÀ DELLE TRE ETÀ DEL FINALE A.P.S.



ANNO ACCADEMICO 2025-2026

 **BCC PIANFEI E
ROCCA DE' BALDI**
CREDITO COOPERATIVO ITALIANO



L'UNIVERSITÀ DELLE TRE ETÀ DEL FINALE

L'Università delle Tre Età del finale, inizialmente nata come "Service dello Zonta Club di Finale Ligure" è ora una libera associazione gestita e diretta dai numerosissimi corsisti che la compongono. Si propone di rendere accessibili a tutti molteplici corsi, legati a vari approfondimenti culturali, nonché a varie discipline artistiche e sportive, nel duplice scopo di divulgare la cultura e rendere possibile una maggiore socializzazione.

CONSIGLIO DIRETTIVO DELLA UNIVERSITÀ DELLE TRE ETÀ DEL FINALE

Presidente e Coordinatrice dei Corsi:

Anna Bolla

Vice Presidente:

Salvatore Finocchiaro

Tesoriere:

Maura Comelli

Segretario:

Graziella Frasca Gallo

Consiglieri:

Carlo Brignone

Carla Marcacci

Gesine Moj

Direttore dei Corsi:

Fulvio Bianchi

Esaminatori dei Conti:

Michele Dijoux

Marisa Maffei

Pia Merlo

Sito Web:

www.u3finaleligure.it

e-mail:

bollanna@alice.it

annabolla@u3finaleligure.it

SALUTO DELLA PRESIDENTE

L'estate sta finendo e ci stiamo avvicinando velocemente all'inaugurazione di un altro Anno Accademico.

“La voglia di conoscere e la voglia di imparare, non ha età” è questo il mio e vostro motto, miei cari amici, che tra poco verrete ad iscrivervi al 32° A.A.

Mi sembra un sogno che sia passato tanto tempo e così in fretta da quando mi sono presentata alla prima lezione nell'aula di disegno del Liceo in via Ghiglieri: era una lezione di Archeologia tenuta dal Dott. Guido Imperiale, ne ho un ricordo netto e preciso e ricordando questo, la mia mente va a chi non è più tra noi... qualcuno ha lasciato un vuoto incalcolabile come il nostro segretario storico Sergio Barbagianni che ci ha, sì lasciato, ma che rimane sempre nel cuore di chi lo ha conosciuto, stimato ed apprezzato.

La nostra U3, da allora, ha fatto passi da gigante: è cresciuta, è migliorata, ha arricchito molte persone nel mutuo scambio di donarsi.

Infatti: incontrarsi, confrontarsi, socializzare, approfondire ed estendere il proprio bagaglio culturale, rappresentano gli scopi principali dell'U3.

Adesso il nuovo programma è pronto e spero possa soddisfare le esigenze di tutti, essendo molto ricco e vario; sono speranzosa che la vastità e la pluralità dell'offerta formativa possano ulteriormente incrementare l'iscrizione di nuovi soci.

Vorrei porgere “un grazie di cuore” a tutti i docenti che accettano di venire da noi a donare il loro sapere e ringrazio tanto anche la nostra Amministrazione Comunale che sempre, e soprattutto da sempre, ci sostiene.

Un grazie infine a tutti i corsisti che spero pronti a tagliare, con gioia, il nastro di partenza per riprovare le emozioni di ritrovarsi insieme ed insieme operare per il benessere di tutti, con la volontà di far tesoro della scienza, della sapienza e della conoscenza che ci offrono a piene mani i nostri magnifici docenti.

Eccoci dunque pronti a partire!

Con entusiasmo iniziamo questo nuovo A.A. che ci darà occasione di fare nuove conoscenze, concretizzare amicizie ed avvicinarsi a nuove esperienze.

Vi invito a partecipare il più possibile con entusiasmo alle nostre attività: troverete un'ampia scelta e verrete accolti con grande affetto e solidarietà.

Con tutto il mio affetto e tutto il mio impegno.

La vostra Presidente

Anna Bolla

SALUTO DEL SINDACO

Cari amici dell'*Università Delle Tre Età del Finale*,

con immenso piacere vi porgo il mio più caloroso benvenuto all'inizio di un nuovo Anno Accademico, il 2025/2026, per la nostra amata Università delle Tre Età.

Gli argomenti culturali trattati sono ogni anno di notevole livello e le numerose meritorie iniziative permettono a molti cittadini di ravvivare la propria curiosità intellettuale con un sempre più ricco ed interessante calendario di conferenze, convegni, incontri e seminari. Questo luogo è un vero e proprio faro di conoscenza e condivisione, un punto di riferimento per la nostra Città, un piacevole incontro culturale, amichevole e familiare irrinunciabile.

I finali si potranno anche quest'anno percorrere questo meraviglioso iter nel mondo del sapere.

Vedervi ogni anno così entusiasti e desiderosi di apprendere, di confrontarvi e di mettere in gioco la vostra curiosità, è per me motivo di profondo orgoglio.

Siete la dimostrazione vivente che l'età non è un limite all'apprendimento, ma un valore aggiunto, un bagaglio di esperienze e saggezza da mettere a disposizione di tutti.

L'Amministrazione Comunale crede fortemente nel valore dell'educazione permanente e nel ruolo cruciale che l'Università riveste per il benessere sociale e culturale della nostra città. Siamo consapevoli che il Vostro contributo è indispensabile per una comunità più inclusiva e dinamica e per questo continueremo a supportare con impegno le Vostre attività.

Rinnovo un vivo ringraziamento a quanti continuano a dedicare volontariamente tempo, passione e professionalità a questa importantissima realtà, portando un crescente prestigio ai corsi.

Grazie di cuore per l'entusiasmo che portate.

Buon anno accademico a tutti!

Il Sindaco
Angelo Berlangieri

SALUTO DELL'ASSESSORE ALLA CULTURA

È con grande piacere e profonda ammirazione che vi porgo il mio caloroso saluto in occasione dell'inizio di questo nuovo anno accademico. L'Università delle Tre Età è una realtà preziosa che offre a tutti noi l'opportunità di continuare a crescere e ad apprendere.

Vorrei sottolineare l'importanza dello studio delle materie riguardanti il nostro territorio e la nostra storia locale. Conoscere le nostre radici, le tradizioni e le vicende che hanno plasmato la nostra comunità è fondamentale per rafforzare il senso di appartenenza e per valorizzare il patrimonio culturale che ci circonda. Attraverso queste conoscenze, possiamo diventare cittadini più consapevoli e attivi, capaci di apprezzare e proteggere le ricchezze del nostro territorio.

Con affetto e stima,

L'Assessore alla Cultura e Vice Sindaco
Maura Firpo

SALUTO DEL DIRETTORE

All'arrivo della stagione autunnale, con i suoi colori vividi, la promessa odorosa del vino nuovo e quei primi freddi che spingono a cercare il conforto dell'amata casa, torna (per la trentaduesima volta!) un appuntamento fortunatamente ridiventato tradizionale, dopo i cupi periodi delle restrizioni dovute alla pandemia, e davvero irrinunciabile per il territorio finalese: l'inizio del nuovo anno accademico dell'Università delle Tre Età del Finale.

Ancora una volta potranno essere avviati i tanti Corsi, principali e collaterali, che costituiscono il vanto dell'Accademia finalese, sempre arricchiti di gradite proposte nuove come pure comprendenti apprezzatissime conferme, così da approntare una bella e variegata offerta formativa rivolta sia agli affezionati corsisti, sia alla cittadinanza tutta, perché, come abbiamo spesso avuto modo di ribadire, l'Accademia Finalese ha l'obiettivo di programmare iniziative non rivolte esclusivamente alla fascia della cosiddetta terza età, ma che in qualche modo possano avere un'attrattiva per chiunque voglia approfondire un argomento noto o affrontarne uno ex novo; la denominazione stessa lo appalesa con chiarezza. Di qui, nel tempo, la crescita del numero dei corsi, il moltiplicarsi e il diversificarsi delle attività: corsi teorici, corsi pratici, uscite sul territorio, conferenze, concerti, mostre, visite culturali. Infatti anche quest'anno l'U3 del Finale non si limiterà semplicemente ad offrire una, sia pur ampia, scelta di corsi culturali e laboratoriali riguardanti una vasta gamma di discipline, ma curerà anche un'articolata proposta di attività culturali, concerti, conferenze, visite guidate ed escursioni in grado di soddisfare esigenze diverse, a più livelli, confermandosi ancora una volta in grado di dar seguito alla propria vocazione di rappresentare nel panorama locale un soggetto di primo piano dell'animazione culturale; lo spirito che la anima, fin dai suoi lontani esordi, ha consentito di sviluppare negli anni un dialogo fruttuoso fra corsisti e docenti, che ha sovente permesso di fare incontrare esigenze e richieste degli uni e degli altri; e non solo: l'U3 Finalese pone le condizioni affinché tutte le sue componenti possano vivere quella vita di gruppo, capace di sollecitare e di sostenere la curiosità culturale di tutti nell'incontro tra individui che si trovano a coltivare una comune passione, assolvendo pertanto ad una positiva funzione socializzante.

Riprenderanno, dunque, gli affermati corsi "tradizionali", capaci di attrarre un gran numero di fedeli corsisti, affiancati da interessanti e stuzzicanti novità.

Come si è accennato, anche per l'anno accademico 2025/26 il programma dell'Università delle Tre Età del Finale è assai nutrito e complesso; per questo risulta quanto mai indispensabile ringraziare di cuore tutti coloro che hanno lavorato con impegno per progettarlo e renderlo attuabile, a partire anzitutto dai membri del Direttivo, e in particolar modo dalla Presidente e Coordinatrice dei Corsi, l'insostituibile Anna Bolla, senza dimenticare in secondo luogo gli Enti locali, specialmente il Comune di Finale (da sempre pronto a supportare e sostenere l'U3 finalese), gli esponenti delle Arti, delle Professioni, del mondo della Scuola come dell'Imprenditoria e della Comunità Ecclesiale, della cultura, il Museo Archeologico e la Biblioteca della realtà finalese e, naturalmente, i numerosi docenti che prestano la loro opera con professionalità e generosità.

Solo la dedizione del Direttivo, l'appoggio del Territorio e l'entusiasmo degli insegnanti consentono all'U3 del Finale di restare costantemente fedele alle finalità fissate a suo tempo dai soci fondatori dello Zonta Club: offrire occasioni di arricchimento culturale e di condivisione. In chiusura di queste mie poche righe, a tutti voi, docenti e corsisti, faccio l'augurio di frequentare con serenità e possibilmente con soddisfazione i corsi del nuovo anno accademico 2025/2026.

Il Direttore dei Corsi
Prof. Fulvio Bianchi

NOTE ORGANIZZATIVE

ANNO ACCADEMICO 2025 - 2026

Per iscriversi non è richiesto alcun titolo di studio. La quota base d'iscrizione di Euro 40,00 dà diritto alla frequenza di tutti i corsi tranne quelli di Ceramica, Ginnastica Posturale, Ginnastica Dolce e Stretching, Riflessologia Plantare, Lingue Straniere, Disegno, Aquagym, Creare con i fiori e non..., Percorsi creativi.

Per l'iscrizione ad uno di questi corsi è richiesto un versamento supplementare come appresso indicato:

• Aquagym	Euro 41,00 (per 5 lezioni)
• Ballo	Euro 30,00
• Lingue Straniere	Euro 50,00
• Ginnastica Dolce e Stretching	Euro 70,00
• Disegno	Euro 30,00
• Ginnastica Posturale	Euro 500,00 (più iva) da dividere in 6 pers.
• Riflessologia Plantare	Euro 15,00 (per ogni lezione)
• Creare con i fiori e non...	Euro 15,00 per ogni sessione
• Percorsi creativi	Euro 20,00 per ogni sessione

L'iscrizione ad un ulteriore qualsiasi altro Corso di lingue è di **Euro 30,00**.

Per quanto riguarda l'attivazione dei corsi è importante un congruo numero d'iscritti.

È necessario da parte dei corsisti, il versamento di una quota integrativa assicurativa per la frequenza dei corsi di: **Aquagym - Ginnastica dolce e stretching - Ginnastica Posturale - Territorio & Mondo Verde - In giro per cultura, ambiente e... - Riflessologia Plantare** il cui ammontare è di Euro 15,00.

Le iscrizioni all'A.A. 2024/ 2025 si apriranno **Lunedì 29 settembre 2025**.

I Corsi inizieranno **Giovedì 16 Ottobre 2025**.

- La **cerimonia di apertura dell'A.A.** sarà il concerto dal titolo **“Ritratti”**: un viaggio in compagnia del clarinetto e della chitarra, attraverso le più belle ed emozionanti pagine sonore di Ennio Morricone, Nicola Piovani e dei loro celebri film. Ad essi si aggiunge Astor Piazzolla, creatore del “New Tango” e di altrettante splendide pagine sonore. Il duo protagonista è composto da **Emanuele Anzalone, clarinetto** e **Fabio Maida, chitarra**. L'evento avrà luogo **Sabato 8 Novembre 2025** alle ore 16.00, nell'Auditorium del Complesso Monumentale di S. Caterina in Finalborgo, in collaborazione con i Pomeriggi Musicali.
- Per i **consueti Auguri Natalizi** avremo il gradito ritorno del **duo pianistico** composta da **Daniela Piazza** e **Fulvio Bianchi**, nostro direttore dei corsi, che ci propone un recital a quattro mani con musiche di Johannes BRAHMS, 16 Walzer op. 39 – Danze Ungheresi vol. 1 (1-10) ed avrà luogo **Lunedì 8 Dicembre 2025** ore 18 nell'Auditorium Destefanis del Complesso di S. Caterina in Finalborgo.

-
- La *cerimonia di chiusura dell'Anno Accademico* è prevista per **Domenica 19 Aprile 2026** alle ore **16** e per l'occasione l'*Accademia Musicale del Finale* ci allietterà con un concerto dal nome intrigante: "*Accademia...d'Autore*" (musica d'autore, grandi successi italiani e internazionali) con *Michela Berta, Ilaria Bolla e Susanna Ferretti* - voce - *M^o Fabio Tessiore* sax, *fisarmonica, pianoforte*, *M^o Daniele Spazian* chitarra.

Le iscrizioni si ricevono presso la Sede dell'U3 in Via Ruffini, 10 (ex Cupa e Sala Prelievi) – Finale Ligure (SV), il Lunedì, Mercoledì e Venerdì dalle ore 15:00 alle ore 18:00 a partire da Lunedì 29 Settembre 2025.

Per informazioni rivolgersi:
Anna Bolla (Coordinatrice dei Corsi)
telefono: cellulare 339 500 02 72
e-mail: bollanna@alice.it
annabolla@u3finaleligure.it

Internet (Sito Web): www.u3finaleligure.it

N.B. per quanto riguarda il calendario, è possibile che siano necessari alcuni cambiamenti, di cui verrà data tempestiva comunicazione nella bacheca dell'U3 sita in Via Ruffini, e su il sito "Internet": (www.u3finaleligure.it), nei medesimi si troveranno anche le indicazioni relative ad altre attività, organizzate durante l'Anno Accademico.

- **SALA "GALLESIO"**, Via Tommaso Pertica, 24 - Finale Ligure Marina
- **PALESTRA SCUOLA MEDIA AICARDY**, Piazza Grazia Deledda, 2a - Finalborgo
- **SCUOLA MEDIA "AYCARDI"**, Piazza Grazia Deledda, 2a – Finalborgo
- **AUDITORIUM DESTEFANIS e CHIOSTRI S. CATERINA**, Finalborgo
- **"LOCALE sito IN VIA ASILO**, N.26 piano terra, Finalpia
- **LABORATORIO LINGUE STRANIERE**, Via Ruffini, 10 - Finale Ligure
- **STUDIO dott. Gianni CORE**, Via dei Fiori, 25 - Borgio Verezzi
- **STUDIO Signora Gabriella CERATO**, Via Matteotti, 111/2 -Bo rgio Verezzi
- **PISCINA DELL'IPSSAR**, Via Manzoni 12 - Finalborgo
- **SEGRETERIA U3**, Via Ruffini, 10 - Finale Ligure
- **CHIESA S. BIAGIO FINALBORGO**, Finalborgo

INAUGURAZIONE UFFICIALE
ANNO ACCADEMICO 2025/2026

“RITRATTI”

Emanuele Anzalone

clarinetto

e

Fabio Maida

chitarra

Musiche di
Ennio Morricone, Nicola Piovani, Astor Piazzolla

Sabato 8 Novembre 2025

Ore 16:00

presso Sala Congressi
del Complesso Monumentale di S. Caterina in Finalborgo

IN GIRO PER CULTURA, AMBIENTE E...

Sabato 29 Novembre 2025:

Villa Giannettino Luxoro, fa parte dei Musei di Nervi ed è immerso negli splendidi parchi di Nervi. La villa è estremamente interessante e ricca di antiche collezioni d'arte.

Sabato 31 gennaio 2026:

Arenzano e lo splendido parco di Villa Negrotto Cambiaso, con pavoni ed enormi alberi secolari, una natura spettacolare e indimenticabile. Passeggiata nell'antico borgo marinaro che si inerpicava verso il Beigua.

Sabato 28 febbraio 2026:

Bordighera, con la sua villa della Regina Margherita e i giardini Pallanca, ricchi di piante grasse posizionate in fasce e terrazze (una pianta ha 300 anni!!!)

Sabato 28 marzo 2026:

Penisola di Cap Ferrat. Dal porto di St-jean-Cap-Ferrat (Nizza) percorso lungo la costa con uno spettacolare sentiero che offre scorci panoramici d'incomparabile bellezza.

Giovedì 30 Aprile 2026:

5 TERRE. Da La Spezia in battello ad ammirare e conoscere il golfo dei Poeti e le meravigliose Cinque Terre, di bellezza assoluta!

PROIEZIONE AUDIOVISIVI

BEPPE PERETTI

Martedì 21 Ottobre 2025 ore 15.30

“Il Camino di Oropa e i Camini dei Santuari Piemontesi”

MAURO OLIVERO

Giovedì 23 Ottobre 2025 ore 15.30

“Argentina e Patagonia”

FLAVIO e MICHELE MENARDI NOGUERA

Giovedì 04 Dicembre 2025 ore 15.30

“Acqua, ghiaccio e fuoco: l’Islanda”

Terra dove la natura offre davvero spettacoli entusiasmanti, terra selvaggia e maestosa, terra di vulcani, di cascate, di geysers, di ghiacciai fenomenali e distese sterminaste di lava. Tutto spettacolare.

CARLA MARCACCI

Lunedì 12 Gennaio 2026 ore 15.30

“Myanmar, dalle “mille” pagode”

GIORGIO MASSONE

Venerdì 20 marzo 2026 ore 15.30

“Le immagini di un anno dal mare alla montagna”

CARLA MARCACCI

Giovedì 16 aprile 2026 ore 15.30

“Marocco: dal deserto all’oceano”

CONFERENZE

SCATTI NEL TEMPO:

LA FOTOGRAFIA INCONTRA LA MUSICA

Trent'anni di scatti, di sguardi rubati al tempo, di istanti che diventano racconto
Carlo Lovisolo, con la sua lente, ha attraversato generazioni, rivelando bellezza, inquietudine e silenzi. Fotografare è pensare con la luce, e ogni immagine è un pensiero sospeso, come una nota musicale. In questa conferenza la memoria visiva si intreccia con le sonorità dei Pink Floyd. Una sinfonia di immagini e musica, per celebrare un viaggio fatto di visioni condivise. Il tempo non è solo cronologia: è emozione stratificata, fatta di flash, di luci e di ombre. Proprio come i Pink Floyd, Carlo ha cercato nella forma l'eco di qualcosa più profondo. Una celebrazione, ma anche una riflessione sulla capacità dello sguardo di aprire mondi. Un omaggio al potere evocativo dell'immagine, al silenzio che parla, alla musica che racconta. Benvenuti in questo spazio sensoriale: dove si vede, si ascolta... e si sente. Ad accogliervi e a coinvolgervi in questo mondo fatto di musica e immagini ci sono due grandi finali: il fotografo **Carlo LOVISOLO** e il musicologo **Nicola VIASSOLO**.

