



LA PIAZZETTA DELL'UTE

FOGLIO INFORMATIVO: SEGNALAZIONI AVVISI NOTIZIE ARTICOLI

UN RICCO ANNO NUOVO



Carissimi soci,

Natale è arrivato molto velocemente e, sebbene la nostra nuova sede non sia ancora perfettamente attrezzata e ci sia ancora qualche problema tecnico da risolvere, abbiamo notato con piacere che il calore e l'entusiasmo per le attività proposte sono sempre al top e la partecipazione è molto ampia.

*Stiamo preparando un secondo semestre molto ricco, con le consuete conferme e interessanti novità: alcune in realtà sono dei ritorni, come ad esempio il corso sulla **Storia e cultura della tavola** a cura della docente Paola Larocca o il corso di **maglia** (però con una docente nuova, giovane e appassionata), altre invece vere e proprie new entry: la micologia, la fisica nella vita quotidiana, tre nuovi corsi di inglese frutto della collaborazione tra l'UTE Naliato e l'Università degli Studi di Udine. E ancora, due corsi sulla fotografia: il primo sulla fotografia come arte, l'altro un corso pratico frutto ancora di una collaborazione, quella con il Circolo Fotografico Friulano. Eppoi la chicca: **stiamo arredando la cucina** per poter partire, nel nuovo anno, con corsi di cucina (ci sono contatti anche per la pasticceria) in modo da poter offrire, oltre ad una divertente e proficua occasione per migliorare le proprie tecniche e apprendere di nuove, ulteriori momenti di aggregazione. Ah, non è rivolto solo alle Signore, anche lor Signori saranno i benvenuti! Si può completare la propria competenza culinaria anche frequentando il corso sulla **birra**, proposto dall'esperto Gianpaolo Pascolo, di cui trovate notizia nelle prossime pagine.*

Ancora con l'Ateneo udinese abbiamo avviato i contatti per riorganizzare il ciclo di incontri su tematiche scientifiche e ambientali interrotto a causa della pandemia; riproporremo verso la primavera le Giornate della Salute, a gennaio inizierà un piccolo ciclo in collaborazione con ANPI sulla Resistenza... ecco, questi sono solo alcuni dei nostri pacchetti per voi sotto l'albero di Natale, un Natale che vi auguriamo sereno e riscaldato dagli affetti più cari.

E a proposito di Natale e di famiglia, quest'anno abbiamo sentito particolarmente il calore della famiglia, la famiglia UTE: nonostante gli inevitabili disagi che in questi primi mesi, a causa dei lavori in corso, hanno riguardato molte lezioni, abbiamo riscontrato che la soddisfazione per una sede tutta nostra è un sentire comune, che la partecipazione e il gradimento crescono (quanti ci telefonano per chiedere se agli eventi possono portare un familiare o un amico!), che la nostra presenza è importante. Ecco: grazie. Grazie per la pazienza e la comprensione in questo periodo di adattamento (che non sono sempre scontate!), grazie per la presenza, grazie per il riscontro che ci date che per noi è fondamentale, è linfa per continuare con energia ed entusiasmo nel nostro impegno. Grazie per l'affetto che ci dimostrate. Con lo stesso affetto, con tutto il cuore, vi auguriamo

Buon Natale e felice e prospero Anno Nuovo

SONO APERTE LE ISCRIZIONI AI CORSI DEL SECONDO SEMESTRE 2022/23

L'iscrizione ai corsi del secondo semestre è gratuita per chi è già socio (salvo i consueti supplementi per l'informatica, i laboratori artistici e l'attività fisica); chi invece si iscrive solo ora all'UTE ha diritto di frequentare **tutti i corsi scelti** versando la quota di associazione che rimane fissata in € 20 e il contributo generale di € 55,00, ridotto rispetto all'iscrizione annuale. Di seguito una tabella riepilogativa dei supplementi:

Rimborso spese e manutenzione impianti ceramica	€ 30,00
Rimborso spese e manutenzione impianti informatica semestrale	€ 15,00
Rimborso spese e manutenzione impianti laboratori vari sede di Udine	€ 5,00
Rimborso spese e manutenzione impianti laboratorio di falegnameria	€ 10,00
Rimborso spese ginnastica pelvica	€ 35,00
Rimborso spese Tai Chi	€ 30,00
Rimborso spese ginnastica semestrale (2 volte a settimana)	€ 60,00
Rimborso spese ginnastica semestrale (1 volta a settimana)	€ 40,00
Rimborso spese yoga semestrale sede di Udine e Pavia di Udine	€ 40,00
Rimborso spese tango semestrale sede di Udine	€ 40,00
Rimborso spese Danza Nia sede di Udine	€ 35,00
Rimborso spese ballo semestrale sede di Pavia di Udine	€ 30,00
Rimborso spese aquagym Piscina di Feletto	€ 60,00



**L'UTE RESTA
CHIUSA
DAL 23/12 AL 08/01
COMPRESI.
BUONE FESTE A
TUTTI VOI**

CORSI DEL SECONDO SEMESTRE 2022/23



PROGETTO STARE BENE: MEDICINA

CE003) ARGOMENTI DI ALLERGOLOGIA

mercoledì: ora 09:00-09:50 (8 feb-17 mag)

DOCENTE: Dott. Nunzio **SALVATORI**

PROGRAMMA: Verranno trattati argomenti attinenti alle problematiche allergologiche di interesse per gli iscritti al corso.

CE004) NOZIONI DI OCULISTICA

mercoledì: ora 11:00-11:50 (11 gen-1 feb)

DOCENTE: Dott. Paolo **BRUSINI**

PROGRAMMA: anatomia e fisiologia dell'occhio; malattie delle palpebre, congiuntiva, apparato lacrimale, cornea e sclera; glaucoma, malattie dell'uvea, cataratta; malattie del vitreo, del nervo ottico, strabismo, vizi di refrazione.

CE005) IL SANGUE E LE SUE MALATTIE: ANEMIE, LEUCEMIE E LINFOMI

venerdì: ora 17:00-17:50 (10 feb-19 mag)

DOCENTE: Dott. Valentino **ADINOLFI**

PROGRAMMA: Il sangue e la sua struttura normale. Le anemie e le loro cause. Le malattie oncologiche del sangue: leucemie e linfomi.

CE006) PREVENZIONE DELLE PRINCIPALI MALATTIE INFETTIVE

giovedì: ora 10:30-12:00 (9 feb-20 apr)

DOCENTE: Dott. Giorgio **BRIANTI**

PROGRAMMA: Il ruolo della prevenzione sanitaria attraverso un'incisiva ed efficace attività di informazione.



CE010) IL TRATTAMENTO RIABILITATIVO DELLE PATOLOGIE MUSCOLARI E OSTEO-ARTICOLARI FREQUENTI NELLA TERZA ETÀ (E NON SOLO)

martedì: ora 16:00-17:50 (7 feb-9 mag)

DOCENTE: F.T. Luigina **CORTOLEZZIS**

PROGRAMMA: Il corso tratterà alcune tra le più frequenti patologie muscolo-scheletriche suddivise per distretto corporeo. Dopo un breve cenno anatomico, verranno descritte la sintomatologia e le opportune indagini clinico-strumentali necessarie per effettuare il trattamento riabilitativo specifico personalizzato.

PROGETTO STARE BENE: PSICOLOGIA

CE020) RILASSAMENTO CON IL TRAINING AUTOGENO - 2

giovedì: ora 9:00-9:50 (9 feb - 27 apr)

DOCENTE: Dott.ssa Arianna **MARCHI**

PROGRAMMA: Il corso si propone di insegnare alcune tecniche di rilassamento rapide e semplici, ma adatte ad ogni età e situazione: il Training Autogeno di Schultz, il Rilassamento Muscolare Progressivo di Jacobson e il Rilassamento Frazionato di Vogt. Esse sono riconosciute come efficaci per abbassare l'ansia e lo stress, ma anche per migliorare la sensazione di benessere e per ristabilire l'equilibrio psico-corporeo. Il corso sarà pratico, con qualche breve nota teorica.

PROGETTO STARE BENE: PSICOLOGIA

CE023) ASSERTIVITÀ: LA LIBERTÀ DI ESSERE SE STESSI

martedì ore 15:00-15:50 (7 feb-16 mag)

DOCENTE: Avv. Ylenia **FORTE**

PROGRAMMA: Esprimere in modo chiaro ed efficace emozioni e idee, nel rispetto proprio e altrui: come si comunica in modo assertivo? Tecniche e differenze con gli stili di comunicazione passiva ed aggressiva.