“SALA GALLESIO”

GIOVEDÌ 16 OTTOBRE 2025

~ • ~

LA MODA COME IMPEGNO SOCIALE

Un viaggio affascinante nel mondo della moda lo propone la nostra **Elisabetta BERTOLLOTTI**, con questo libro, facendoci conoscere una donna straordinaria.

Rosa Genoni (Tirano 1867- Varese 1954) fu una donna eccezionale: sarta, stilista, ideatrice del "made in Italy" già agli inizi del '900, insegnante, scrittrice, giornalista e molto altro ancora: negli ambienti socialisti lottò per l'uguaglianza delle donne in campo lavorativo, la diminuzione del orario di lavoro, il congedo di maternità e il diritto all'istruzione. Grande il suo impegno sociale e umanitario e pacifista. Nata in una famiglia di umili origini a Tirano, a dieci anni viene mandata a Milano nella sartoria della zia come "piccina": le bambine tuttofare di sarte e modiste. Diventerà una rinomata première presso prestigiosi atelier di moda e nel 1906 all'Esposizione Internazionale del Sempione di Milano, vincerà il Premio della Giuria Internazionale per il suo abito ispirato alla Primavera di Botticelli. Partecipa ai primi congressi socialisti a fianco di Annamaria Mozzoni e Anna Kuliscioff e nel 1908 al primo Congresso delle Donne Italiane a Roma dove, nella sua relazione, illustra la sua idea di moda italiana indossando un abito senza corsetto che esprime audacia e libertà e che diventa parte del suo impegno politico. Allo scoppio della guerra abbandona la moda e si dedica completamente all'impegno umanitario e sociale e nel 1915 partecipa, come unica rappresentante italiana, al Congresso Internazionale delle Donne Pacifiste tenuto all'Aja, dove 1136 donne provenienti

CONFERENZE

da 12 paesi si riunirono per parlare di pace e proporre ai governi in guerra proposte concrete per la risoluzione del conflitto e costituire una conferenza per una pace permanente! Nel 1931 rifiutò di giurare fedeltà al regime fascista, e insieme al marito e alla figlia si trasferisce a Sanremo dove si dedica alla diffusione dell'Antroposofia, e nel suo potere fa applicare i principi di agricoltura biodinamica di Rudolph Steiner, continuando nei suoi ideali di etica e rispetto anche verso la natura. Una donna decisamente al di là dell'ordinario, sempre all'avanguardia. La sua, una vita da conoscere!

“SALA GALLESIO”

GIOVEDÌ 30 OTTOBRE 2025 – ORE 15:30

~ • ~

METAMORFICA, IL MASSAGGIO CHE TRASFORMA

Con il Massaggio Metamorfo non si lavora sul sintomo, ma sulla trasformazione: è come un invito silenzioso al corpo e all'anima a ritrovare il proprio Flusso naturale. Questa è una tecnica dolce che stimola i piedi, le mani e la testa, agendo sui punti riflessi legati alla nostra fase pranatale. Aiuta inoltre a sciogliere blocchi emotivi profondi, favorendo il cambiamento interiore e la crescita personale. Ce ne parla la Riflessologa **Gabriella CERATO**.

“SALA GALLESIO”

MARTEDÌ 27 GENNAIO 2026 – ORE 15:30

~ • ~

LA VITA È TROPPO BREVE PER BERE VINI MEDIOCRI

Continueremo il viaggio alla scoperta del vino insieme al nostro sommelier **Valter SERICANO**, anche Assessore alle Finanze del Comune di Finale che ci dice:

“Il vino è espressione autentica di cultura, territorio e tradizione. In questa Conferenza ci immergeremo nei paesaggi più iconici d'Italia, dalle Langhe alla Toscana, fino alle terre vulcaniche del sud, per scoprire le eccellenze che rendono il nostro paese un simbolo dell'enologia mondiale. Ma il viaggio non si ferma qui. Attraverseremo anche i confini per conoscere il meglio delle Francia, tra Boredaux, Champagne, e Borgogna, dove il vino è arte e savoir-faire, perché come diceva Edmondo de Amicis: il vino aggiunge un sorriso all'amicizia e una scintilla all'amore”.

Seguirà degustazione.

“SALA GALLESIO”

MARTEDÌ 17 FEBBRAIO 2026 – ORE 15:30

~ • ~

CONFERENZE

“*LE SACRE DU PRINTEMPS DI IGOR STRAVINSKY*”

La conferenza con audizioni in collaborazione con la Sezione Musicale di Conservazione della Biblioteca Mediateca Finalese, ci viene offerta e presentata dal nostro amato **Flavio MENARDI NOGUERA** e sarà dedicata quest'anno ad un capolavoro assoluto della musica del Novecento: *la Sagra della primavera* del compositore Igor Stravinskij. Scritta per la compagnia dei Balletti russi di Sergej Djagilev l'opera, basata sul sacrificio di una giovane al giungere della primavera, fu rappresentata per la prima volta il 29 maggio 1913 al Théâtre des Champs-Élysées di Parigi suscitando uno dei più memorabili scandali che la storia della musica ricordi.

La strepitosa novità della musica, la modernissima coreografia di Vaclav Nižinskij e i costumi di Nikolaj Rerich suscitarono un clamore indescrivibile e il pubblico si divise immediatamente tra detrattori ed entusiastici sostenitori.

Ben presto *Le Sacre du Printemps* (questo il titolo originale) entrò nel repertorio ed oggi è considerata una pietra miliare della letteratura musicale. Al termine della conferenza si proporrà l'ascolto e la visione della versione originale del balletto che recentemente è stata ricostruita per rivivere esattamente lo spettacolo del 1913.

“SALA GALLESIO”

GIOVEDÌ 9 APRILE 2026 – ORE 15:30

~ • ~

2 GIUGNO 1946:

INIZIA UNA NUOVA STORIA PER LE ITALIANE E GLI ITALIANI

Nel giugno del 1946, con un gesto semplice e rivoluzionario, le donne italiane entrano finalmente nella storia della democrazia. Votarono.

Fu la prima volta, e fu il momento in cui il popolo intero, senza esclusioni, scelse la Repubblica. Ma non bastava scegliere, il popolo vuole scrivere la propria costituzione e tra quelle parole nuove e potenti si annidano i valori di uguaglianza, dignità e partecipazione.

Luigi VASSALLO, ci racconterà quella stagione di coraggio, quella conquista di civiltà e come la voce delle donne ha cominciato a plasmare l'Italia di oggi.

“SALA GALLESIO”

MARTEDÌ 14 APRILE 2026 – ORE 15:30

ARCHEOLOGIA

“LE PIÙ RECENTI SCOPERTE ARCHEOLOGICHE IN AMBITO ITALIANO”

Il Corso, promosso e coordinato dal *Museo Archeologico del Finale* e dalla *Sezione Finalese dell'Istituto Internazionale di Studi Liguri*, è articolato in quattro incontri durante i quali verranno effettuati approfondimenti sulle più recenti scoperte archeologiche in ambito italiano, dai siti liguri più vicini a noi a importanti contesti noti a livello mondiale che ancora riservano grandi sorprese. Attraverso il supporto di proiezioni multimediali i docenti illustreranno le novità scientifiche inerenti diversi periodi preistorici e storici, analizzando i dati ottenuti da: ritrovamenti archeologici, fonti letterarie e documentarie. Un viaggio nel passato per raccontare arte, sepolture, pratiche rituali, divinità e miti, dalla Preistoria alla Romanità.

Le lezioni si avvarranno di supporti multimediali.

Lezioni: Giovedì – ore 15.30 – 04 incontri – Sede: Sala Gallesio

- 08 Gennaio 2026 **“La Preistoria in Liguria: Arma Veirana, Caverna delle Arene Candide e Arma delle Mònie”**
Silvia CAFFARONE (*Museo Archeologico del Finale; Sezione Finalese dell'Istituto Internazionale di Studi Liguri*)
- 15 Gennaio 2026 **“Le ultime scoperte a Pompei”**
Manuela SACCONI (*Museo Archeologico del Finale; Sezione Finalese dell'Istituto Internazionale di Studi Liguri*).
- 22 Gennaio 2026 **“I bronzi di San Casciano dei Bagni”**
Livia Camilla Clementi (*Museo Archeologico del Finale; Sezione Finalese dell'Istituto Internazionale di Studi Liguri*).
- 29 Gennaio 2026 **“Scoperte archeologiche da scavi clandestini”**
Elisa BIANCHI (*Museo Archeologico del Finale; Sezione Finalese dell'Istituto Internazionale di Studi Liguri*).

BIOLOGIA MARINA

IL MAR LIGURE: LE CARATTERISTICHE OCEANOGRAFICHE, LA BIODIVERSITÀ E I CAMBIAMENTI CLIMATICI

In due incontri, il biologo marino **Andrea MOLINARI**, ricercatore-tecnologo presso l'Istituto Superiore per la Protezione e la Ricerca Ambientale (ISPRA), attraverso immagini e filmati, parlerà delle particolari caratteristiche oceanografiche del Mar Ligure e della sua ricchezza faunistica e floristica.

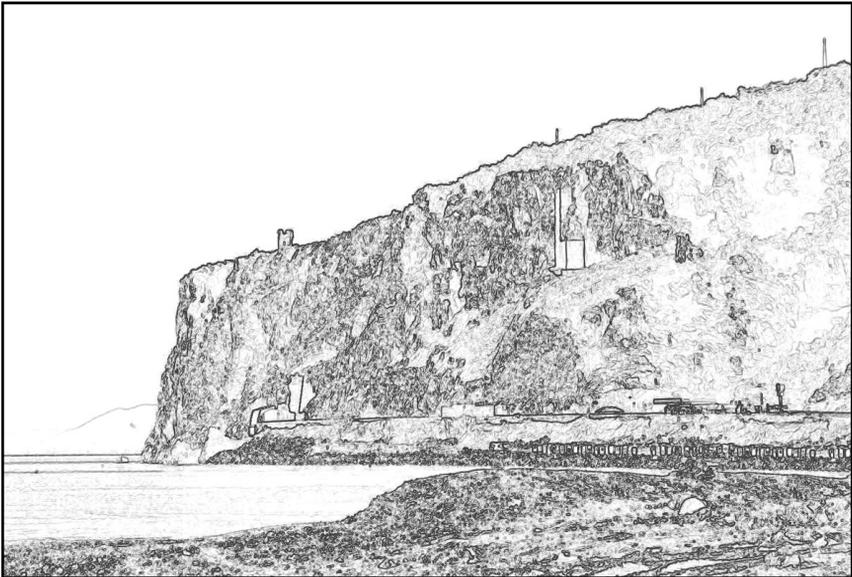
Verrà anche trattato il tema del cambiamento climatico, fenomeno che sta portando a rapidi cambiamenti negli assetti ecologici costieri marini.

Le lezioni si avvarranno di supporti multimediali.

Lezioni: Martedì – ore 15.30 – 02 incontri – Sede: Sala Gallesio

31 Marzo 2026 *1° Incontro*

07 Aprile 2026 *2° Incontro*



COSMOLOGIA MODERNA

Il corso di Cosmologia si propone come un viaggio, affrontato con il supporto di tecnologie multimediali, nell'Universo così come oggi lo conosciamo grazie alla convergenza tra teorie rivoluzionarie e osservazioni astronomiche sempre più accurate.

Partendo dai principi chiave alla base del Modello Standard Cosmologico, si analizzano l'origine, l'evoluzione e l'attuale struttura del Cosmo, non tralasciando di evidenziare le criticità insite nelle teorie e nella natura stessa delle osservazioni astronomiche.

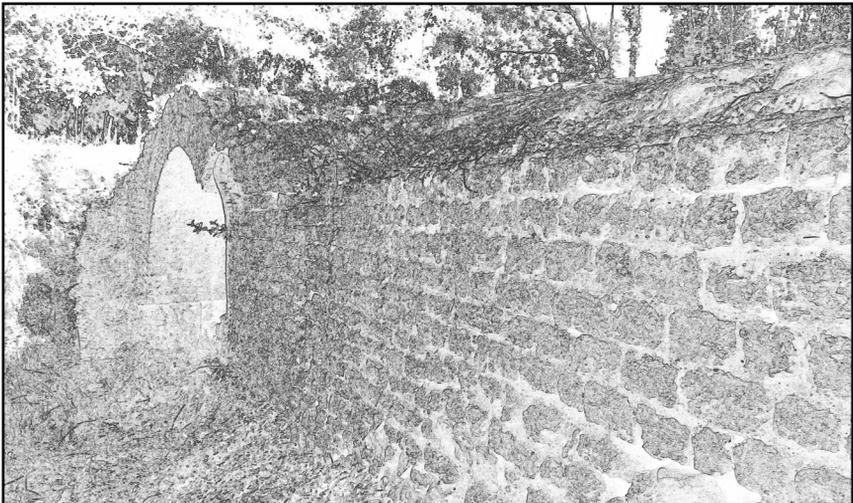
Spingendo lo sguardo lontanissimo nello spazio e nel tempo, si indaga sullo "stato dell'arte" della Cosmologia moderna, scienza giovane il cui scopo è lo studio dell'Universo come un tutt'uno, un'unica entità che è, per definizione, "tutto ciò che esiste".

Questo nuovo affascinante corso, lo propone **Emanuela GHIRARDI**, già insegnante per 40 anni all'Istituto Galileo Galilei di Albenga, di materie STEM [Science (scienza), Technology (tecnologia), Engineering (ingegneria), Mathematics (matematica)].

Le lezioni si avvarranno di supporti multimediali.

Lezioni: Mercoledì ore 15,30 - 4 incontri - Sede: "Sala Gallezio"

- | | |
|------------------|---|
| 12 Novembre 2025 | <i>Cosmologia: perché e come si studia l'Universo</i> |
| 19 Novembre 2025 | <i>Come è fatto l'Universo secondo le attuali teorie e le più recenti osservazioni</i> |
| 26 Novembre 2025 | <i>Dove siamo noi nell'Universo?</i> |
| 03 Dicembre 2025 | <i>Qualcosa non va nella nostra idea di Universo: il presente e il futuro degli studi</i> |



DENTRO LA MUSICA

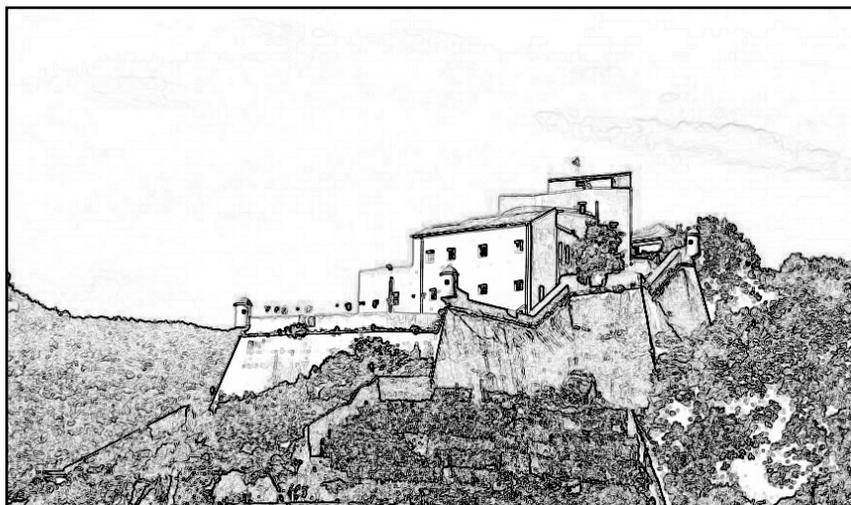
APPROFONDIMENTO MUSICALE

La rassegna di conferenze “Dentro la musica” ha lo scopo di portare la musica “colta” alla portata anche delle persone meno abituate a questo tipo di ascolto. Nello specifico questi incontri, di circa due ore ciascuno, avranno come tema alcune tra le più celebri opere liriche in cui attraverso video, diapositive e registrazioni storiche il **Maestro Mattia PELOSI**, tenore e docente di canto lirico, racconterà vicende e curiosità dei loro protagonisti, in modo semplice e coinvolgente.

Gli incontri si avvarranno di supporti multimediali.

Lezioni: Venerdì ore 15.30 - 04 incontri – Sede Sala Gallezio

- | | |
|------------------|--|
| 28 Novembre 2025 | 1° incontro - “ <i>Bohème</i> ” - Giacomo Puccini |
| 30 Gennaio 2026 | 2° incontro - “ <i>Luciano Pavarotti</i> ” |
| 27 Febbraio 2026 | 3° incontro - “ <i>Gianni Schicchi</i> ” - Giacomo Puccini |
| 13 Marzo 2026 | 4° incontro - “ <i>Il Trovatore</i> ” - Giuseppe Verdi |



DESTINAZIONE MONDO

STORIE DI VIAGGI CULTURALI

Un ciclo di incontri dedicato a racconti di viaggio tra archeologia, storia, tradizioni millenarie, intrecci di popoli, religioni e culture. In giro per il mondo alla scoperta del passato e del presente, oltre le mete turistiche convenzionali, per approfondire aspetti meno conosciuti di alcuni affascinanti Paesi. Ogni presentazione sarà un'occasione per immergersi nelle diverse culture del nostro pianeta e viaggiare con la mente e il cuore.

GLi incontri saranno curati da **Elisa BIANCHI**, curatrice del Museo Archeologico del Finale.

Le lezioni si avvarranno di supporti multimediali.

Lezioni: Giovedì - ore 15.30 - 04 Incontri – Sede: Sala “Gallesio”

05 febbraio 2026 - **Bhutan, l'ultimo regno buddhista himalayano**

Ancora poco conosciuto turisticamente, il Bhutan ci porta alla scoperta di paesaggi incontaminati, architetture tradizionali che sfidano la globalizzazione, feste popolari la cui origine si perde tra mito e leggenda. Percorrendo il paese da ovest a est si incontrano monasteri arroccati sulla roccia, templi all'interno dei quali si può assistere ai canti e alle recitazioni dei monaci buddhisti, passi montani in cui la natura maestosa si fonde con la sacralità testimoniata dalle centinaia di bandiere di preghiera, fortezze imponenti che sottolineano la grandezza della sovranità locale. Intatti sono i luoghi come le tradizioni della popolazione che in un mosaico di colori di abiti, incensi e artigianato, accoglie con un sorriso i visitatori rispettosi dell'integrità culturale del loro paese.

12 febbraio 2026 - **Uzbekistan, lungo le Vie della Seta**

Un viaggio attraverso le sconfinite steppe e gli aridi deserti dell'Uzbekistan, tra accampamenti di yurte seguendo le antiche Vie della Seta. Ripercorrendo i percorsi carovanieri il racconto viaggia tra i fastosi monumenti della mitica Samarcanda, di Bukhara e di Khiva, storiche città impreziosite da raffinate ceramiche blu cobalto, che hanno visto glorie e distruzioni per mano di Alessandro Magno, Gengis Khan e Tamerlano. Bazar e botteghe animano ogni angolo del paese, tra colorati suzani e preziosi tappeti, raffinate sete e produzioni artigianali in legno e metallo.

19 febbraio 2026 - **Armenia, in viaggio dalla Preistoria ai monasteri medievali**

Tra le selvagge montagne e gli altipiani dell'Armenia per scoprire straordinari siti archeologici che documentano dalla Preistoria la presenza umana in questi luoghi: impianti di produzione del vino risalenti a oltre 6mila anni fa, un osservatorio astronomico e insedia-

DESTINAZIONE MONDO

menti rupestri dell'Età del Bronzo, incisioni sulla roccia realizzate da pastori e guerrieri a 3000 metri di altitudine, fortezze e città degli antichi Urartu, oltre alle famose chiese e ai monasteri medievali testimoni dell'adozione del Cristianesimo in queste terre già agli inizi del IV secolo. Un'esperienza unica fatta di passato e di presente per un affascinante viaggio nel tempo.

26 febbraio 2026 - **Giordania, tra storia millenaria e natura mozzafiato**

La Giordania custodisce un patrimonio di storia e cultura di incredibile suggestione. Scopriremo insieme meravigliose città nabatee scolpite nella roccia (come Petra e Siq al-Barid), luoghi conosciuti per essere citati nei racconti biblici, siti romani e castelli crociati che ci svelano la storia del periodo islamico e bizantino. Non mancano i paesaggi mozzafiato del deserto dello Wadi Rum, tra dune di sabbia rossa e pareti di roccia scolpite dal vento, che ci riservano luoghi segreti che celano importanti incisioni rupestri. Ci immergiamo nell'interessante realtà del Mar Morto, un braccio di oceano chiuso tra le montagne che offre ambienti stupefacenti e nella Riserva della Biosfera di Dana, un ecosistema straordinariamente vario, gioiello naturalistico nascosto della Giordania.



ECONOMIA E RISPARMIO

COME PROTEGGERE IL RISPARMIO FAMILIARE

Continua il corso tenuto da **Riccardo OTTONELLO**, consulente Finanziario di Azimut Capital Management, in attività dal 1994 e grazie alle sue competenze nel settore del risparmio e degli investimenti finanziari, aiuta le persone affinché raggiungano con serenità e in sicurezza i propri traguardi di vita, ponendo una particolare attenzione nel proteggere il patrimonio dalle insidie del mondo bancario e affiancando i clienti nel prendere decisioni corrette in condizioni di incertezza.

In un ambiente ostile per la tenuta del potere d'acquisto del denaro, vedremo come agire in sicurezza per consolidare ed accrescere i depositi d'investimento.

Analizzeremo anche casi concreti e specifici di interesse dei presenti.

Approfondiremo infine come bilanciare volatilità e opportunità di maggiori rendimenti e quanto è importante diversificare, con l'obiettivo di mettere in sicurezza i portafogli d'investimento.

Gli incontri si avvranno di supporti multimediali

Lezioni: Giovedì ore 16.45 – 02 Incontri – Sede: “Sala Gallezio”

11 Dicembre 2025 *“Come proteggere e valorizzare i propri risparmi nel 2025: inflazione, interessi, tasse e scelte concrete”.*

Tema guida: far capire come cambiano il valore del denaro, i tassi d'interesse, le tasse su depositi e investimenti, e come difendere o far fruttare in sicurezza i propri risparmi nel contesto economico attuale con l'aiuto di un Professionista iscritto all'Albo.

18 Dicembre 2025 *“Il futuro degli investimenti e del risparmio: sostenibilità, megatrend e come investire con buon senso anche dopo i 65 anni”.*

Tema guida: illustrare come sono cambiati i mercati finanziari, quali sono le nuove grandi direttrici d'investimento (energia pulita, salute, intelligenza artificiale, acqua, tecnologia, demografia) e come può orientarsi un risparmiatore senior oggi.

GIROVAGANDO TRA NATURA E DOLCEZZA

A farci entrare nel mondo della natura abbiamo la nostra cara amica **Elena MOLINELLI**, apicoltrice e titolare dell'Erboristeria "il fiordaliso" nel viale della Repubblica a Pietra Ligure, che da tutta la vita si occupa di api e della loro sopravvivenza. Nel ritmo lento delle stagioni, le erbe spontanee ci parlano con il linguaggio della terra. Crescono lungo i sentieri, tra i muretti a secco, nei giardini dimenticati, portando con sé storie, proprietà e sapori che affondano le radici nella cultura contadina.

Elena ci dice: “,

“La natura sempre ci sa sorprendere; nel corso partiamo scoprendo le piante di casa nostra, non solo per riconoscerle, ma per cucinarle, trasformarle e arricchirle con un altro dono della natura: il miele. Quell'oro liquido che lega il fiore all'ape e l'ape all'uomo, dando vita a ricette che sanno di casa, di bosco e di memoria. Vi accompagnerò in un percorso fatto di foglie, fiori e cucchiari, tra conoscenze antiche e intuizioni moderne. Perché riconoscere le erbe è un atto d'amore, e cucinarle è poesia. Assaggeremo mieli e li abbineremo ai piatti... infine faremo un salto in Oriente per scoprire i segreti del The”.

Il programma è allettante come lo è stato quello dell'anno scorso.

Le lezioni si avvarranno di supporti multimediali.

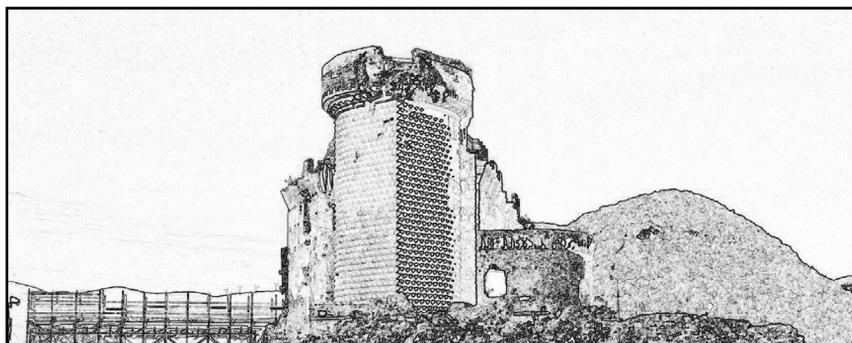
Lezioni: Lunedì - ore 15.30 - 04 Incontri - Sede: Sala “Gallesio”

03 Novembre 2025 **“Le erbe di casa nostra”**

10 Novembre 2025 **“Il The, virtù e segreti”**

17 Novembre 2025 **“Cuciniamo con il miele”**

27 Aprile 2026 **“Passeggiata di riconoscimento delle erbe”**



IL FINALESE

STORIE DEL FINALESE: “I TOPONIMI”, “VITA E MORTE NELL’IMMAGINARIO COLLETTIVO” E “LA VITA NEL MEDIOEVO”

Insieme al nostro **Giuseppe Pino TESTA**, ripercorriamo la storia dei finalesi durante il Medioevo: era così terribile vivere nel Medioevo? Era un periodo violento, di povertà e malattie? Oppure è stato solo “infangato” per innalzare il Rinascimento? Questo appuntamento sarà un viaggio nel tempo per sfatare miti e, forse, crearne altri.

La Società si evolve nel Tempo e la Chiesa cerca costantemente di attualizzare le Sacre Scritture ai tempi che cambiano. Dopo il Mille inizia un periodo dove ci si domanda sempre più cosa c’è dopo la morte.

Nel corso del Tempo l’Uomo, per una serie di motivi pratici, ha nominato in un certo modo i siti in cui viveva o che gli erano utili per procacciarsi le risorse. Questi nomi sono arrivati fino a Noi corrotti dal tempo, modificati mano a mano dai vari popoli di lingua diversa che si sovrapponevano. Il toponimo è fondamentale per ogni comunità, identifica a tutti dove si trova il posto di cui si parla: può essere micro, cioè di luogo come un campo, una porzione di terreno e quindi noto solo ad un gruppo ristretto, ma può essere anche macro, conosciuto cioè sia a livello locale, che regionale e nazionale; generalmente descrive il posto cui è abbinato, se è esposto al sole, se è paludoso, oppure il tipo di uso o di vegetazione, il nome del proprietario e molto altro. La sua decodificazione, inoltre, ci racconta quali popoli si sono succeduti in quella porzione di territorio: non è certo facile, a volte ci si arriva per comparazioni, ma per essere completi nell’analisi occorre ricorrere alla competenza di glottologi e studiosi della lingua, con grandi conoscenze di quelle del passato e della storia, degli usi e dei costumi dell’Uomo. I toponimi si evolvono, ma anche si perdono: l’abbandono delle campagne ed il conseguente aumento della popolazione cittadina, oltre alla loro scomparsa, ne ha fatti nascere altri, non legati però al territorio, ma bensì alle strade che dal territorio ne sono slegate (per esempio, Piazza della Repubblica o Viale delle Rimembranze). Il toponimo è un patrimonio che va tutelato e studiato, specie nelle zone rurali, dove si sta perdendo per via dell’abbandono dei territori.

Gli incontri si avvarranno di supporti multimediali.

Lezioni: Venerdì ore 15.30 – 03 Incontri – Sede: “Sala Gallezio”

05 Dicembre 2025 *Il toponimo antico finalese*

12 Dicembre 2025 *La vita nel medioevo*

19 Dicembre 2025 *Il limbo è il purgatorio nell’immaginario del medioevo*

IL PIANO MARSHALL DELLA CANZONE ITALIANA

Il 5 giugno 1947 *George Marshall*, segretario di Stato statunitense, annunciò al mondo la decisione degli Stati Uniti d'America di avviare un piano di aiuti economico-finanziari per l'Europa. Il "Piano Marshall", come fu comunemente chiamato, fu un momento importante della storia della politica internazionale nel secondo dopoguerra, senza di esso, l'Europa avrebbe conosciuto un gravissimo deterioramento politico, economico e sociale. Il "Piano Marshall" fornì all'Italia il panem.

Ma il motto dice "panem et... circenses".

Già, i circenses.

Servivano anche quelli.

Eccome.

Abbiamo uno scoop.

Esisteva una clausola del piano, tenuta sino ad oggi segreta, che insieme ai prodotti americani di prima necessità ci obbligava a far arrivare sul nostro suolo anche la musica straniera, così temuta dal fascismo, ma soprattutto quella americana. La clausola segreta del "Piano Marshall della Canzone in Italia" ebbe un enorme successo, e portò in Italia in soli 4 anni 283 canzoni di grandissimo successo come testimoniò la neonata classifica dei dischi più venduti, non a caso detta... Hit parade.

Dopo di ciò la musica italiana non sarà più la stessa.

Anzi. L'Italia non sarà più la stessa.

Questa è la storia di un eroico decennio, fedelmente raccontata però, dal punto di vista del pentagramma, dal nostro docente storico **Nat RUSSO**.

Le lezioni si avvarranno di supporti multimediali.

Lezioni: Martedì - ore 15.30 - 04 Incontri - Sede: Sala "Gallesio"

25 Novembre 2025 1° incontro

02 Dicembre 2025 2° incontro

09 Dicembre 2025 3° incontro

16 Dicembre 2025 4° incontro

INGRESSO A TEATRO

Nel mondo del teatro, ci prende per mano e ci conduce **Clara CLEMENTI**, insegnante di Lingua e Letteratura italiana e Storia nelle scuole superiori.

Lavora anche presso l'ufficio eventi business dell' Acquario di Genova.

Clara ama molto il teatro e ci dice:

“Il teatro è uno degli spazi più antichi e affascinanti in cui l’umanità ha scelto di raccontarsi. Il corso si propone di essere una porta d’accesso per scoprire i fondamenti dell’esperienza teatrale.

Esploreremo insieme gli elementi essenziali che definiscono il teatro come linguaggio e come rito collettivo.

L’obiettivo non è soltanto conoscere, ma anche nutrire il piacere della visione e l’attenzione critica, per vivere con maggiore consapevolezza ogni futura esperienza teatrale.”

Questa disciplina mancava da un po’ di tempo nella nostra U3 e quindi siamo in attesa di tornare in questo mondo, dove la fantasia si fonde con la realtà e lascia allo spettatore la possibilità di scoprire o decidere dove termina l’una ed inizia l’altra.

Le lezioni si avvarranno di supporti multimediali.

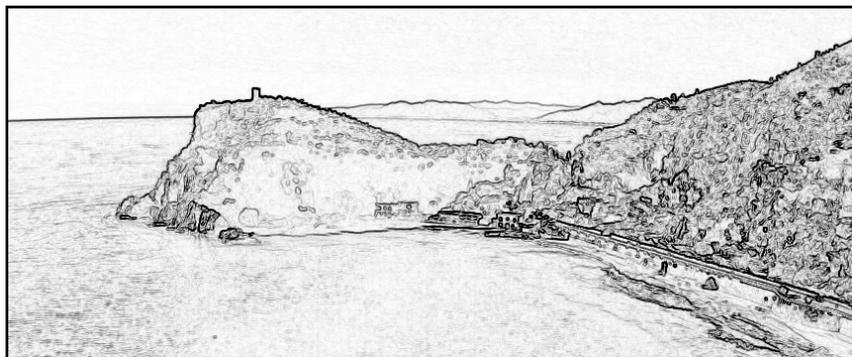
Lezioni: Lunedì - ore 15.30 - 04 Incontri - Sede: Sala “Gallesio”

26 Gennaio 2026 1° incontro

02 Febbraio 2026 2° incontro

09 Febbraio 2026 3° incontro

16 Febbraio 2026 4° incontro



LA MUSICA E LE IMMAGINI SI RINCORRONO

Il corso tenuto dal musicofilo **Nicola VIASSOLO** torna a grande richiesta, dopo una sospensione di alcuni anni e torna più interessante che mai.

Musica e immagini si rincorrono come due amanti in un eterno gioco di seduzione. L'una evoca le altre: una melodia può dipingere paesaggi interiori, mentre un'immagine può suggerire armonie inesplorate. Insieme creano una narrazione sensoriale che supera le parole, dove il suono colora le forme e la luce ritma le emozioni. È un dialogo muto e potente, capace di trasportarci altrove.

Città d'arte, quadri d'autore e musica saranno i protagonisti di questi quattro incontri in cui verranno presentati scenari immaginari, con insoliti commenti musicali.

Dopo Renoir e Chet Baker, Marlon Brando e Gato Barbieri, Robert Doisneau e Richard Galliano, Modigliani e John Lennon, che sono stati protagonisti di alcuni incontri nelle precedenti edizioni, quest'anno aspettatevi grosse sorprese...

Le lezioni si avvarranno di supporti multimediali.

Lezioni: Giovedì - ore 15.30 - 05 Incontri - Sede: Sala "Gallesio"

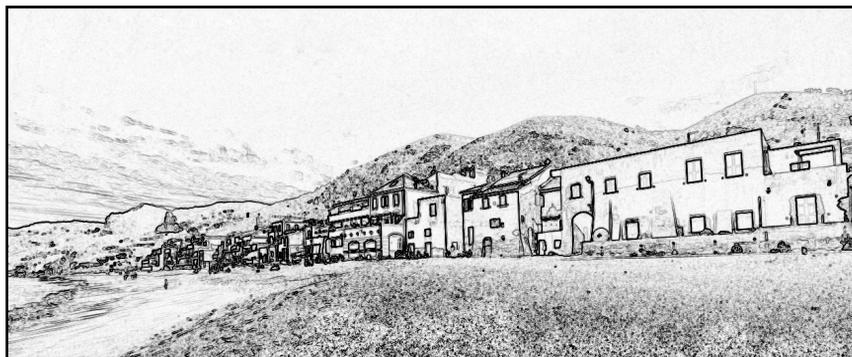
05 Marzo 2026 1° incontro

12 Marzo 2026 2° incontro

19 Marzo 2026 3° incontro

26 Marzo 2026 4° incontro

02 Aprile 2026 5° incontro



L'EGITTO

UNVIAGGIO ARCHEOLOGICO TRA FARAONI E PIRAMIDI

Il corso è tenuto da **Livia Camilla CLEMENTI**, operatrice museale, guida archeologica e operatrice didattica presso il Museo Archeologico del Finale.

La nostra Livia ci propone l'esplorazione di una delle civiltà più complesse e affascinanti della storia: l'Antico Egitto. Si partirà dalle sue origini per poi analizzare come gli studi archeologici abbiano contribuito a svelarne i segreti.

Verrà presentata l'evoluzione di questa civiltà attraverso i suoi diversi periodi storici, verrà illustrato il ruolo centrale della religione nella vita egizia e si approfondiranno le straordinarie scoperte archeologiche – dalle imponenti Piramidi al tesoro di Tutankhamon, dal mistero delle mummie reali alla bellezza del Busto di Nefertiti – che hanno reso l'Egitto un punto di riferimento ineguagliabile nel panorama archeologico e culturale mondiale.

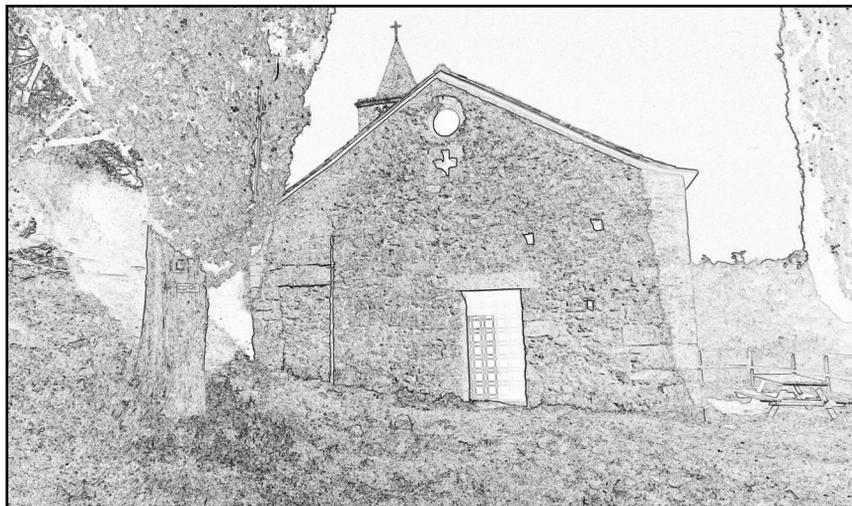
Gli incontri si avvarranno di supporti multimediali

Lezioni: Giovedì ore 15.30 – 03 Incontri – Sede: “Sala Gallezio”

13 Novembre 2025 1° Incontro

20 Novembre 2025 2° Incontro

27 Novembre 2025 3° Incontro



LETTERATURA FEMMINILE DEL '900

Dopo gli anni iniziali, in cui **Graziella FRASCA GALLO** aveva presentato solo Autrici italiane, dal quarto anno aveva allargato la proposta ad Autrici donne di tutto il mondo ed anche quest'anno prosegue con la proposta "mondiale", inserendo come in precedenza, anche un'italiana.

Gli incontri si avvarranno di supporti multimediali.

Lezioni: Venerdì Ore 15.30 - 04 incontri – Sede: Sala "Gallesio".

- 06 Febbraio 2026 **Katherine MANSFIELD** (*Neozelandese 1888 – 1923*)
È considerata una delle più importanti autrici del movimento modernista. Pur essendo morta a soli 34 anni per tubercolosi, ha lasciato numerosissime opere in poesia e in prosa. Verranno letti brani da: *Il nido delle colombe*, testo di racconti densi di poetica e scritto nel momento di estrema maturazione della Mansfield.
- 13 Febbraio 2026 **Nadine GORDIMER** (*Sudafricana 1923 – 2014*)
È considerata la scrittrice che sfidò l'apartheid in Sudafrica. Nel 1991 ha ricevuto il Nobel per la letteratura. Verranno letti brani da: *Il salto*, racconti di ambientazione sudafricana e da: *Sveglia* in cui l'A. delinea la realtà del suo paese, dopo l'apporto di Nelson Mandela.
- 20 Febbraio 2026 **Edith BRUCK** (*Ungherese 1931*)
È una testimone vivente della Shoah. Viene deportata ad Auschwitz nel 1944 e liberata nel 1945.
Dal 1954 vive a Roma ed è la moglie del regista Nelo Risi. Verranno letti brani da: *"Andremo in città"*, raccolta di racconti che colgono le ipocrisie e le incongruenze del tempo presente.
- 06 Marzo 2026 **Milena AGUS** (*Italiana 1959*)
Nata a Genova da genitori sardi, vive a Cagliari dove ha insegnato Italiano e Storia. I suoi romanzi sono tradotti in molte lingue. Verranno letti brani da: *"Mal di pietre"*, romanzo breve da cui è stato tratto, in Francia, un film, e da: *"Terre promesse"* (testo del 2017) dove vengono presentate tre generazioni di una famiglia sarda, proiettate verso un futuro migliore.

LETTERATURA ITALIANA

QUANDO LA POESIA È DONNA.