CE026) COMUNICAZIONE NON VIOLENTA

giovedì ore 10:00-10:50 (9 feb - 9 mar)

DOCENTE: Dott.ssa Arianna **MARCHI**

PROGRAMMA: Comunicare è qualcosa che facciamo spontaneamente, spesso senza intoppi, ma talvolta qualcosa non funziona: come possiamo migliorare questa capacità? La Comunicazione Nonviolenta di Rosenberg ci aiuta a cogliere le richieste altrui con empatia ed esprimere le proprie in modo rispettoso degli altri, anche in caso di conflitti. Un corso introduttivo e pratico rivolto a tutti.

CE025) ANALISI DEL LIBRO "LEARNING TO LOVE" DI EILEEN CADDY. IMPARARE AD AMARE IN DIECI PASSI

mercoledì: ora 15:00-15:50 (19 ott-25 gen) DOCENTE: Prof.ssa Marilisa **PATINI**

PROGRAMMA: Come introdurre più amore nella propria vita. Si prenderà spunto dal libro "Learning to love" della scrittrice Eileen Caddy, una delle fondatrici della comunità ecologica di Findhorn, che con lo spirito pratico inglese propone un percorso con diversi passi per sviluppare la capacità di amare, ovvero di accogliere con accettazione e senza giudizio se stessi e gli altri. In ogni passo si affronta un prerequisito dell'amore come la sicurezza, la fiducia, l'apertura, l'onestà, l'accettazione. Si faranno esercitazioni pratiche come la meditazione su un tema, la scrittura autobiografica, la risposta a questionari, il confronto con gli altri e la discussione.

CE017) MUSICOTERAPIA

Calendario da definire

DOCENTE: Sig. Giovanni **GRISAN**

PROGRAMMA: Si svilupperà un percorso inerente alla meditazione attraverso un clima disteso e rilassato creato da strumenti ancestrali suonati e presentati durante gli incontri.

PROGETTO STARE BENE: ATTIVITÀ MOTORIA, BALLO, PISCINA

CE061) ACQUAGYM 2 mercoledì: ora 10:40-11:30 (11 gen-15 mar)

CE062) ACQUAGYM 3 mercoledì: ora 10:40-11:30 (22 mar-24 mag)

PROGRAMMA: Esercizi in vasca per la tonificazione muscolare e il mantenimento di una postura corretta

È obbligatorio il certificato medico.

PISCINA via Bolzano, Feletto Umberto

CE058) GINNASTICA PELVICA 2

giovedì: ora 11:00-11:50 (16 feb-27 apr)

DOCENTE: Sig.ra Corina **MARULEA**

PROGRAMMA: Serie di esercizi e presa di coscienza del pavimento pelvico, abbinati alla respirazione e ad una attività fisica volta a tonificare la zona di interesse della muscolatura pelvica.

CE065) TAI CHI (continuazione)

lunedì ore 9.30—11.00 (9 gen-15 mag)

DOCENTE: prof. Remigio **URBANI**

PROGRAMMA: Il Tai Chi Chuan viene praticato mediante esercizi fisici e respiratori; è una tra le più nobili arti marziali cinesi, misteriosa e segreta: è stato definito "meditazione in movimento" e, al pari dello Yoga, possiede profonde radici spirituali e filosofiche e produce benefici al corpo ed alla mente.

PROGETTO STARE BENE: ATTIVITÀ MOTORIA, BALLO

CE042) YOGA TRADIZIONALE 2

martedì: ora 16:00-16:50 (7 feb-16 mag)

DOCENTE: Sig.ra Csilla Elektra **HORVATH**

PROGRAMMA: Posizioni, respirazione, rilassamento seguendo il ritmo della natura.

CE055) FLEX POWER DANCE

martedì: ora 18:00-18:50

(7 feb-16 mag)

DOCENTE: Sig.ra Cinzia **SGOBINO**

PROGRAMMA: Attività finalizzata ad allungare e tonificare la muscolatura, a mobilitare le articolazioni, ad esprimere le proprie emozioni attraverso la danza.



CE043) YOGA ENERGIZZANTE 2

venerdì: ora 11:00-11:50 (3 feb-19 mag)

DOCENTE: Sig.ra Csilla Elektra **HORVATH**

PROGRAMMA: Con i movimenti fluidi miglioriamo la nostra postura, e con l'aiuto della respirazione energizziamo il nostro corpo.

CE052) DANZA FLOW 2

martedì: ora 17:00-17:50 (7 feb-16 mag)

DOCENTE: Sig.ra Csilla Elektra **HORVATH**

PROGRAMMA: Movimento delicato e olistico di danza, di terapie orientali e occidentali, che insegna a vivere con gioia e piacere nel proprio corpo. Elementi di danzaterapia. Il corso sarà attivato con un minimo di 10 iscritti.