POETESSE NELLA LETTERATURA

Il Corso, tenuto dal Direttore dei Corsi dell'U3 del Finale, Prof. **Fulvio BIANCHI**, Italianista e Latinista, già Titolare di Lingua e Letteratura Italiana e Latina, presso il Liceo Classico "Gabriello Chiabrera" di Savona e già Dirigente Scolastico del Liceo Classico "Calasanzio" di Carcare e del Liceo Scientifico "O. Grassi" di Savona; attualmente membro del Comitato regionale dei garanti della Cultura Classica e di varie articolazioni dello stesso presso USR Liguria, prende in considerazione il tema della poesia che ha per autore una donna. A partire dai primi esempi del mondo classico, passerà in rassegna alcune delle più importanti poetesse della storia della letteratura italiana attraverso i secoli, analizzando taluni dei testi più significativi della loro produzione nonché aspetti delle loro vicende biografiche, così da far luce su un argomento raramente posto in primo piano nell'esperienza di studi pregressi di molti. Potranno essere scoperte personalità interessanti e venir letti versi di sicuro fascino.

Lezioni: Martedì - ore: 15:30 - 05 incontri - Sede: "Sala Gallezio"

- 24 Febbraio 2026 *Poetesse nella letteratura. Alle origini, nel mondo greco-romano*
- 03 Marzo 2026 *Poetesse nella letteratura. Dal Medioevo al Rinascimento*
- 10 Marzo 2026 *Poetesse nella letteratura. Dal Rinascimento al Settecento*
- 17 Marzo 2026 *Poetesse nella letteratura. Ottocento e Novecento*
- 24 Marzo 2026 *Poetesse nella letteratura. Novecento e oltre*



MEDICINA

Il Corso, ampiamente rinnovato nei contenuti, è tenuto da Primari e Medici del Servizio Sanitario Nazionale, specialisti di chiara fama, che affrontano, con rigore scientifico unito alla linearità dell'esposizione, temi di particolare interesse, nella prospettiva dell'applicazione di nuove tecniche e tecnologie avanzate.

Le lezioni si avvarranno di supporti multimediali.

Lezioni: Lunedì e Martedì - ore 15.30 - 05 Incontri – Sede: Sala “Gallesio”

- 13 Gennaio 2025 **“C'è allergia e allergia.”**
Martedì Docente: Dott. **Maurizio LANTERI**
 Medico chirurgo Specialista in Pediatria
- 19 Gennaio 2025 **“Osteoporosi e mal di schiena”**
Lunedì Docente: **Dottor Andrea CAMERA**
 Medico chirurgo con Specializzazione in chirurgia ortopedica.
 Presidio Clinica Città di Alessandria
- 20 Gennaio 2025 **“Il progresso nella chirurgia dell'aorta toracica.**
Martedì **La chirurgia tradizionale versus la chirurgia endoprotesica.**
 Moderni orientamenti”
 Docente: Prof. **Pier Paolo ZANETTI**
 Medico chirurgo con specializzazione in Cardiochirurgia Centro chirurgia
 aorta toracica policlinico di Monza (MB)
- 03 Febbraio 2026 **“Pronto soccorso e incidenti domestici”**
Martedì Docente: Prof. **Simone BAZURRO**
 Medico specialista in anestesia, rianimazione, terapia intensiva e del
 dolore. Medico Elisoccorso regione Liguria.
- 10 Febbraio 2026 **“Depressione: la signora in nero dai molti volti”**
Martedì Docente: **Dott. Edoardo COSSETTA**
 Medico Chirurgo con specializzazione in psichiatria. Libero professionista

MEDICINA NATURALE

Il Corso, curato da Medici, Terapisti ed Esperti del settore, affronta argomenti di medicina alternativa, medicina naturale (o comunque non tradizionale) occidentale, offrendo un'ampia panoramica di questo settore, che suscita sempre vivo interesse.

Le lezioni si avvarranno di supporti multimediali.

Lezioni: Martedì - ore 15.30 – 04 Incontri - Sede: Sala “Gallesio”

28 Ottobre 2025 **“Le leggi dell’Universo all’interno del Pianeta Uomo”**

Docente: **Dott. Marco RESCIGNO**

Medico chirurgo- Agopuntore ed insegnante di Karatè

04 Novembre 2025 **“Lipnosi regressiva”**

Docente: **Dott. Daniela CREMONINI**

Laurea in psicologia - libera professionista – pratica ipnosi regressiva, dopo aver frequentato corsi professionali in Texas, tenuti dallo psichiatra Brian Weiss, dal 2007.

11 Novembre 2025 **“Cos’è il microbiota e perché è fondamentale per la salute”**

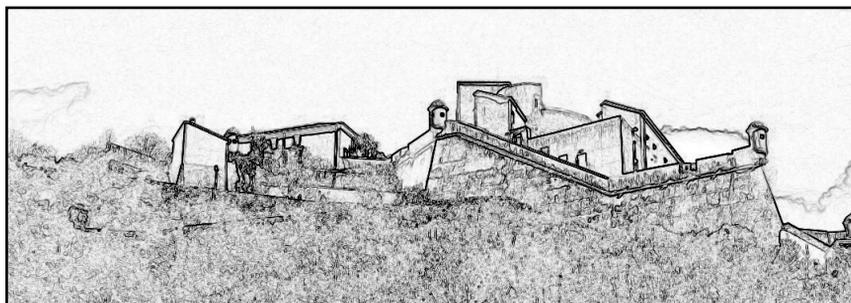
Docente: **Dott. GianGuglielmo BERGAMASCHI**

Medico chirurgo specialista in medicina dello sport

18 Novembre 2025 **“Dieta e microbiota: influenze reciproche e possibili conseguenze”**

Docente: **Dott. Marina TOSCANI**

Biologa nutrizionista, laurea magistrale in alimentazione, farmacista, laurea in chimica e tecnologie farmaceutiche, esperta nello studio del microbiota umano.



MISTERI ITALIANI

In questi quattro incontri si analizzeranno alcuni degli atti cruenti o di malaffare che, dalla caduta del fascismo, hanno scosso l'opinione pubblica ma che, per volontà politica, sono stati oggetto di indagini lacunose se non deviate o insabbiate, spesso rimanendo senza responsabili.

Nei quattro incontri con **Armando D'AMARO** - scrittore e appassionato di Storia - si prenderà dunque in esame argomenti scottanti e molto discussi.

Ma il nostro docente lo farà con la sua solita maestria. Armando d'Amaro, nato a Genova nel 1956, vive a Calice Ligure. Dopo studi classici e laurea in giurisprudenza ha praticato attività forense ed accademica, abbandonate per dedicarsi alla scrittura noir. Per Fratelli Frilli Editori ha pubblicato sedici romanzi (tra cui la serie 'storica', che vede protagonista il commissario Boccadoro, ambientata durante il fascismo, e curato numerose antologie; altri racconti sono usciti per altri editori o su riviste; il suo monologo Atlassib è rappresentato a teatro; numerosi i testi scritti per artisti, tradotti anche in inglese e russo.

Le lezioni si avvarranno di supporti multimediali.

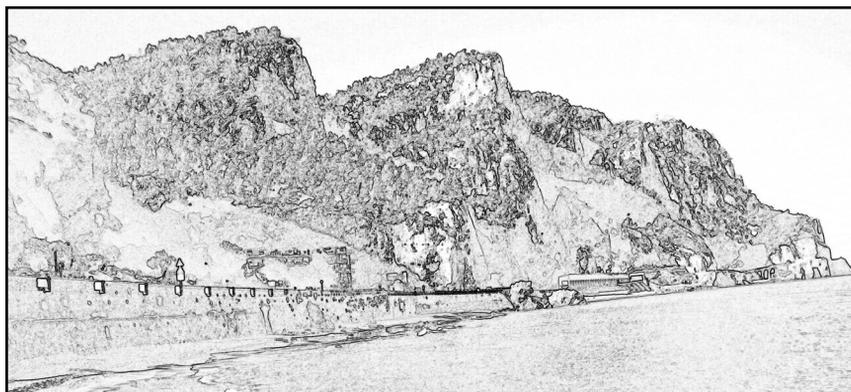
Lezioni: Venerdì - ore 16,45 – 04 incontri - Sede: "Sala Gallezio".

06 Febbraio 2026 **La morte di Mussolini e Claretta Petacci**

13 Febbraio 2026 **Il 'caso' Mattei**

20 Febbraio 2026 **L'omicidio di Pier Paolo Pasolini**

06 Marzo 2026 **Le zone d'ombra dello IOR**



MITI, SOGNI, FORME E FIGURE

LA CERAMICA ARTISTICA DEL NOVECENTO

La ceramica, dal greco Keramos, che significa argilla, viene dalla Grecia.

L'argilla è la base, ma le argille sono molto diverse, di grana, di mescola, di colore. Naturalmente non basta l'argilla, per gli impasti si usano i feldspati, sodio, potassio, la sabbia silicea, gli ossidi di ferro rosso bruno, arancio, giallo.

L'argilla è malleabile e quindi modellabile a piacimento in mille modi creativi.

La ceramica artistica ad inizio novecento era considerata un'arte minore, ma grazie ad artisti come Lucio Fontana, Leoncillo Leonardi, Arturo Martini, Fausto Melotti ha acquisito una sua importanza come linguaggio scultoreo.

Il corso è tenuto da **Licia De ROSSI** architetto, già docente di disegno e storia dell'arte nel Liceo Scientifico, professionista nel campo della progettazione architettonica, del design ed interni.

Gli incontri si avvarranno di supporti multimediali.

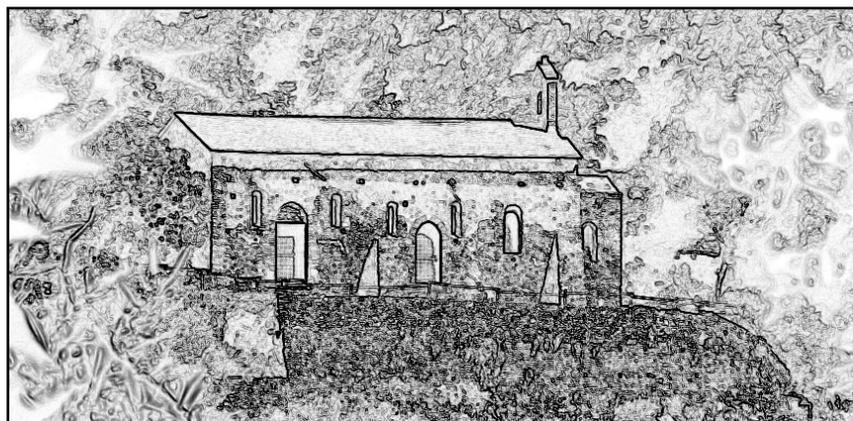
Lezioni: Mercoledì - ore 15.30 - 4 Incontri - Sede: Sala Gallezio

18 Marzo 2026 *Galileo Chini, Giò Ponti, Felice Casorati, Pietro Melandri*

25 Marzo 2026 *Leoncillo, Lucio Fontana, Carlo Zauli, Fausto Melotti*

01 Aprile 2026 *Jorn, Ontani, Mainolfi, Guidi*

08 Aprile 2026 *Bertozzi & Casoni, Sissi, Chiara Cerani, Fotso Victor Nye*



PER CONOSCERE PRIMA DI LEGGERE

La “**Lettura di un libro**” è giunta ormai alla sua *XVIII* edizione e proprio per farne risaltare maggiormente la reale intenzionalità, si è deciso di “cambiarle intitolazione”, per ribadire ancor più che la presentazione di romanzi non intende certo sostituirla la lettura, ma semplicemente aiutare a fare una scelta di lettura consapevole ed informata.

Quest’anno, **Graziella FRASCA GALLO** ha deciso di proporre all’attenzione dei soci due romanzi di “intensa” ed emozionante letteratura.

“*La grande sete*” di Erica Cassano. È uno splendido romanzo (uno dei più belli tra quelli letti negli ultimi anni) che propone: motivi di riflessione, cultura, fantasia e leggenda in un mix tra storia vera e poesia. Il testo si sviluppa nell’arco di due anni, giungendo sino al giugno del 1945 con l’insurrezione popolare delle “quattro giornate di Napoli”, che liberarono la città dai nazisti.

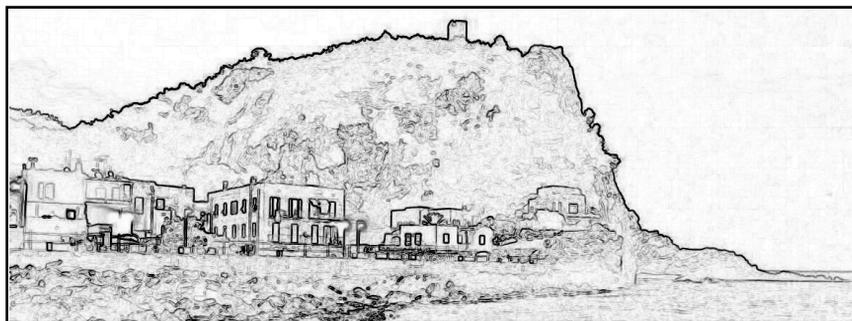
“*Quel che affidiamo al vento*” di Laura Imai Messina. Testo che si può definire *emozionante* per la poeticità delle pagine e per una dolcezza che ci farà conoscere un po’ di più lo spirito del lontano Giappone con il suo (veramente esistente) “Telefono del vento”, istituito dopo lo tsunami del 2011, con cui le persone possono “comunicare” con i loro cari perduti. Importante è il glossario posto alla fine, che ci aiuta a capire meglio i nomi delle cose, dei cibi e delle usanze.

Le lezioni si avvarranno di supporti multimediali.

Lezioni: Martedì - ore 15,30 - 02 incontri - Sede: “Sala Gallezio”.

31 Marzo 2026 1° incontro

07 Aprile 2026 2° incontro



PIGOTTE: INSIEME PER L'UNICEF

La Pigotta è una bambola U.N.I.C.E.F. (*United Nations International Children's Emergency Fund*), unica, speciale, irripetibile, con il cuore di pezza, che può salvare la vita ad un bambino in un paese in via di sviluppo, realizzata con la fantasia e creatività da tutti i genitori, bambini, nonni, a casa, a scuola e presso Associazioni che aderiscono all'iniziativa.

Anche nel Comune di Finale Ligure questo progetto ha preso corpo, nella persona della Prof.ssa **Patrizia VALLONE MONTAGNA**, che da oltre 16 anni, è riuscita a creare un folto e variegato gruppo, conosciuto con il nome **"Amiche della Pigotta"**.

Questo è l'Undicesimo anno che l'U3 di Finale Ligure collabora a questo progetto, unendo tutti coloro che vi vogliono partecipare, per arrivare allo scopo finale: la vaccinazione di un bambino.

Con l'aiuto del Comune che ci ha concesso l'uso di un locale in Via Ruffini, dove si trova anche la nostra segreteria, possiamo lavorare e tenere tutto il materiale e le bambole pronte.

Questa iniziativa ha trovato terreno fertile in un bacino di utenza come quello finalese, sempre pronto a sostenere iniziative umanitarie.

Vi aspettiamo ancora più numerosi per camminare tutti insieme, uniti, verso questo meraviglioso mondo del volontariato.

POESIA E MUSICA

Come è ormai consuetudine, ogni anno nel periodo pre-natalizio, **Graziella FRASCA GALLO**, accompagnata dalla musica del giovane chitarrista **Rocco PERRONE**, allievo dell'Accademia Musicale del Finale, leggerà poesie e alcuni brani di poesia legati al Natale. Come novità quest'anno ha ricercato brani legati alla gioventù di molti di noi, quando a scuola si imparavano le poesie a memoria. Sarà un piacevole salto all'indietro di molti anni!

Le letture avverranno il Giovedì - ore 15.30 - 2 Incontri - Sede: Sala Gallesio

11 Dicembre 2025 1° Incontro

18 Dicembre 2025 2° Incontro

PROGETTO FACILITAZIONE DIGITALE

PROGETTO FACILITAZIONE DIGITALE SVOLTO PER CONTO DELLA REGIONE LIGURIA

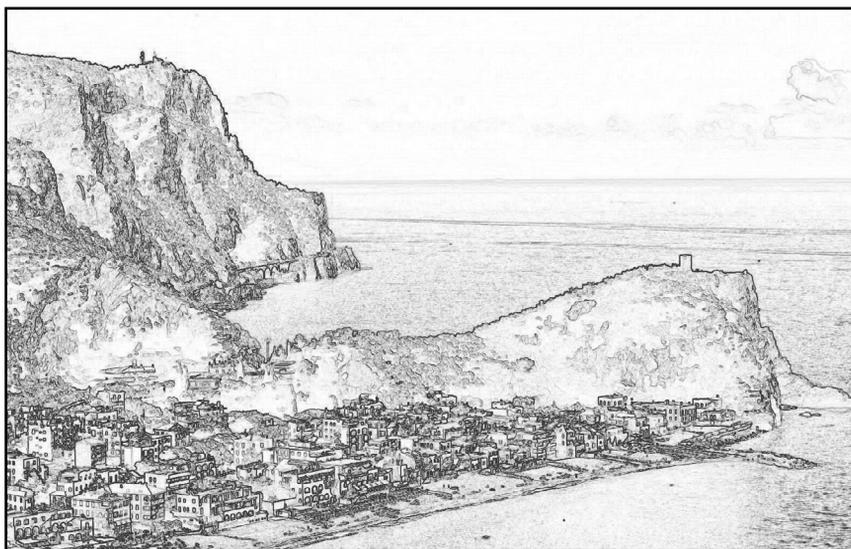
L'Associazione "A cielo aperto" svolge questo progetto proposta dalla Regione Liguria. **Cinzia AICARDI**, psicologa e responsabile dell'Associazione e del Progetto, ci scrive: *"Ultimissime new dal mondo del digitale Regione Liguria ha deciso di prendere parte ad una iniziativa che rivoluzionerà il mondo della pubblica amministrazione. Verso la metà di aprile è partito il progetto "Liguria Digitale", che si è proposto di digitalizzare il più possibile i cittadini in modo da rendere più veloce l'interazione con il mondo informatico, dall'utilizzo dei social al funzionamento dei siti dei ministeri, dai pericoli di internet, alla creazione dello Spid e molto altro. Un facilitatore, nel nostro caso **Luca PARODI**, il quale ha ricevuto una formazione specifica, sarà disponibile ad aiutare chiunque ne abbia bisogno su svariati campi digitali. Siamo ansiosi di iniziare e pronti a togliervi ogni piccolo dubbio."*

Questi incontri sono completamente gratuiti.

Le lezioni si avvarranno di supporti multimediali.

Lezioni: Giovedì - ore 10.00/12.00 - Sede: Aula "Lingue Straniere"

Presentazione del Progetto in data e luogo da comunicare.



PSICOLOGIA

"LA CURA DEL PER-DONO"

La vita ci porta sempre più a fare i conti con le relazioni passate e presenti, a guardarci dentro e a scoprire quante volte abbiamo dovuto e dobbiamo perdonare e perdonarci per vivere la pace profonda. Il per-dono è una cura interiore e ci faremmo accompagnare da una figura simbolica ma molto esaustiva: la suocera Noemi, una donna che ha saputo perdonare la vita.