CE048) GINNASTICA DI MANTENIMENTO E PREVENTIVA PER TUTTE LE ETÀ corso 2

mercoledì e venerdì: ora 19:00-19:50 (1 feb - 19 mag)

DOCENTE: **Dott.ssa Giulia NALI**

PROGRAMMA: Programma di esercizi per persone di tutte le età utile a promuovere e mantenere le capacità motorie anche con finalità di prevenzione, migliorando la qualità della vita attraverso il movimento. Gli esercizi, progressivi e adattabili alle capacità di ognuno, sono indirizzati a tutti i distretti corporei e vengono proposti a corpo libero o con l'ausilio di piccoli e grandi attrezzi. Si eseguono attività per il miglioramento del tono muscolare, della capacità respiratoria, della postura, della coordinazione e della flessibilità.

CE037) GINNASTICA DOLCE E POSTURALE corso 3

venerdì: ora 16:00-16:50 (3 feb-19 mag)

DOCENTE: **Sig. Giampaolo FRANCIOSA**

PROGRAMMA: Esercizi di ginnastica posturale che coinvolgono tutti i gruppi muscolari in abbinamento ad una corretta respirazione. Il corso sarà attivato con un minimo di 12 partecipanti.

CE054) TANGOTERAPIA: AVANZAMENTO

mercoledì: ora 20:00-21:00 (1 feb-17 mag)

DOCENTE: GABRIEL RAMON **QUIROGA**

PROGRAMMA: Il tango è come un puzzle che si compone ogni volta in modo diverso. Dopo aver preso confidenza coi passi base, impariamo ad "improvvisare" questa danza che si crea al volo con un'altra persona. Non si tratta di passaggi memorizzati che vanno insieme allo stesso modo ogni volta: questo è uno degli aspetti più belli del tango ed è quello che rende il ballo infinitamente interessante.



La pratica regolare dell'attività motoria aiuta a ridurre gli effetti del cambiamento fisiologico, dona più forza e salute, migliora la qualità della vita. Il ballo rappresenta una modalità di attività fisica che si adatta molto bene ai requisiti richiesti per il training fisico salva cuore: l'esercizio fisico legato al ballo è di tipo aerobico, favorisce il miglioramento della forza e della resistenza, dell'equilibrio, della coordinazione e della mobilità articolare.

Yoga è conoscersi, valutare e considerare i propri limiti, assaggiare possibilità nuove di apertura, lasciarsi andare all'incredibile saggezza del corpo e del respiro. Lo yoga è l'unione con se stessi e con il Tutto attraverso una pratica completa ed equilibrata, rivolta al miglioramento generale delle proprie condizioni.

UTE NOTIZIE FLASH



IL SALOTTO DELL'UTE TRA PAROLE, IMMAGINI E INCONTRI

Giovedì 12 gennaio 2023, alle ore 17, nell'ambito dei suoi "Salotti" l'UTE "Paolo Naliato" ospiterà la presentazione dell'ultimo libro di Claudio Siciliotti dal titolo "ILTEMPO DEI COSTRUTTORI".



Siciliotti, commercialista di lungo corso e decano dei commercialisti udinesi, laureato all'Università Commerciale Luigi Bocconi di Milano nel 1977, già Presidente del Consiglio Nazionale dell'Ordine dei Dottori Commercialisti e degli Esperti Contabili, ha ricoperto numerose cariche istituzionali di livello nazionale e internazionale. È autore di saggi a carattere economico-fiscale e, da oltre un ventennio, apprezzato opinionista del Messaggero Veneto.

In questo suo ultimo libro sono raccolti gli interventi pubblicati sul quotidiano dal 2013 fino a oltre la prima metà dell'anno scorso: un ventennio denso di avvenimenti che l'autore affronta con riconosciuta competenza e puntualità, analizzandone i diversi profili economici, fiscali, ma anche sociali e politici: ne risulta un coerente filo conduttore che ci accompagna nella rivisitazione di un ventennio che ha visto due grandi crisi mondiali, la pandemia, la guerra di aggressione in Ucraina e per il nostro Paese la più lunga stagnazione economica del dopoguerra, accompagnata da una profonda crisi istituzionale e politica dalla quale non sembra ancora in grado di uscire.

Questo ventennio ha determinato uno sconvolgimento degli equilibri del nostro pianeta le cui conseguenze si intersecano pericolosamente, facendoci capire che dobbiamo creare un sistema che sia in grado di affrontare anche eventi che di fatto si sono rivelati imprevedibili.