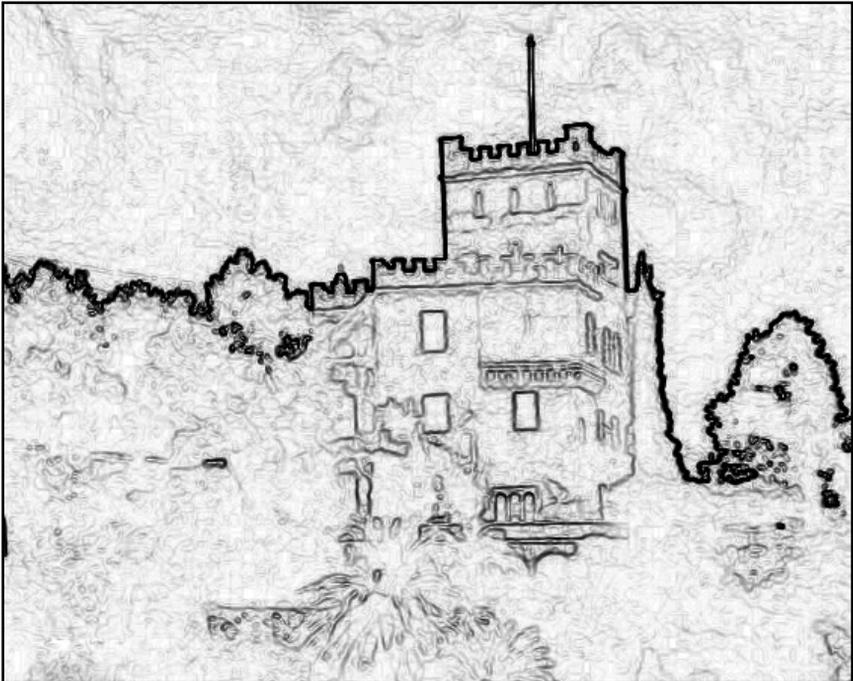
In questo viaggio verso il per-dono ci accompagnerà **Sara NICOLINI**, psicologa e psicoterapeuta sistemica.

Lezioni: Venerdì - ore 15.30 - 03 Incontri - Sede: Sala "Gallesio"

07 Novembre 2026 1° incontro

14 Novembre 2026 2° incontro

21 Novembre 2026 3° incontro



SLOW FOOD

(BUONO - PULITO – GIUSTO)

Il breve corso di slow food prosegue quest'anno con la presentazione di due nuovi Presidi. Quest'anno gli esperti che ci parleranno dei due presidi sono:

Giulia ZAPPA e **Roberto MARTINI**, sul tema *“I prati stabili”*

Azienda Agricola di Rezzo IM.

Giampietro MAINERO sul tema *“Le mele antiche tutelate della val Bormida”*

Il corso di Slow Food prosegue quest'anno con **Anna CRICENTI**, dietista, parte del Comitato di condotta Finale – Albenga - Alassio, inserita nel gruppo educazione Slow Food Liguria, libera professionista ed operativa nella ristorazione scolastica e **Monica MAROGLIO** attivissima Fiduciaria della Condotta Slow Food di Albenga, Finale Ligure e Alassio. Guidati dal motto Slow "Buono, pulito, giusto" si vaglieranno i diversi significati di cui si può permeare il cibo: cibo come nutrimento, come controllo, come ricerca e costruzione identitaria, come confronto e scambio, come cultura e identità territoriale. Significati che si estenderanno al concetto di corpo, primo luogo che si abita senza possibilità di scelta richiedendo e meritando per questo attenzioni, ascolto e tempo.

Da questo binomio scaturirà il concetto di fame che li pone - cibo e corpo - in relazione e di cui indagheremo la sua natura (le tipologie che si possono avvertire e i fattori che la determinano). Dalle svariate connessioni/riflessioni che si dipartiranno dalle tre parole chiave (cibo, corpo, fame) sotto la luce del “buono, pulito e giusto” si trasmetterà un'educazione alla nutrizione del corpo e del mondo che ci accoglie, aumentando la consapevolezza di noi stessi e delle nostre azioni quotidiane. Capiremo cosa significa essere coproduttori convertendo i nostri consumi in scelte d'amore e rispetto verso "il tutto".

Le lezioni si avvarranno di supporti multimediali.

Lezioni: Venerdì - ore: 15:30 - 03 incontri – Sede: Sala “Gallesio”

09 Gennaio 2026 *Lo slow food spiegato da una dietista e dalla fiduciaria della Condotta Slow Food.*

16 Gennaio 2026 *“I prati stabili”*

23 Gennaio 2026 *“Le mele antiche tutelate della val Bormida”*

STORIA DEL LIBRO

Il libro digitale sarà forse il libro del futuro ma, il libro cartaceo resta intanto quel “coso” che teniamo religiosamente in mano, che leggiamo pagina dopo pagina, ritornando e rileggere i passi che più ci aggradano, ed anche se non tutti concordano, sottolineandone i momenti più importanti, le frasi che più ci hanno colpito, la parola nuova mai letta prima. Con queste motivazioni il nostro Vice Presidente **Salvatore FINOCCHIARO**, ci intratterrà su una rapida storia della stampa, sui grandi tipografi e sulle case editrici italiane.

Le lezioni si avvarranno di supporti multimediali.

Lezioni: Mercoledì - ore 15,30 - 04 incontri - Sede: “Sala Gallezio”.

- 04 Febbraio 2026 *Con l'invenzione degli alfabeti inizia il percorso della comunicazione scritta che segue la verbale.* Nascono i primi tentativi di “fermare” la parola con l’uso delle cortecce morbide degli alberi, del papiro e delle tavolette di terracotta egizie a quelle di legno e la pergamena. Il libro in Grecia, nella Roma antica e nell’Asia Minore.
- 11 Febbraio 2026 *Il ruolo delle biblioteche dei Monasteri in Europa.* La rivoluzione di Gutenberg: il libro a stampa, Il ruolo di Manuzio e Bodoni. Gli incunaboli. Il ruolo di Venezia e la diffusione del libro in Europa.
- 18 Febbraio 2026 *Dal libro alla stampa quotidiana: i giornali ed i Caffè Sale di lettura e cospirazioni.* Una rapida rassegna dei dieci più importanti editori italiani e le loro specializzazioni: scolastica, scientifica, storica, narrativa.
- 25 Febbraio 2026 *Le Case dei libri: le Biblioteche.* Dalla Biblioteca di Alessandria a quelle più importanti del Mondo e dell’Italia.

TERRITORIO E MONDO VERDE

Il Corso è articolato in gite ed escursioni in zone naturalistiche di pregio, anche oltre i confini provinciali. Le escursioni sono guidate da **Carlo BRIGNONE** e **Mario DELBONO** appassionati conoscitori del Territorio.

La Conferenza di Venerdì - ore: 16.00 – Sede: Sala “Gallesio”, più 09 escursioni di Venerdì

- Venerdì 13 Marzo 2025 **“Da Torre Bastia a Castellaro di Verezzi”** (facile)
Auto partenza Palazzo “Vela”, ore 14:30
- Venerdì 20 Marzo 2025 **“Bric Pianarella – Osservatorio”** (facile)
Auto partenza Palazzo “Vela”, ore 14:30
- Venerdì 27 Marzo 2025 **“Capo S. Donato area protetta”** (media)
Auto partenza Palazzo “Vela”, ore 14.30
- Sabato 28 Marzo 2025 **Penisola di Cap Ferrat.**
(vedere gite culturali) Dal porto di St-jean-Cap-Ferrat(Nizza) percorso lungo la costa con uno spettacolare sentiero che offre scorci panoramici d’incomparabile bellezza.
- Venerdì 10 Aprile 2025 **“Casermetta Forestale – neviera – Pia dei Corsi”** (facile)
Auto partenza Palazzo “Vela”, ore 14.30
- Venerdì 17 Aprile 2025 **“Berea – Rocchera – Ciappo e Casella”** (media)
Auto partenza Palazzo “Vela”, ore 14.30
- Venerdì 24 Aprile 2025 **“Balestrino – anello Poggio Grande”** (facile)
Auto partenza Palazzo “Vela”, ore 09.00. Pranzo al sacco
- Giovedì 30 Aprile 2025 **“Cinque Terre”**: da La Spezia in battello ad ammirare il golfo dei Poeti e i meravigliosi panorami visti dal mare che queste “Terre” ci propongono da un, punto di vista insolito ma di bellezza assoluta!

N.B.: Le escursioni per motivi assicurativi, sono riservate esclusivamente agli iscritti ai corsi U3. Al costo dell'iscrizione sarà aggiunta la quota integrativa per l'assicurazione di Euro 15,00.

Le escursioni programmate non presentano difficoltà oggettive. Ai partecipanti si richiedono però buone condizioni fisiche e soprattutto calzature adatte, con buona presa sul terreno (scarpe da trekking).

Escursione "Facile": escursione breve non faticosa.
Escursione "Media": escursione più lunga e un po' faticosa.
Escursione “Impegnativa”: escursione lunga e faticosa.

VIAGGIO AGLI ESTREMI DELLA TERRA

ALLA SCOPERTA DI ARTIDE E ANTARTIDE

Anche quest'anno avremo l'atteso corso tenuto da **Franca POGLIANO**, docente di Lettere nella Scuola Secondaria di 1° grado di Borgio Verezzi, che ci parlerà di un argomento affascinante: le Terre Polari.

Perché un ciclo di lezioni dedicate alle Terre Polari?

Intorno a questi due particolari territori, di cui solo uno è un vero e proprio continente, si è focalizzata l'attenzione di geografi, geologi e scienziati di tutto il mondo, poiché, questi ambienti molto particolari e mostrano già da qualche tempo i segni devastanti di grande sofferenza a causa del cambiamento climatico.

Conosceremo le figure di grandi esploratori come il norvegese Roald Amundsen e il britannico Robert Falcon Scott; ricorderemo la sfortunata avventura del dirigibile Italia comandato da Umberto Nobile, ma parleremo anche dei popoli Inuit, della loro cultura e tradizioni e della loro arte che richiama forme ataviche.

Ci aspetta, dunque, un viaggio di scoperta che accomuna la Geografia e l'Etnografia attraverso le grandi spedizioni del secolo scorso e il progresso della ricerca scientifica di oggi.

Le lezioni si avvarranno di supporti multimediali.

Lezioni: Lunedì - ore 15.30 - 03 Incontri – Sede: Sala “Gallesio”

23 Febbraio 2026 1° incontro

02 Marzo 2026 2° incontro

09 Marzo 2026 3° incontro



CORSO DI AQUAGYM

SALUTE E BENESSERE

Il corso è tenuto da un istruttore dell'Associazione **Doria Nuoto 2000 Loano**.

Ginnastica dolce, effettuata in piscina, per mantenere in efficienza il nostro corpo e contrastare i disturbi maggiormente diffusi.

L'U3 del Finale propone questo corso in collaborazione con l'Associazione Sportiva Doria Nuoto di Loano, che affida i propri corsi ad istruttori particolarmente qualificati ed esperti, garanzia di elevato livello di insegnamento per tutti.

SEDE: Piscina dell'Istituto Alberghiero "Migliorini" – Via Manzoni, 12 – Finalborgo (SV)

Lezioni: Lunedì, Mercoledì, Venerdì e Sabato

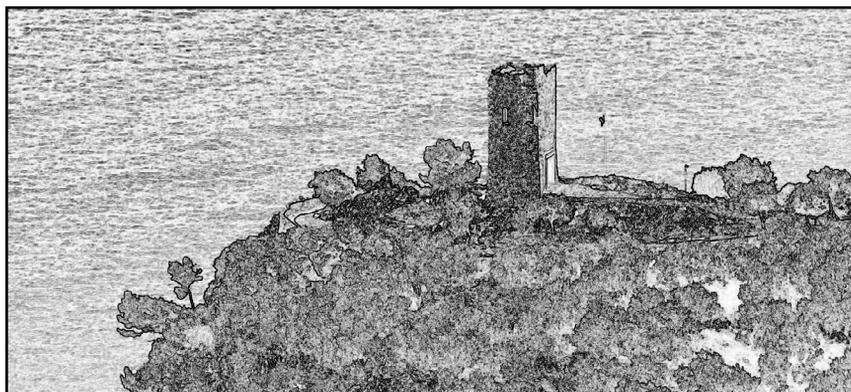
Lunedì dalle ore 19:30 alle ore 20:15

Mercoledì dalle ore 19:30 alle ore: 20.45

Venerdì dalle ore 19:30 alle ore: 20.45

Sabato dalle ore 10:00 alle ore 10:45

Si ricorda che ai sensi dell'art.2 del D.M. 28/02/83 tutti coloro che frequentano corsi di nuoto, lezioni private, aquagym e aquabike, dovranno presentarsi muniti di certificato medico di buona salute, con validità annuale.



BALLO

Questo 32° anno di attività l'U3 si arricchisce di un nuovo corso: il Ballo.

Anche se il ballo non è nuovo nella vita della nostra Accademia.

Nel 1999 aveva già fatto il suo ingresso con la maestra Monica Boccia, nell'anno successivo sostituita con Alessandra Angelucci.

Nell'A.A. 2001/2002 arrivava il noto ballerino finalese Gianni Gottardi, con la sua simpatia e bravura, accompagnato da Michela Trivellato ci hanno trascinato al ritmo della musica latino-americana.

Due anni dopo Gianni cambia dama ed arriva Elisa Grasso, la coppia rimane con noi fino all'A. A. 2013/2014 e questo sarà l'ultimo anno per il corso di ballo.

Nell'A. A. 2010/2011, l'U3 esordisce con il corso di ballo per bimbi che viene svolto a Calice Ligure in una sala della Croce Bianca e prosegue anche l'anno successivo.

Grazie all'Amministrazione Comunale che, l'anno scorso, ci ha concesso in uso una grande sala nei locali della vecchia ludoteca a Finalpia quest'anno il ballo torna con la coppia **Gianni GOTTARDI e Maria Pia FAVA.**

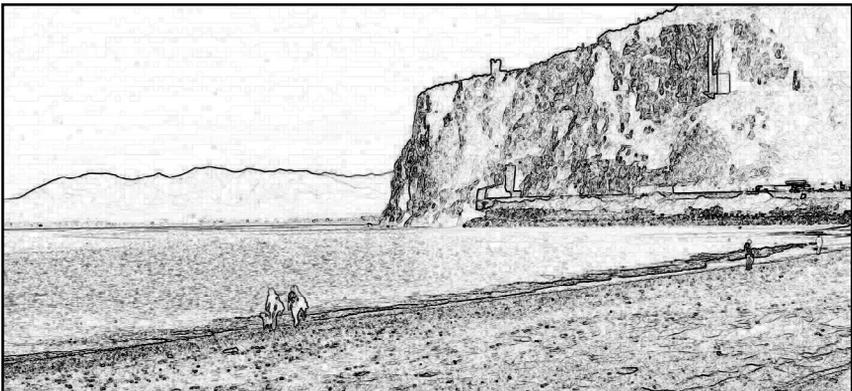
Speriamo che tante persone arrivino a divertirsi con noi al ritmo dei nuovi e vecchi balli aiutati dai nostri due ballerini.

Le lezioni si avvarranno di supporti multimediali.

Lezioni: Sabato - ore (prov.) dalle 17.30 alle 19.00 - Sede: Via Asilo - Ex Ludoteca - Finalpia

Inizio del corso: Novembre 2025

- Il costo totale sarà euro 30, più euro 15 di assicurazione



CREARE CON I FIORI E NON...

Il corso è tenuto da **Bruna MERLO**, che ci insegnerà a creare con fiori e non...

Durante le tre lezioni che precedono il Natale verranno create composizioni tradizionali e addobbi natalizi.

Nella settimana che precede Pasqua avremo altre tre lezioni con diversi elementi, non necessariamente fiori, che serviranno a preparare addobbi pasquali.

Lezioni: Giovedì - ore 9.30 - 6 Incontri - Sede: Aula lingue

Lezioni pre-natalizie

04 Dicembre 2025 1° lezione

11 Dicembre 2025 2° lezione

18 Dicembre 2025 3° lezione

Costo Euro 15,00

Materiale da portare per la prima lezione:

1/3 di spugna verde bagnata,

un sottovaso verde 8-10 cm diametro

fiori freschi a piacere + un po' di verde

1 paio di cesoie (robuste che serviranno sempre)

Poi, di volta in volta, l'insegnante dirà che cosa portare.

Lezioni pre-pasquali

19 Marzo 2026 4° lezione

26 Aprile 2026 5° lezione

02 Marzo 2026 6° lezione

Costo Euro 15,00

DISEGNO

Il corso continua per il decimo anno sotto la guida di **Giovanna FECHINO**.

Un nuovo anno di U3 e un nuovo corso di disegno.

È iniziato quasi per scherzo, con un gruppetto di iscritti che volevano sperimentare le loro abilità di disegnatori liberi ed è arrivato a questa ennesima presentazione che è piuttosto difficoltosa da redigere.

Ormai, rischia infatti di essere ripetitiva, in quanto i principi fondamentali sono sempre gli stessi, ormai diventati un “mantra” per i frequentatori: *“Osservare e non solo guardare, fare attenzione alla realtà ed eliminare gli stereotipi, non avere paura di sbagliare e imparare a usare la fantasia.”*

Poi, in corso d'opera, nelle dieci lezioni, a volte di più se si può, nascono le idee e si sperimenta. Ed ecco che si esce a disegnare all'aperto, si creano personaggi con il collage polimerico, si va in visita ad una Pinacoteca o a una mostra.

Anche quest'anno quindi, chi si iscriverà sarà un po' in ansia perché non saprà mai cosa aspettarsi in quei lunedì mattina d'inverno da trascorrere nella piccola aula del laboratorio...

Ma tranquilli, ci sarà lavoro adatto a tutti e sono ben accolte le richieste di sperimentazione, nei limiti del possibile naturalmente...

Lezioni: Lunedì ore 9.15/11,15 - 10 incontri - Sede: Aula lingue”

12 Gennaio 2026	1° incontro
19 Gennaio 2026	2° incontro
26 Gennaio 2026	3° incontro
02 Febbraio 2026	4° incontro
09 Febbraio 2026	5° incontro
16 Febbraio 2026	6° incontro
23 Febbraio 2026	7° incontro
02 Marzo 2026	8° incontro
09 Marzo 2026	9° incontro
16 Marzo 2026	10° incontro

GINNASTICA DOLCE E STRETCHING

Il Corso tenuto dall'insegnante **Maria MARANO**, avrà frequenza bisettimanale dal mese di Novembre al mese di Aprile, con sospensioni in concomitanza dei periodi festivi.

La Ginnastica Dolce è una metodica di movimento naturale alla portata di tutti, che permette di mantenerci sani e in forma senza eccessivi sforzi muscolari e (aspetto molto importante) nel totale rispetto delle esigenze individuali. È un'esperienza motoria nella quale ciascuno ricerca il "proprio" modo di muovere il corpo, con esercizi che sviluppano una maggiore coscienza e consapevolezza della propria struttura anatomica e muscolare e delle proprie possibilità. Possiamo avvicinarci alla Ginnastica Dolce a qualunque età, lavorando in gruppo, rispettando le esigenze e i ritmi soggettivi, alla ricerca di una forma psicofisica superiore e per una migliore qualità della vita.

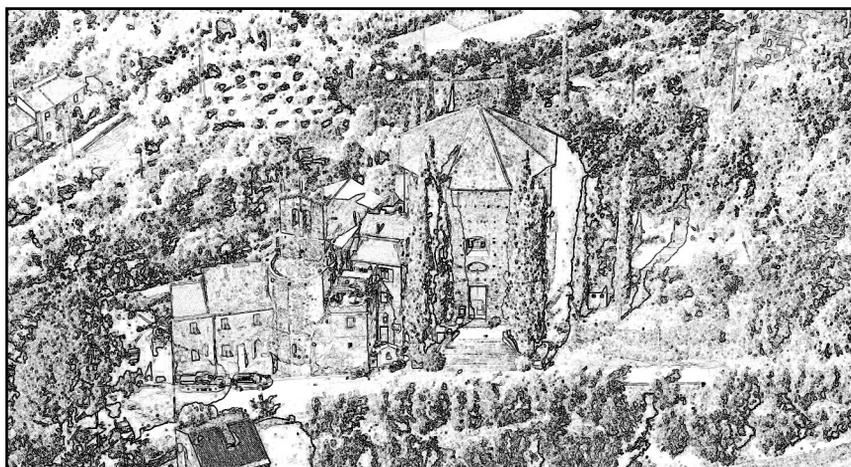
Sede: Palestra "Scuola Media Statale Aycardi" - Piazza Deledda - 17024 Finale Ligure (SV)

Lezioni: Lunedì alle ore 17:00 - Mercoledì alle ore 17:00

Inizio del Corso: Lunedì 03 novembre 2025 - Il corso comprende 46 incontri

N.B.: i Corsisti sono pregati di portare scarpe da ginnastica, da calzare appositamente per l'ingresso in Palestra.

SI RACCOMANDA IL CERTIFICATO MEDICO DI IDONEITÀ ALL'INIZIO DEL CORSO CON ELETTROCARDIOGRAMMA



GINNASTICA DI RIEDUCAZIONE POSTURALE
POSTUROLOGIA: LA RELAZIONE TRA LA NOSTRA “FORMA” E
LO “STATO DI SALUTE”.
METODO MÉZIÈRES-BERTHERAT

PERCHÉ “MI SENTO A PEZZI”
OPPURE “NON MI SENTO BENE”?
TEORIA E PRATICA DELL’EDUCAZIONE SOMATICA”

Il corso è tenuto dal Dr. **Gianni CORE**. Molte persone pensano che la ginnastica posturale sia un’attività adatta soprattutto agli anziani e che si differenzi dalle altre ginnastiche solo perché si esegue lentamente, senza fatica.

Al contrario la ginnastica posturale è utile a tutti: a chi vuole ritrovare la salute, ma anche a chi desidera ritrovare l’armonia tra il corpo e la mente, per migliorare la qualità della sua vita. L’impegno fisico richiesto dagli esercizi posturali non è minimale, anzi per eseguire alcuni esercizi è necessario sviluppare una muscolatura molto resistente e tonica in grado di donare al nostro corpo piacevoli forme. In quanto alla lentezza dei movimenti essa è solo una delle tante caratteristiche e nemmeno la principale che differenzia l’esercizio posturale dall’esercizio di ginnastica tradizionale.

Il Metodo Mézières mira a correggere i diversi squilibri muscolari, che creano la singola patologia e a restituire l’ampiezza articolare normale e la lunghezza fisiologica della catena posteriore muscolare (muscoli antigravitari). Questo risultato si ottiene attraverso l’adozione di posture di stiramento assiale mirate (in funzione delle caratteristiche del paziente), associate ad una respirazione diaframmatica, che agevola il rilasciamento muscolare. Lo stiramento muscolare deve essere mantenuto il più a lungo possibile per eliminare lo squilibrio esistente e consentire al tessuto connettivo profondo di deformarsi e rilasciarsi in modo corretto.

Si terranno 10 lezioni, con non più di 6 corsisti.

Il costo totale sarà di 500 Euro più IVA da dividere in quota pro capite a seconda del numero dei partecipanti.

Inizio del corso: da concordare con l’Insegnante

Sede: Via dei fiori, 25 – Borgio Verezzi (SV)

PERCORSI CREATIVI

CREATIVITÀ SENZA ETÀ

FIORI, LIBRI E PICCOLI INCANTI FATTI A MANO

Il corso è tenuto da **Raffaella VIOLA**, già consigliere nella nostra Università, ci trasporta in un mondo poetico fatto di molta fantasia e tanta creatività.

“C’è qualcosa di speciale nel trasformare un oggetto che ha vissuto con noi: una stoffa che profuma di casa, un libro sfogliato mille volte, - ci spiega Lella -, in questo laboratorio creativo, lavoreremo con le mani e con il cuore per creare decorazioni e fiori fatti di memoria, saranno mattinate dedicate alla bellezza che nasce dalle cose semplici e vissute.”

Vecchie lenzuola diventano fiori delicati, pagine ingiallite si trasformano in decorazioni natalizie leggere come sogni. Un invito a rallentare, creare con le mani, dare nuova vita a ciò che ha una storia”.

Lezioni: Giovedì - ore 9.30 - 8 Incontri - Sede: Aula lingue

Lezioni nel 2025

06 Novembre 2025	1° lezione
13 Novembre 2025	2° lezione
20 Novembre 2025	3° lezione
27 Novembre 2025	4° lezione

Costo Euro 20,00

Lezioni nel 2026

22 Gennaio 2026	5° lezione
29 Gennaio 2026	6° lezione
05 Febbraio 2026	7° lezione
12 Febbraio 2026	8° lezione

Costo Euro 20,00

RIFLESSOLOGIA PLANTARE

- UN INCONTRO CON IL NOSTRO PIEDE -

Il Corso tenuto da **Gabriella CERATO**, che dal 1990 ha scoperto la tecnica zonale del piede ed applicandola su adulti, bambini ed anziani ha ottenuto ottimi risultati. Svolge la sua attività presso centri medici e parafarmacie e continua ad applicare questa tecnica su neonati, bambini, anziani nel pre e post operazioni chirurgiche perché per la sua manualità molto dolce tende a rilassare corpo e mente e porta ad uno stato di benessere anche interiore eliminando tensione e stress. In questo corso sono proposti incontri di gruppi aperti a tutti per conoscere questa tecnica e la sua applicazione di auto massaggio, sia per la riflessologia plantare sia per la tecnica metamorfica (*il massaggio che trasforma*). I piedi e le mani corrispondono e rispecchiano il corpo umano nel suo insieme e nella sua funzionalità. Attraverso piccole stimolazioni sul piede e sulla mano si riesce a modificare e curare squilibri degli organi, degli arti, degli apparati del sistema nervoso, linfatico e circolatorio e della colonna vertebrale, aumentando le difese immunitarie, riportando l'organismo ad una piena funzionalità ed agendo anche come prevenzione sulle varie disfunzioni come: cefalea – sinusite – disturbi dell'occhio e dell'orecchio – dolori muscolari – disturbi respiratori – disturbi organi genitali – apparato gastrointestinale – insufficienza renale – depressione nervosa – insonnia – instabilità ed affezioni di natura psichica, vegetativa e motoria – circolazione linfatica – deficit immunitario.

Si terranno 10 lezioni il Giovedì, con non più di 6 corsisti.

Il costo sarà di 15 Euro a lezione.

Per ogni lezione sarà trattato un apparato.

Sede: Via Giacomo Matteotti, 111/2 – 17022 Borgio Verezzi (SV)

Inizio del corso: da concordare con l'Insegnante.

N.B.: Il Riflessologo non è un Medico, non prescrive e non diagnostica, ma collabora e rispetta l'operato del Medico. Deve solo ascoltare il paziente.

CORSI DI LINGUA STRANIERA

L'insegnamento delle Lingue straniere si caratterizza, anche quest'anno, per un'attenzione particolare alla pratica della conversazione, distinta su più livelli ed articolata in vari momenti.

I Corsi affidati a docenti di comprovata esperienza, ben nota ed apprezzata, hanno cadenza settimanale, salvo alcune sospensioni (*si veda il Calendario Corsi*), in concomitanza con i periodi delle Festività. Per la frequenza di ciascun Corso di Lingua Straniera-Conversazione è previsto il versamento della quota aggiuntiva di Euro 50,00.

(Ciascun corso sarà attivato solo in presenza di un numero minimo di 10 iscritti)

LINGUA FRANCESE

Docente: **Maria Grazia HOEDL**

Di solito per molti allievi l'approccio alla lingua francese rappresenta una revisione di conoscenza acquisita negli anni della scuola.

Pertanto, si procede ad un ripasso delle strutture grammaticali ed ad un approfondimento di aspetti culturali relativi ai paesi di lingua francese

Sede: Aula Lingue straniere, Via Ruffini, 10

Lezioni: Martedì - ore 10:00

Inizio del Corso: Martedì 04 Novembre 2025

~ • ~

LINGUA FRANCESE CONVERSAZIONE

Docente: **Maria Grazia HÖDL**

Semplici conversazioni su argomenti di attualità, di cultura generale, arte, turismo e viaggi, gastronomia, tradizioni, folklore, ecc.

Sede: Aula Lingue straniere, Via Ruffini, 10

Lezioni: Venerdì - ore 15.00 - 16.30

Inizio del Corso: Venerdì 07 Novembre 2025

~ • ~

CORSI DI LINGUA STRANIERA

LINGUA INGLESE CORSO BASE

Docente: **Francesca MANTERO**

Livello “beginners” ovvero “principianti”. Lo scopo del corso, destinato a chi non conosce o conosce poco la lingua inglese, è l’analisi della grammatica base della lingua inglese, l’apprendimento della fraseologia di base. Durante le lezioni saranno utilizzati supporti multimediali quali audio, video, slide.

Sede: Aula Lingue straniere, Via Ruffini, 10

Lezioni: Lunedì - ore 09.30 - 11.00

Inizio del Corso: Lunedì 03 Novembre 2025

~ • ~

LINGUA INGLESE CONVERSAZIONE LIVELLO ELEMENTARY

Docente: **Lorenza OLIVERI**

Livello “elementary”. Lo scopo delle lezioni è quello di sviluppare le capacità comunicative dei partecipanti attraverso lettura di brani, dialoghi svolti in classe, ascolti di file audio rappresentativi di situazioni reali. Sarà esaminata la grammatica di livello A2 della lingua inglese. Durante il corso saranno utilizzati supporti multimediali quali audio e video.

Sede: Aula Lingue straniere, Via Ruffini, 10

Lezioni: Martedì - ore 16.30 – 18.00

Inizio del corso: Martedì 04 Novembre 2025

~ • ~

CORSI DI LINGUA STRANIERA

LINGUA INGLESE *CONVERSAZIONE*

Docente: **Jean WICKINGS**, di madre lingua.

Una lingua dovrebbe essere parlata e non solamente studiata! Lo scopo del corso è di acquistare sicurezza per conversare liberamente su ogni aspetto della cultura inglese, su argomenti di attualità, di cultura generale, ecc.

Durante il corso saranno utilizzati supporti classici e multimediali.

Sede: Aula Lingue straniere, Via Ruffini, 10

Lezioni: Giovedì - ore 15:00 – 16:30

Inizio del corso: Giovedì 06 Novembre 2025

~ • ~

LINGUA SPAGNOLA *CORSO BASE*

Docente: **Francesca MANTERO**

Come la lingua italiana, la lingua spagnola è una grande sfida. Ma sicuramente non impossibile, entrambi sono molto simili. Il corso è orientato a ciò che gli studenti desiderano di più. Studieremo approfonditamente la grammatica e saremo quindi in grado di parlare fluentemente e scrivere correttamente, sia nelle situazioni sociali che in quelle professionali.

Sede: Aula Lingue straniere, Via Ruffini, 10

Lezioni: Lunedì - ore 16,30 / 18.00

Inizio del Corso Lunedì 03 Novembre 2025

~ • ~

CORSI DI LINGUA STRANIERA

LINGUA SPAGNOLA *CORSO INTERMEDIO*

Docente: **Attilio BISLENGHI**

Cosa sappiamo della Spagna? Quanto conosciamo della sua storia, della sua geografia? E la lingua? E' davvero così semplice, come molti sostengono? Nel nostro corso cerchiamo di rispondere a questi e ad altri quesiti, con l'ausilio di testi e filmati proposti dal docente. Pertanto, il corso è dedicato ai principianti come a coloro che già possiedono alcune nozioni di lingua spagnola. Come ha scritto Miguel Delibes: "Una lingua non è solo grammatica, ma è soprattutto l'unione di parole e musica".

Sede: Aula Lingue straniere, Via Ruffini, 10

Lezioni: Mercoledì - ore 14,30 – 16.00 (*ogni 15 giorni*)

Inizio del Corso: 22 Ottobre 2025

~ • ~

LINGUA TEDESCA

Docente: **Maria Grazia HÖDL** di madre lingua

L'approccio alla lingua tedesca avviene attraverso l'analisi e l'applicazione orale e scritta delle fondamentali strutture grammaticali. Si procede, inoltre, alla presentazione di aspetti culturali relativi ai paesi di lingua tedesca.

Sede: Aula Lingue straniere, Via Ruffini, 10

Lezioni: Mercoledì - ore 09:30

Inizio del Corso: Mercoledì 05 Novembre 2025

~ • ~

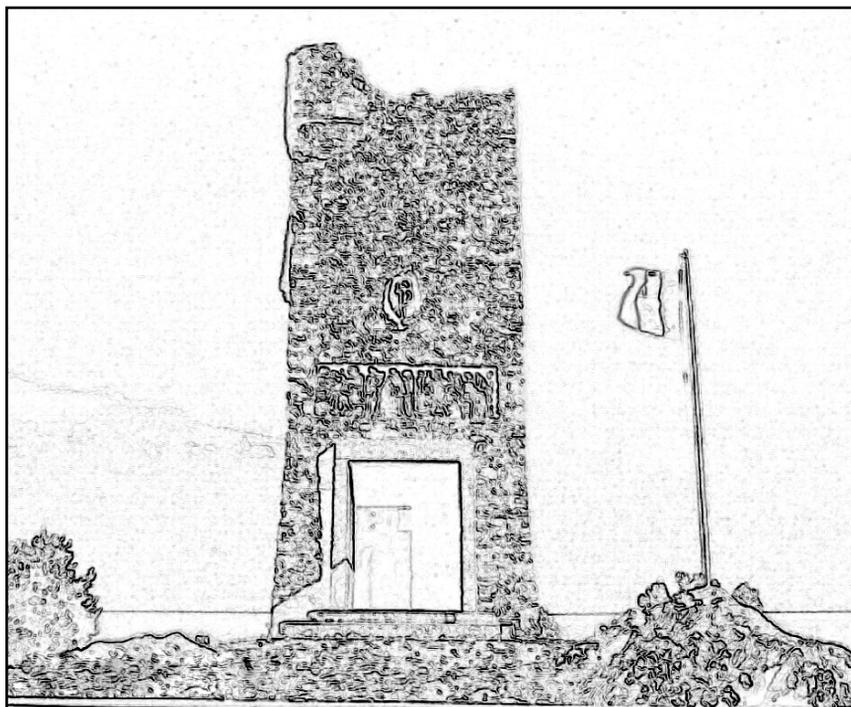
N.B.: I corsi potranno subire modifiche e variazioni d'orario, a seconda delle esigenze Didattiche. Inoltre, se ci fossero richieste, si potranno attivare corsi di lingua inglese base e lingua tedesco in ore preserali 18.00 – 20.00 solo con la presenza di almeno 10 iscritti.

ELENCO DOCENTI

BAZURRO SIMONE	MARCACCI CARLA
BERGAMASCHI GIANGUGLIELMO	MAROGGIO MONICA
BIANCHI FULVIO	MARTINI ROBERTO
BIANCHI ELISA	MAINERO GIANPIETRO
BISLENGHI ATTILIO	MASSONE GIORGIO
BRIGNONE CARLO	MENARDI NOGUERA FLAVIO
CAMERA ANDREA	MERLO BRUNA
CAFFARONE SILVIA	MOLINARI ANDREA
CERATO GABRIELLA	MOLINELLI ELENA
CLEMENTI LIVIA CAMILLA	NICOLINI SARA
CLEMENTI CLARA	OLIVERI LORENZA
CORE GIANNI	OLIVERO MAURO
COSSETTA EDOARDO	OTTONELLO RICCARDO
CREMONINI DANIELA	PARODI LUCIANO
CRICENTI ANNA	PELOSI MATTIA
D'AMARO ARMANDO	PERETTI BEPPE
DELBONO MARIO	PERRONE ROCCO
DE ROSSI LICIA	POGLIANO FRANCA
FAVA MARIA PIA	RESCIGNO MARCO
FECHINO GIOVANNA	RUSSO NATALE (NAT)
FINOCCHIARO SALVATORE	SACCONI EMANUELA
FRASCA GALLO GRAZIELLA	SERICANO VALTER
HOEDL MARIA GRAZIA	TESTA PINO
GHIRARDI EMANUELA	TOSCANI MARINA
GOTTARDI GIANNI	VASSALLO LUIGI
LANTERI MAURIZIO	VIASSOLO NICOLA
LOVISOLO CARLO	WICKINGS JEAN
MANTERO FRANCESCA	ZANETTI PIER PAOLO
MARANO MARIA	ZAPPA GIULIA

OTTOBRE 2025

Giorno		Lezione	N°	Sede	Ora
Giovedì	16	CONFERENZA con Audiovisivi con CARLO LOVISOLO e NICOLA VIASSOLO <i>"Scatti nel tempo la fotografia incontra la musica"</i>	1	Sala Galesio	15,30
Martedì	21	Proiezione di BEPPE PERETTI <i>"Il Cammino di Oropa e i Cammini dei Santuari Piemontesi"</i>	1	Sala Galesio	15,30
Mercoledì	22	Lingua Spagnola: intermedio	1	Aula Lingue	14,30
Giovedì	23	Proiezione di MAURO OLIVERO <i>"Argentina e Patagonia"</i>	2	Sala Galesio	15,30
Martedì	28	Medicina Naturale	1	Sala Galesio	15,30
Giovedì	30	CONFERENZA con ELISABETTA BERTOLOTTI <i>"La Moda come impegno sociale"</i>	2	Sala Galesio	15,30



NOVEMBRE 2025					
Giorno		Lezione	N°	Sede	Ora
Sabato	1	Tutti i Santi			
Domenica	2	I morti			
Lunedì	3	Lingua Inglese Base	1	Aula Lingue	14,30
~•~		Lingua Spagnola Base	1	Aula Lingue	16,30
~•~		Ginnastica Dolce e Stretching	1	Palestra Aycardi	17,00
~•~		Girovagando tra natura e dolcezza	1	Sala Gallezio	15,30
Martedì	4	Lingua Francese	1	Aula Lingue	10,00
~•~		Lingua Inglese Elementary	1	Aula Lingue	16,30
~•~		Medicina Naturale	2	Sala Gallezio	15,30
Mercoledì	5	Lingua Tedesca	1	Aula Lingue	09,30
~•~		Lingua Spagnola Intermedio	2	Aula Lingue	14,30
~•~		Ginnastica Dolce e Stretching	2	Palestra Aycardi	17,00
Giovedì	6	Percorsi Creativi	1	Aula Lingue	09,30
~•~		Lingua Inglese e Conversazione	1	Aula Lingue	15,00
Venerdì	7	Lingua Francese Conversazione	1	Aula Lingue	14,30
~•~		Psicologia	1	Sala Gallezio	15,30
Sabato	8	CERIMONIA DI INAUGURAZIONE Anno Accademico 2025/2026 Concerto di Emanuele ANZALONE (Clarinetta) e Fabio MAIDA (Chitarra) dal Titolo: RITRATTI		Auditorium	16,00
Lunedì	10	Lingua Inglese Base	2	Aula Lingue	14,30
~•~		Lingua Spagnola Base	2	Aula Lingue	16,30
~•~		Ginnastica Dolce e Stretching	3	Palestra Aycardi	17,00
~•~		Girovagando tra natura e dolcezza	2	Sala Gallezio	15,30
Martedì	11	Lingua Francese	2	Aula Lingue	10,00
~•~		Lingua Inglese Elementary	2	Aula Lingue	16,30
~•~		Medicina Naturale	3	Sala Gallezio	15,30
Mercoledì	12	Lingua Tedesca	2	Aula Lingue	09,30
~•~		Cosmologia Moderna	1	Sala Gallezio	15,30
~•~		Ginnastica Dolce e Stretching	4	Palestra Aycardi	17,00