E il momento di (ri)costruire un'Europa unita e coesa che sia in grado di affrontare da protagonista le sfide del nuovo secolo e di difendere quei valori che caratterizzano le democrazie occidentali (stato di diritto, economia di mercato, diffusione del progresso scientifico e tecnologico). Ma è anche il momento in cui si decide in futuro di questo nostro Paese di cui abbiamo letto, conosciuto e sognato.

Di questi argomenti, che percorrono il libro di Claudio Siciliotti, ne discuterà l'autore assieme all'amico Pierpaolo Suber.

Vi aspettiamo numerosi.

IL SALOTTO DELL'UTE

tra parole, immagini e incontri

L'UTE "Naliato" è lieta di invitarvi nel proprio Salotto per la presentazione di

IL TEMPO DEI COSTRUTTORI

di Claudio Siciliotti



Dopo un ventennio di stagnazione economica due grandi crisi mondiali, la pandemia e la guerra di aggressione in Ucraina sconvolgono gli equilibri dell'intero nostro pianeta. Le loro conseguenze si intersecano pericolosamente e ci fanno capire che dobbiamo creare un sistema che sia in grado di affrontare anche eventi che di fatto si sono rivelati imprevedibili. È il momento di costruire quell'Europa unita e coesa che sia in grado di affrontare da protagonista le sfide del nuovo secolo e di difendere quei valori che caratterizzano le democrazie occidentali (lo Stato di diritto, l'economia di mercato, la diffusione del progresso scientifico e tecnologico). Ma è anche il momento in cui si decide se in futuro ci sarà ancora quell'Italia che abbiamo letto, conosciuto e sognato.

Giovedì 12 gennaio 2023

alle ore 17.00

in Aula Magna "Bruno Londero"

Pierpaolo Suber dialogherà con l'autore



Via Piemonte 82, Udine

☎ 0432 1721619 - 339 2393492

✉ ute@utepaolonalciato.org

PROGETTO STARE BENE: CURA DELLA PERSONA

CE029) AROMATERAPIA

martedì: ora 11:00-11:50 (7 mar-28 mar) DOCENTE: Sig.ra Csilla Elektra **HORVATH**

PROGRAMMA: Oli essenziali: faremo una panoramica sulle caratteristiche e sugli effetti benefici che gli oli essenziali hanno sul nostro corpo e sulla psiche. Impareremo come utilizzarli per il benessere quotidiano, ne illustreremo gli effetti e le diverse modalità di utilizzo.

UTE NOTIZIE FLASH

Sportello di coaching alimentare: un aiuto per una nutrizione consapevole



Nell'ambito del **PROGETTO STAR BENE: ALIMENTAZIONE**, l'UTE propone il corso annuale NUTRIZIONE CONSAPEVOLE (venerdì ore 11:00-11:50 dal 21 ottobre al 19 maggio) condotto dalla dott.ssa Maria CIPOLLARO. A complemento del corso, ma aperto a tutti i soci, è stato aperto presso la sede di Udine uno "**SPORTELLO DI COACHING ALIMENTARE**" a cui è possibile rivolgersi SU PRENOTAZIONE **il venerdì dalle 10:00 alle 10:50** per ottenere consigli per una spesa e una nutrizione consapevole: le consulenze sono a cura della dott.ssa Maria Cipollaro e sono a titolo completamente gratuito.

Perché uno sportello di indirizzo alimentare e nutrizionale? Perché abitudini alimentari consapevoli, ma soprattutto importanti per la nostra salute, cominciano da uno stile di vita: parlarne con un esperto può chiarire molti aspetti sia sui prodotti di cui ci nutriamo che sulle consuetudini alimentari, in modo da contribuire a riformulare il nostro stile alimentare e nutrizionale e a chiarire molti dei dubbi generati da troppe notizie spesso contrastanti che ci giungono da varie fonti informative, in particolare dai media e dal web.

Si tratta, in altre parole, di uno sportello d'ascolto e discussione che non è volto a costituire diete personalizzate né a fare diagnosi su eventuali patologie, ma a fornire elementi di conoscenza alimentare e nutrizionale, perché conoscere è il primo passo per poter scegliere e saper scegliere è la via per diventare consapevoli e assumere le redini del proprio benessere. Nel dedalo delle informazioni, spesso contrastanti, spesso con finalità meramente commerciali che ci giungono da varie fonti, lo sportello vuole essere uno strumento utile a guidare l'utente verso scelte alimentari consapevoli per una sana nutrizione.