Giovedì	13	Percorsi Creativi	2	Aula Lingue	09,30
~•~		Lingua Inglese e Conversazione	2	Aula Lingue	15,00
~•~		L'Egitto	1	Sala Galesio	15,30
Venerdì	14	Lingua Francese Conversazione	2	Aula Lingue	14,30
~•~		Psicologia	2	Sala Galesio	15,30
Lunedì	17	Lingua Inglese Base	3	Aula Lingue	14,30
~•~		Lingua Spagnola Base	3	Aula Lingue	16,30
~•~		Ginnastica Dolce e Stretching	5	Palestra Aycardi	17,00
~•~		Girovagando tra natura e dolcezza	3	Sala Galesio	15,30
Martedì	18	Lingua Francese	3	Aula Lingue	10,00
~•~		Lingua Inglese Elementary	3	Aula Lingue	16,30
~•~		Medicina Naturale (<i>Ultima</i>)	4	Sala Galesio	15,30
Mercoledì	19	Lingua Tedesca	3	Aula Lingue	09,30
~•~		Lingua Spagnola Intermedio	3	Aula Lingue	14,30
~•~		Ginnastica Dolce e Stretching	6	Palestra Aycardi	17,00
~•~		Cosmologia Moderna	2	Sala Galesio	15,30
Giovedì	20	Percorsi Creativi	3	Aula Lingue	09,30
~•~		Lingua Inglese e Conversazione	3	Aula Lingue	15,00
~•~		L'Egitto	2	Sala Galesio	15,30
Venerdì	21	Lingua Francese Conversazione	3	Aula Lingue	14,30
~•~		Psicologia (<i>Ultima</i>)	3	Sala Galesio	15,30
Lunedì	24	Lingua Inglese Base	4	Aula Lingue	14,30
~•~		Lingua Spagnola Base	4	Aula Lingue	16,30
~•~		Ginnastica Dolce e Stretching	7	Palestra Aycardi	17,00
Martedì	25	Lingua Francese	4	Aula Lingue	10,00
~•~		Lingua Inglese Elementary	4	Aula Lingue	16,30
~•~		Il Piano Marshall per la Canzone Italiana	1	Sala Galesio	15,30
Mercoledì	26	Lingua Tedesca	4	Aula Lingue	09,30
~•~		Ginnastica Dolce e Stretching	8	Palestra Aycardi	17,00
~•~		Cosmologia Moderna	3	Sala Galesio	15,30
Giovedì	27	Percorsi Creativi (<i>Ultima</i>)	4	Aula Lingue	09,30

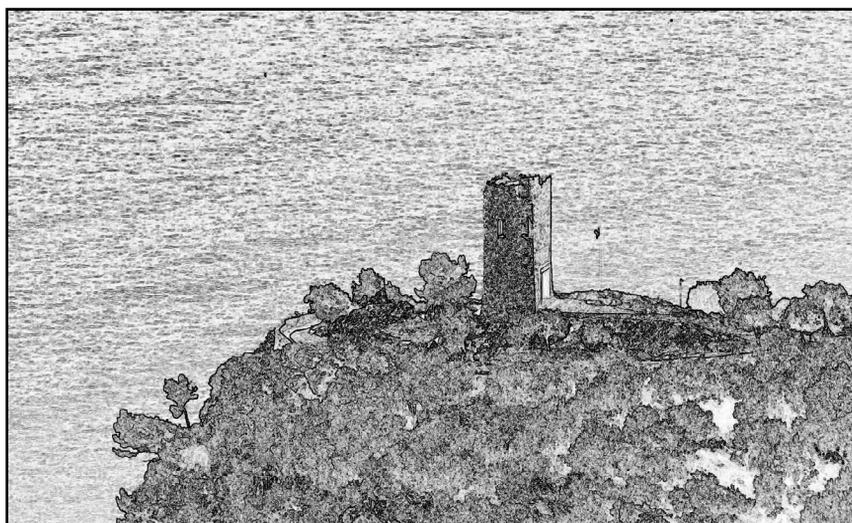
~•~		Lingua Inglese e Conversazione	4	Aula Lingue	15,00
~•~		L'Egitto (<i>Ultima</i>)	3	Sala Gallezio	15,30
Venerdì	28	Lingua Francese Conversazione	4	Aula Lingue	14,30
~•~		Dentro la Musica Approfondimento Musicale con Mattia PELOSI	1	Sala Gallezio	15,30
Sabato	29	Gita a Nervi Parco e Villa Luxoro Giannettino	1	Stazione Finale L.	



DICEMBRE 2025

Giorno		Lezione	N°	Sede	Ora
Lunedì	1	Lingua Inglese Base	5	Aula Lingue	14,30
~•~		Lingua Spagnola Base	5	Aula Lingue	16,30
~•~		Ginnastica Dolce e Stretching	9	Palestra Aycardi	17,00
Martedì	2	Lingua Francese	5	Aula Lingue	10,00
~•~		Lingua Inglese Elementary	5	Aula Lingue	16,30
~•~		Il Piano Marshall per la Canzone Italiana	2	Sala Gallezio	15,30
Mercoledì	3	Lingua Tedesca	5	Aula Lingue	09,30
~•~		Lingua Spagnola Intermedio	4	Aula Lingue	14,30
~•~		Ginnastica Dolce e Stretching	10	Palestra Aycardi	17,00
~•~		Cosmologia Moderna (<i>Ultima</i>)	4	Sala Gallezio	15,30
Giovedì	4	Creare con i Fiori	1	Aula Lingue	09,30
~•~		Lingua Inglese e Conversazione	5	Aula Lingue	15,00
~•~		Proiezione di Flavio MENARDI NOGUERA “Acqua, Ghiaccio, Fuoco: l'Islanda”	3	Sala Gallezio	15,30
Venerdì	5	Lingua Francese Conversazione	5	Aula Lingue	14,30
~•~		Il Finalese	1	Sala Gallezio	15,30
Lunedì	8	CONCERTO DI NATALE Recital Pianistico a quattro mani DANIELA PIAZZA e FULVIO BIANCHI		Auditorium	18,00
Martedì	9	Lingua Francese	6	Aula Lingue	09,30
~•~		Lingua Inglese Elementary	6	Aula Lingue	16,30
Mercoledì	10	Lingua Tedesca	6	Aula Lingue	09,30
~•~		Ginnastica Dolce e Stretching	11	Palestra Aycardi	17,00
Giovedì	11	Creare con i Fiori	2	Aula Lingue	09,30
~•~		Lingua Inglese e Conversazione	6	Aula Lingue	15,00
~•~		Poesia e Musica	1	Sala Gallezio	15,30
~•~		Economia e Risparmio	1	Sala Gallezio	16,45
Venerdì	12	Lingua Francese Conversazione	6	Aula Lingue	14,30
~•~		Il Finalese	2	Sala Gallezio	15,30
Lunedì	15	Lingua Inglese Base	6	Aula Lingue	14,30
~•~		Lingua Spagnola Base	6	Aula Lingue	16,30

~•~		Ginnastica Dolce e Stretching	12	Palestra Aycardi	17,00
Martedì	16	Lingua Francese	7	Aula Lingue	10,00
~•~		Lingua Inglese Elementary	7	Aula Lingue	16,30
~•~		Il Piano Marshall per la Canzone Italiana (<i>Ultima</i>)	4	Sala Galesio	15,30
Mercoledì	17	Lingua Tedesca	7	Aula Lingue	09,30
~•~		Lingua Spagnola Intermedio	5	Sala Galesio	15,30
~•~		Ginnastica Dolce e Stretching	13	Palestra Aycardi	17,00
Giovedì	18	Creare con i Fiori (<i>Ultima</i>)	3	Aula Lingue	09,30
~•~		Lingua Inglese e Conversazione	7	Aula Lingue	15,00
~•~		Poesia e Musica (<i>Ultima</i>)	2	Sala Galesio	15,30
~•~		Economia e Risparmio (<i>Ultima</i>)	2	Sala Galesio	16,45
Venerdì	19	Lingua Francese Conversazione	7	Aula Lingue	14,30
~•~		Il Finalese (<i>Ultima</i>)	3	Sala Galesio	15,30
Lunedì	22	Lingua Inglese Base	7	Aula Lingue	14,30
~•~		Lingua Spagnola Base	7	Aula Lingue	16,30
~•~		Ginnastica Dolce e Stretching	14	Palestra Aycardi	17,00
~•~		ASSEMBLEA ANNUALE e RINNOVO DIRETTIVO		Sala Galesio	15,00
		VACANZE NATALIZIE			



GENNAIO 2026

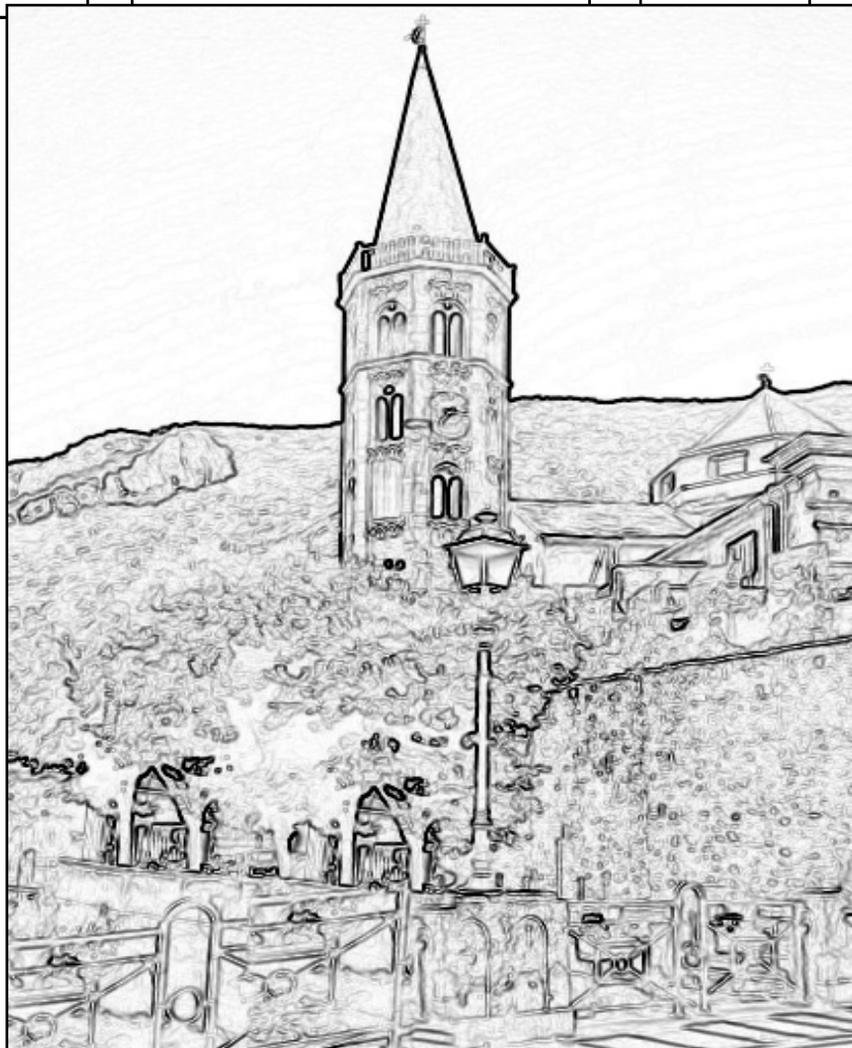
Giorno		Lezione	N°	Sede	Ora
Mercoledì	7	Lingua Tedesca	8	Aula Lingue	09,30
~•~		Ginnastica Dolce e Stretching	15	Palestra Aycardi	17,00
Giovedì	8	Lingua Inglese e Conversazione	8	Aula Lingue	09,30
~•~		Archeologia	1	Sala Gallezio	15,00
Venerdì	9	Lingua Francese Conversazione	8	Aula Lingue	14,30
~•~		Slow Food	1	Sala Gallezio	15,30
Lunedì	12	Disegno	1	Aula Lingue	09,15
~•~		Lingua Inglese Base	8	Aula Lingue	14,30
~•~		Lingua Spagnola Base	8	Aula Lingue	16,30
~•~		Ginnastica Dolce e Stretching	16	Palestra Aycardi	17,00
~•~		Proiezione di Carla MARCACCI “Myanmar dalle mille pagode”	4	Sala Gallezio	15,30
Martedì	13	Lingua Francese	8	Aula Lingue	10,00
~•~		Lingua Inglese Elementary	8	Aula Lingue	16,30
~•~		Medicina	1	Sala Gallezio	15,30
Mercoledì	14	Lingua Tedesca	9	Aula Lingue	09,30
~•~		Lingua Inglese Intermedio	6	Aula Lingue	14,30
~•~		Ginnastica Dolce e Stretching	17	Palestra Aycardi	17,00
Giovedì	15	Lingua Inglese e Conversazione	9	Aula Lingue	15,00
~•~		Archeologia	2	Sala Gallezio	15,30
Venerdì	16	Lingua Francese Conversazione	9	Aula Lingue	14,30
~•~		Slow Food	2	Sala Gallezio	15,30
Lunedì	19	Disegno	2	Aula Lingue	09,15
~•~		Lingua Inglese Base	9	Aula Lingue	14,30
~•~		Lingua Spagnola Base	9	Aula Lingue	16,30
~•~		Medicina	2	Sala Gallezio	15,30
~•~		Ginnastica Dolce e Stretching	18	Palestra Aycardi	17,00
Martedì	20	Lingua Francese	9	Aula Lingue	10,00
~•~		Lingua Inglese Elementary	9	Aula Lingue	16,30
~•~		Medicina	3	Sala Gallezio	15,30

Mercoledì	21	Lingua Tedesca	10	Aula Lingue	09,30
~•~		Ginnastica Dolce e Stretching	19	Palestra Aycardi	17,00
Giovedì	22	Percorsi Creativi	1	Aula Lingue	09,30
~•~		Lingua Inglese e Conversazione	10	Aula Lingue	15,00
~•~		Archeologia	3	Sala Gallezio	15,30
Venerdì	23	Lingua Francese Conversazione	10	Aula Lingue	14,30
~•~		Slow Food (<i>Ultima</i>)	3	Sala Gallezio	15,30
Lunedì	26	Disegno	3	Aula Lingue	09,15
~•~		Lingua Inglese Base	10	Aula Lingue	14,30
~•~		Lingua Spagnola Base	10	Aula Lingue	16,30
~•~		Ginnastica Dolce e Stretching	20	Palestra Aycardi	17,00
~•~		Ingresso al Teatro	1	Sala Gallezio	15,30
Martedì	27	Lingua Francese	10	Aula Lingue	10,00
~•~		Lingua Inglese Elementary	10	Aula Lingue	16,30
~•~		CONFERENZA di GABRIELLA CERATO "Metamorfica, il Massaggio che trasforma"	3	Sala Gallezio	15,30
Mercoledì	28	Lingua Tedesca	11	Aula Lingue	09,30
~•~		Lingua Inglese Intermedio	7	Aula Lingue	14,30
~•~		Ginnastica Dolce e Stretching	21	Palestra Aycardi	17,00
Giovedì	29	Percorsi Creativi	2	Aula Lingue	09,30
~•~		Lingua Inglese e Conversazione	11	Aula Lingue	15,00
~•~		Archeologia (<i>Ultima</i>)	4	Sala Gallezio	15,30
Venerdì	30	Lingua Francese Conversazione	11	Aula Lingue	14,30
~•~		Dentro la Musica Approfondimento Musicale con Mattia PELOSI	2	Sala Gallezio	15,30
Sabato	31	ARENZANO Centro Storico e Villa Negrotto Cambiasio	2	Stazione Finale L.	

FEBBRAIO 2026					
Giorno		Lezione	N°	Sede	Ora
Lunedì	2	Disegno	4	Aula Lingue	09,15
~•~		Lingua Inglese Base	11	Aula Lingue	14,30
ù~•~		Lingua Spagnola Base	11	Aula Lingue	16,30
~•~		Ginnastica Dolce e Stretching	22	Palestra Aycardi	17,00
~•~		Ingresso al Teatro	2	Sala Gallezio	15,30
Martedì	3	Lingua Francese	11	Aula Lingue	10,00
~•~		Lingua Inglese Elementary	11	Aula Lingue	16,30
~•~		Medicina	4	Sala Gallezio	15,30
Mercoledì	4	Lingua Tedesca	12	Aula Lingue	09,30
~•~		Ginnastica Dolce e Stretching	23	Palestra Aycardi	17,00
~•~		Storia del Libro	1	Sala Gallezio	15,30
Giovedì	5	Percorsi Creativi	3	Aula Lingue	09,30
~•~		Lingua Inglese e Conversazione	12	Aula Lingue	15,00
~•~		Destinazione Mondo	1	Sala Gallezio	15,30
Venerdì	6	Lingua Francese Conversazione	12	Aula Lingue	14,30
~•~		Letteratura Femminile del '900	1	Sala Gallezio	15,30
~•~		Misteri Italiani	1	Sala Gallezio	16,45
Lunedì	9	Disegno	5	Aula Lingue	09,15
~•~		Lingua Inglese Base	12	Aula Lingue	14,30
~•~		Lingua Spagnola Base	12	Aula Lingue	16,30
~•~		Ginnastica Dolce e Stretching	24	Palestra Aycardi	17,00
~•~		Ingresso al Teatro	3	Sala Gallezio	15,30
Martedì	10	Lingua Francese	12	Aula Lingue	10,00
~•~		Lingua Inglese Elementary	12	Aula Lingue	16,30
~•~		Medicina (<i>Ultima</i>)	5	Sala Gallezio	15,30
Mercoledì	11	Lingua Tedesca	13	Aula Lingue	09,30
~•~		Lingua Spagnola Intermedio	8	Aula Lingue	14,30
~•~		Storia del Libro	2	Sala Gallezio	15,30
~•~		Ginnastica Dolce e Stretching	25	Palestra Aycardi	17,00
Giovedì	12	Percorsi Creativi (<i>Ultima</i>)	4	Aula Lingue	09,30
~•~		Lingua Inglese e Conversazione	13	Aula Lingue	15,00
~•~		Destinazione Mondo	2	Sala Gallezio	15,30

Venerdì	13	Lingua Francese Conversazione	13	Aula Lingue	14,30
~•~		Letteratura Femminile del '900	2	Sala Gallezio	15,30
~•~		Misteri Italiani	2	Sala Gallezio	16,45
Lunedì	16	Disegno	6	Aula Lingue	09,15
~•~		Lingua Inglese Base	13	Aula Lingue	14,30
~•~		Lingua Spagnola Base	13	Aula Lingue	16,30
~•~		Ginnastica Dolce e Stretching	26	Palestra Aycardi	17,00
~•~		Ingresso al Teatro (<i>Ultima</i>)	4	Sala Gallezio	15,30
Martedì	17	Lingua Francese	13	Aula Lingue	10,00
~•~		Lingua Inglese Elementary	13	Aula Lingue	16,30
~•~		CONFERENZA di Walter SERICANO "La vita è troppo breve per bere Vini mediocri"	4	Sala Gallezio	15,30
Mercoledì	18	Lingua Tedesca	14	Aula Lingue	09,30
~•~		Storia del Libro	3	Sala Gallezio	15,30
~•~		Ginnastica Dolce e Stretching	27	Palestra Aycardi	17,00
Giovedì	19	Lingua Inglese e Conversazione	14	Aula Lingue	15,00
~•~		Destinazione Mondo	3	Sala Gallezio	15,30
Venerdì	20	Lingua Francese Conversazione	14	Aula Lingue	14,30
~•~		Letteratura Femminile del '900	3	Sala Gallezio	15,30
~•~		Misteri Italiani	3	Sala Gallezio	16,45
Lunedì	16	Disegno	7	Aula Lingue	09,15
~•~		Lingua Inglese Base	14	Aula Lingue	14,30
~•~		Lingua Spagnola Base	14	Aula Lingue	16,30
~•~		Ginnastica Dolce e Stretching	28	Palestra Aycardi	17,00
~•~		Viaggio agli estremi della Terra	1	Sala Gallezio	15,30
Martedì	24	Lingua Francese	14	Aula Lingue	10,00
~•~		Lingua Inglese Elementary	14	Aula Lingue	16,30
~•~		Letteratura Italiana	1	Sala Gallezio	15,30
Mercoledì	25	Lingua Tedesca	15	Aula Lingue	09,30
~•~		Lingua Spagnola Intermedio	9	Aula Lingue	14,30
~•~		Storia del Libro (<i>Ultima</i>)	4	Sala Gallezio	15,30
~•~		Ginnastica Dolce e Stretching	29	Palestra Aycardi	17,00

Giovedì	26	Lingua Inglese e Conversazione	15	Aula Lingue	15,00
~•~		Destinazione Mondo (<i>Ultima</i>)	4	Sala Gallezio	15,30
Venerdì	30	Lingua Francese Conversazione	15	Aula Lingue	14,30
~•~		Dentro la Musica Approfondimento Musicale con Mattia PELOSI	3	Sala Gallezio	15,30
Sabato	28	BORDIGHERA Giardini Pallanca e Villa Regina Margherita	3	Stazione Finale L.	

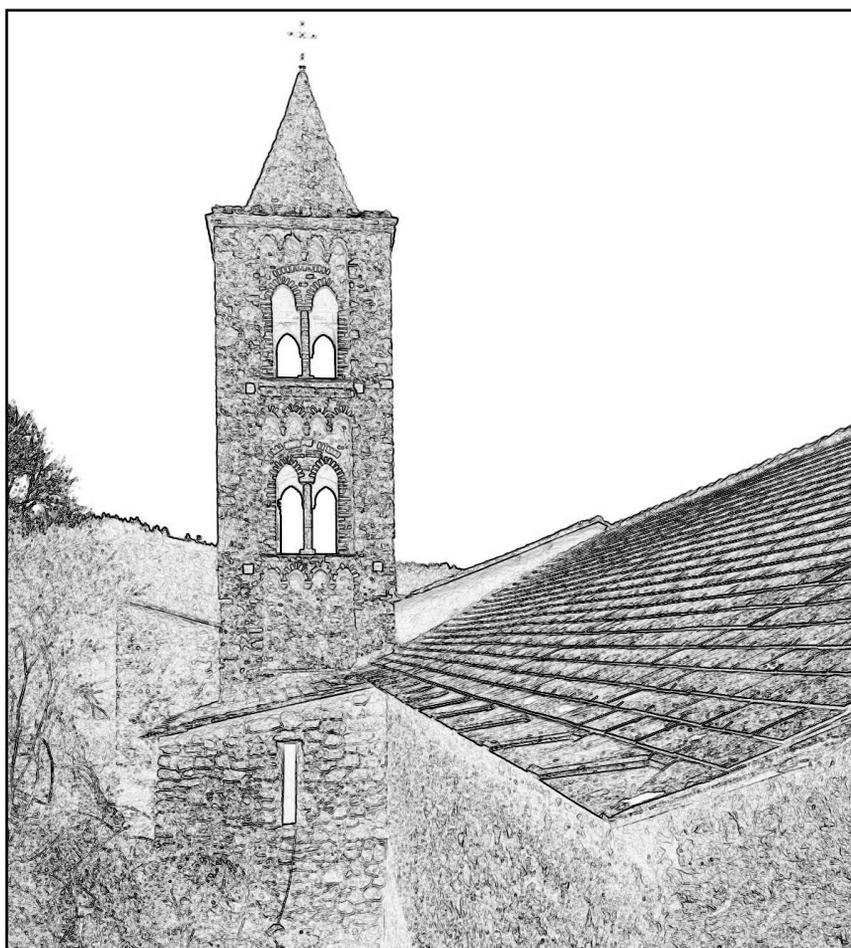


MARZO 2026

Giorno		Lezione	N°	Sede	Ora
Lunedì	2	Disegno	8	Aula Lingue	09,15
~•~		Lingua Inglese Base	15	Aula Lingue	14,30
~•~		Lingua Spagnola Base	15	Aula Lingue	16,30
~•~		Ginnastica Dolce e Stretching	30	Palestra Aycardi	17,00
~•~		Viaggio agli estremi della Terra	2	Sala Gallesio	15,30
Martedì	3	Lingua Francese	15	Aula Lingue	10,00
~•~		Lingua Inglese Elementary	15	Aula Lingue	16,30
~•~		Letteratura Italiana	2	Sala Gallesio	15,30
Mercoledì	4	Lingua Tedesca	16	Aula Lingue	09,30
~•~		Ginnastica Dolce e Stretching	31	Palestra Aycardi	17,00
Giovedì	5	Lingua Inglese e Conversazione	16	Aula Lingue	15,00
~•~		La Musica e le Immagini si rincorrono	1	Sala Gallesio	15,30
Venerdì	6	Lingua Francese Conversazione	16	Aula Lingue	14,30
~•~		Letteratura Femminile del '900 (<i>Ultima</i>)	4	Sala Gallesio	15,30
~•~		Misteri Italiani (<i>Ultima</i>)	4	Sala Gallesio	16,45
Lunedì	9	Disegno	9	Aula Lingue	09,15
~•~		Lingua Inglese Base	16	Aula Lingue	14,30
~•~		Lingua Spagnola Base	16	Aula Lingue	16,30
~•~		Ginnastica Dolce e Stretching	32	Palestra Aycardi	17,00
~•~		Viaggio agli estremi della Terra (<i>Ultima</i>)	3	Sala Gallesio	15,30
Martedì	10	Lingua Francese	16	Aula Lingue	10,00
~•~		Lingua Inglese Elementary	16	Aula Lingue	16,30
~•~		Letteratura Italiana	3	Sala Gallesio	15,30
Mercoledì	11	Lingua Tedesca	17	Aula Lingue	09,30
		Lingua Spagnola Intermedio	10	Aula Lingue	14,30
		Ginnastica Dolce e Stretching	33	Palestra Aycardi	17,00
Giovedì	12	Lingua Inglese e Conversazione	17	Aula Lingue	15,00
~•~		La Musica e le Immagini si rincorrono	2	Sala Gallesio	15,30
Venerdì	13	Lingua Francese Conversazione	17	Aula Lingue	14,30
~•~		Dentro la Musica Approfondimento Musicale con Mattia PELOSI (<i>Ultima</i>)	4	Sala Gallesio	15,30

Venerdì	13	Territorio e Mondo Verde (<i>Escursione Facile</i>)	1	Palazzo Vela	14,30
Lunedì	16	Disegno (<i>Ultima</i>)	10	Aula Lingue	09,15
~•~		Lingua Inglese Base	17	Aula Lingue	14,30
~•~		Lingua Spagnola Base	17	Aula Lingue	16,30
~•~		Ginnastica Dolce e Stretching	34	Palestra Aycardi	17,00
Martedì	17	Lingua Francese	17	Aula Lingue	10,00
~•~		Lingua Inglese Elementary	17	Aula Lingue	16,30
~•~		Letteratura Italiana	4	Sala Gallezio	15,30
Mercoledì	18	Lingua Tedesca	18	Aula Lingue	09,30
~•~		Ginnastica Dolce e Stretching	35	Palestra Aycardi	17,00
~•~		Miti, Sogni, Forme e Figure	1	Sala Gallezio	15,30
Giovedì	19	Creare con i Fiori	1	Aula Lingue	09,30
~•~		Lingua Inglese e Conversazione	18	Aula Lingue	15,00
~•~		La Musica e le Immagini si rincorrono	3	Sala Gallezio	15,30
Venerdì	20	Lingua Francese Conversazione	18	Aula Lingue	14,30
~•~		Proiezione di Giorgio MASSONE <i>“Le immagini di un anno dal mare alla montagna”</i>	5	Sala Gallezio	15,30
~•~		Territorio e Mondo Verde (<i>Escursione Facile</i>)	2	Palazzo Vela	14,30
Lunedì	23	Lingua Inglese Base	18	Aula Lingue	14,30
~•~		Lingua Spagnola Base	18	Aula Lingue	16,30
~•~		Ginnastica Dolce e Stretching	36	Palestra Aycardi	17,00
Martedì	24	Lingua Francese	18	Aula Lingue	10,00
~•~		Lingua Inglese Elementary	18	Aula Lingue	16,30
~•~		Letteratura Italiana (<i>Ultima</i>)	5	Sala Gallezio	15,30
Mercoledì	25	Lingua Tedesca	19	Aula Lingue	09,30
~•~		Lingua Spagnola Intermedio	11	Aula Lingue	14,30
~•~		Ginnastica Dolce e Stretching	37	Palestra Aycardi	17,00
~•~		Miti, Sogni, Forme e Figure	2	Sala Gallezio	15,30
Giovedì	26	Creare con i Fiori	2	Aula Lingue	09,30
~•~		Lingua Inglese e Conversazione	19	Aula Lingue	15,00
~•~		La Musica e le Immagini si rincorrono	4	Sala Gallezio	15,30
Venerdì	20	Lingua Francese Conversazione	19	Aula Lingue	14,30
~•~		Territorio e Mondo Verde (<i>Escursione Media</i>)	3	Palazzo Vela	14,30

Sabato	28	Penisola di CAP FERRAT <i>percorso lungo la costa con uno spettacolare sentiero</i>	4	Stazione Finale L.	
Lunedì	30	Lingua Inglese Base	19	Aula Lingue	14,30
~•~		Lingua Spagnola Base	19	Aula Lingue	16,30
~•~		Ginnastica Dolce e Stretching	38	Palestra Aycardi	17,00
Martedì	31	Lingua Francese	19	Aula Lingue	10,00
~•~		Lingua Inglese Elementary	19	Aula Lingue	16,30
~•~		Per conoscere prima di leggere	1	Sala Gallezio	15,30
~•~		Biologia Marina	1	Sala Gallezio	16,45



APRILE 2026

Giorno		Lezione	N°	Sede	Ora
Mercoledì	1	Lingua Tedesca	20	Aula Lingue	09,30
~•~		Ginnastica Dolce e Stretching	39	Palestra Aycardi	17,00
~•~		Miti, Sogni, Forme e Figure	3	Sala Gallezio	15,30
Giovedì	2	Creare con i Fiori (<i>Ultima</i>)	3	Aula Lingue	09,30
~•~		Lingua Inglese e Conversazione	20	Aula Lingue	15,00
~•~		La Musica e le Immagini si rincorrono (<i>Ultima</i>)	5	Sala Gallezio	15,30
Venerdì	3	Lingua Francese Conversazione	20	Aula Lingue	14,30
Domenica	5	PASQUA			
Lunedì	6	PASQUETTA			
Martedì	7	Lingua Francese	20	Aula Lingue	10,00
~•~		Lingua Inglese Elementary	20	Aula Lingue	16,30
~•~		Conoscere prima di leggere (<i>Ultima</i>)	2	Sala Gallezio	15,30
~•~		Biologia Marina (<i>Ultima</i>)	2	Sala Gallezio	16,45
Mercoledì	8	Lingua Tedesca	21	Aula Lingue	09,30
~•~		Lingua Spagnola Intermedio	12	Aula Lingue	14,30
~•~		Miti, Sogni, Forme e Figure (<i>Ultima</i>)	4	Sala Gallezio	15,30
~•~		Ginnastica Dolce e Stretching	40	Palestra Aycardi	17,00
Giovedì	9	Lingua Inglese e Conversazione	21	Aula Lingue	15,00
~•~		CONFERENZA di Flavio MENARDI NOGUERA <i>“Le Sacre du printemps di Igor Stravinsky”</i>	5	Sala Gallezio	15,30
Venerdì	10	Lingua Francese Conversazione	21	Aula Lingue	14,30
~•~		Territorio e Mondo Verde (<i>Escursione Facile</i>)	4	Palazzo Vela	14,30
Lunedì	13	Lingua Inglese Base	20	Aula Lingue	14,30
~•~		Lingua Spagnola Base	20	Aula Lingue	16,30
~•~		Ginnastica Dolce e Stretching	41	Palestra Aycardi	17,00
Martedì	14	Lingua Francese	21	Aula Lingue	10,00
~•~		Lingua Inglese Elementary	21	Aula Lingue	16,30
~•~		CONFERENZA di Luigi VASSALLO <i>“2 Giugno 1946: inizia una nuova storia per le Italiane e gli Italiani”</i>	6	Sala Gallezio	15,30

Mercoledì	15	Lingua Tedesca	22	Aula Lingue	09,30
~•~		Ginnastica Dolce e Stretching	42	Palestra Aycardi	17,00
Giovedì	16	Lingua Inglese e Conversazione	22	Aula Lingue	15,00
~•~		Proiezione di Carla MARCACCI "Marocco: dal Deserto all'Oceano"	6	Sala Gallezio	15,30
Venerdì	17	Lingua Francese Conversazione	22	Aula Lingue	14,30
~•~		Territorio e Mondo Verde (<i>Escursione Media</i>)	5	Palazzo Vela	14,30
Domenica	19	CHIUSURA ANNO ACCADEMICO 2025/26 CONCERTO "Accademia d'Autore" a cura dell'Accademia Musicale del Finale		Auditorium	16,00
Lunedì	20	Lingua Inglese Base	21	Aula Lingue	14,30
~•~		Lingua Spagnola Base	21	Aula Lingue	16,30
~•~		Ginnastica Dolce e Stretching	43	Palestra Aycardi	17,00
Martedì	21	Lingua Francese	22	Aula Lingue	10,00
~•~		Lingua Inglese Elementary	22	Aula Lingue	16,30
Mercoledì	22	Lingua Tedesca	23	Aula Lingue	09,30
~•~		Lingua Spagnola Intermedio (<i>Ultima</i>)	13	Aula Lingue	14,30
~•~		Ginnastica Dolce e Stretching	44	Palestra Aycardi	17,00
Giovedì	23	Lingua Inglese e Conversazione	23	Aula Lingue	15,00
Venerdì	24	Lingua Francese Conversazione (<i>Ultima</i>)	23	Aula Lingue	14,30
~•~		Territorio e Mondo Verde (<i>Escursione Facile</i>)	6	Palazzo Vela	14,30
Lunedì	27	Lingua Inglese Base (<i>Ultima</i>)	22	Aula Lingue	14,30
~•~		Lingua Spagnola Base (<i>Ultima</i>)	22	Aula Lingue	16,30
~•~		Girovagando tra natura e dolcezza (<i>Ultima</i>)	4	Sala Gallezio	15,30
~•~		Ginnastica Dolce e Stretching	45	Palestra Aycardi	17,00
Martedì	28	Lingua Francese (<i>Ultima</i>)	23	Aula Lingue	10,00
~•~		Lingua Inglese Elementary (<i>Ultima</i>)	23	Aula Lingue	16,30
Mercoledì	29	Lingua Tedesca (<i>Ultima</i>)	24	Aula Lingue	09,30
~•~		Ginnastica Dolce e Stretching (<i>Ultima</i>)	46	Palestra Aycardi	17,00
Giovedì	30	Lingua Inglese e Conversazione (<i>Ultima</i>)	24	Aula Lingue	15,00
~•~		5 TERRE: da La Spezia a Monte Rosso in Battello	5	Stazione F.L.	

INDICE

Saluto della Presidente	pag. 1
Saluto del Sindaco di Finale ligure Angelo Berlangeri	pag. 2
Saluto dell'Assessore alla cultura Maura Firpo	pag. 2
Saluto del Direttore dei Corsi Fulvio Bianchi	pag. 3
Note organizzative	pag. 4
Inaugurazione ufficiale	pag. 6
In giro per cultura, ambiente e...	pag. 7
Proiezioni audiovisivi	pag. 8
CONFERENZE : SCATTI NEL TEMPO: LA FOTOGRAFIA INCONTRA LA MUSICA	pag. 9
LA MODA COME IMPEGNO SOCIALE	pag. 10
LA VITA È TROPPO BREVE PER BERE VINI MEDIOCRI	pag. 10
LE SACRE DU PRINTEMPS DI IGOR STRAVINSKY	pag. 11
2 GIUGNO 1946: INIZIA UNA NUOVA STORIA PER LE ITALIANE E GLI ITALIANI	pag. 11
ARCHEOLOGIA	pag. 12
BIOLOGIA MARINA	pag. 13
COSMOLOGIA MODERNA	pag. 14
DENTRO LA MUSICA	pag. 15
DESTINAZIONE MONDO	pag. 16
ECONOMIA E RISPARMIO	pag. 18
GIROVAGANDO TRA NATURA E DOLCEZZA	pag. 19
IL FINALESE NEL MEDIOEVO	pag. 20
IL PIANO MARSHALL DELLA CANZONE ITALIANA	pag. 21
INGRESSO A TEATRO	pag. 22
LA MUSICA E LE IMMAGINI SI RINCORRONO	pag. 23
L'EGITTO: UN VIAGGIO ARCHEOLOGICO TRA FARAONI E PIRAMIDI	pag. 24
LETTERATURA FEMMINILE DEL '900	pag. 25
LETTERATURA ITALIANA: QUANDO LA POESIA È DONNA	pag. 26
MEDICINA	pag. 27
MEDICINA NATURALE	pag. 28
MISTERI ITALIANI	pag. 29
MITI, SOGNI, FORME E FIGURE	pag. 30
PER CONOSCERE PRIMA DI LEGGERE	pag. 31
PIGOTTE PER L'UNICEF	pag. 32
POESIA E MUSICA	pag. 32
PROGETTO FACILITAZIONE DIGITALE	pag. 33
PSICOLOGIA	pag. 34
SLOW FOOD	pag. 35
STORIA DEL LIBRO	pag. 36
TERRITORIO E MONDOVERDE	pag. 37
VIAGGIO AGLI ESTREMI DELLA TERRA	pag. 38
<i>CORSI COLLATERALI</i>	
AQUAGIM	pag. 39
BALLO	pag. 40
CREARE CON I FIORI E NON...	pag. 41
DISEGNO	pag. 42
GINNASTICA DOLCE E STRETCHING	pag. 43
GINNASTICA POSTURALE	pag. 44
PERCORSI CREATIVI	pag. 45
RIFLESSOLOGIA PLANTARE	pag. 46
<i>LINGUE STRANIERE</i>	
FRANCESE (2 LIVELLI)	pag. 47
INGLESE (3 LIVELLI)	pag. 48
SPAGNOLO (2 LIVELLI)	pag. 49
TEDESCO	pag. 50
ELENCO DOCENTI	pag. 51
CALANDARIO LEZIONI	pag. 52

UNIVERSITÀ DELLE TRE ETÀ DEL FINALE A.P.S.

Anno Accademico 2025-2026

Corsi:

CONFERENZE:

- ~ SCATTI NEL TEMPO: LA FOTOGRAFIA INCONTRA LA MUSICA ~
 - ~ LA MODA COME IMPEGNO SOCIALE ~
- ~ LA VITA È TROPPO BREVE PER BERE VINI MEDIOCRI ~
- ~ LE SACRE DU PRINTEMPS DI IGOR STRAVINSKY ~
 - ~ 2 GIUGNO 1946:
- INIZIA UNA NUOVA STORIA PER LE ITALIANE E GLI ITALIANI ~

- ARCHEOLOGIA • BIOLOGIA MARINA • COSMOLOGIA MODERNA •
 - DENTRO LA MUSICA • DESTINAZIONE MONDO •
- ECONOMIA E RISPARMIO • GIROVAGANDO TRA NATURA E DOLCEZZA • IL FINALESE NEL MEDIOEVO •
 - IL PIANO MARSHALL DELLA CANZONE ITALIANA •
 - INGRESSO A TEATRO •
 - LA MUSICA E LE IMMAGINI SI RINCORRONO •
- L'EGITTO: UN VIAGGIO ARCHEOLOGICO TRA FARAONI E PIRAMIDI •
 - LETTERATURA FEMMINILE DEL '900 •
 - LETTERATURA ITALIANA: QUANDO LA POESIA È DONNA •
 - MEDICINA • MEDICINA NATURALE • MISTERI ITALIANI •
 - MITI, SOGNI, FORME E FIGURE •
 - PER CONOSCERE PRIMA DI LEGGERE •
 - POESIA E MUSICA • PROGETTO FACILITAZIONE DIGITALE •
 - PSICOLOGIA • SLOW FOOD • STORIA DEL LIBRO •
 - TERRITORIO E MONDO VERDE •
 - VIAGGIO AGLI ESTREMI DELLA TERRA •

CORSI COLLATERALI

- AQUAGIM • BALLO • CREARE CON I FIORI E NON... • DISEGNO •
- GINNASTICA DOLCE E STRETCHING • GINNASTICA POSTURALE •
 - IN GIRO PER CULTURA, AMBIENTE E... • PERCORSI CREATIVI •
- PROIEZIONE FILMATI E DIAPOSITIVE • RIFLESSOLOGIA PLANTARE •

LINGUE STRANIERE

- FRANCESE (2 LIVELLI) • INGLESE (3 LIVELLI) •
 - SPAGNOLO (2 LIVELLI) • TEDESCO •