Noi siamo quello che mangiamo, da ciò dipende in gran parte la nostra salute; la grande competenza scientifica e comunicativa di Maria Cipollaro sono un'opportunità offerta dall'UTE che val la pena non lasciarsi sfuggire.

P. Suber

SCIENZA E TECNICA: ALIMENTAZIONE E SCIENZE NATURALI

CE101) CONOSCERE E DEGUSTARE LE BIRRE

martedì: ora 17:00-17:50 (7 feb-16 mag)

DOCENTE: Gianpaolo **PASCOLO**

PROGRAMMA: Storia della birra, materie prime, tecnologie di produzione, principali difetti della birra, stili birrari nel mondo, aspetti nutrizionali e legislativi, schede di assaggio con degustazione.



CE105) I FUNGHI DAL BOSCO AL PIATTO



giovedì: ora 10:00-10:50 (2 mar-27 apr)

DOCENTE: Dott. Franco **BULIGAN**

PROGRAMMA: Il corso è propedeutico alla conoscenza del regno dei funghi, con l'obiettivo di salvaguardare la salute delle persone e la protezione dell'ecosistema naturale.



CE104) I VALORI NATURALISTICI DELLA REGIONE FRIULI VENEZIA GIULIA

venerdì: ora 15:00-15:50 (15 feb-17 mag) DOCENTE: Dott. Roberto **PIZZUTTI**

PROGRAMMA: Il corso verterà sulla illustrazione delle peculiarità biologiche e geologiche del territorio regionale, delle normative riguardanti le aree protette regionali, delle caratteristiche dei Parchi naturali regionali, delle Riserve naturali regionali, dei Biotopi naturali e della Riserva naturale di Miramare. Sono previste escursioni guidate ai suddetti ambienti naturali.

SCIENZA E TECNICA: FISICA, MATEMATICA, TECNICA

CE112) LA MATEMATICA NELLA LETTERATURA: DA DANTE A BUZZATI PASSANDO DA SHAKESPEARE, TOLSTOI

venerdì: ora 16:00-17:50 (13 gen-17 feb) DOCENTE: Prof. Furio **HONSELL**

PROGRAMMA: Osserveremo con sguardo matematico vari capolavori letterari alla ricerca di quei luoghi nei quali l'autore utilizza la matematica metaforicamente. Scopriremo così che molti autori classici erano anche eccellenti matematici e sorprendenti divulgatori. Varrà anche il viceversa però: dalla conoscenza matematica molte scelte dei nostri autori, altrimenti ingiustificabili, diventeranno naturali. Dante offrirà numerosi esempi in entrambe le direzioni, ma così sarà anche per Shakespeare, Tolstoj, fino a Nievo, Ionesco e Buzzati. In tutte le occasioni accompagneremo l'analisi filologica a giochi matematici per afferrare meglio, in modo ironico e ludico, quanto siano dannosi certi pregiudizi che dipingono la matematica arida, poco creativa, mnemonica. Chi seguirà il corso rafforzerà la convinzione che la cultura umanistica e quella matematica crescono dallo stesso albero della conoscenza.

CE114) QUEL CHE ICARO NON POTEVA SAPERE

mercoledì: ora 17:00-18:30 (8 feb-17 mag)

DOCENTE: Dott. Ennio **LIGUTTI**

PROGRAMMA: L'aria come gas; l'ala; il velivolo; meccanica del volo; la propulsione; l'elica; evoluzione tecnologica; impianti di bordo; la navigazione; il traffico aereo.

CE115) LA FISICA NELLA VITA QUOTIDIANA

giovedì: ora 10:00-11:50 (23 mar-20 apr)

DOCENTE: Prof. Francesco **de STEFANO**

PROGRAMMA: Il corso si propone di illustrare la presenza e l'uso, anche inconsapevole, delle leggi fisiche nelle attività quotidiane (dalla cucina alla guida, dalla musica alle attività ricreative).



PROGETTO TUTORI NEVER ALONE

Friuli Venezia Giulia, Calabria

*Un'iniziativa sul territorio nazionale a supporto
del Sistema di tutela volontaria.*

Martedì 24/01/2023, alle ore 17.00
presso Aula Magna
BRUNO LONDERO

UTE Università della terza età Paolo Naliato
Via Piemonte 82/9, Udine

SI TERRA' L'INCONTRO
DAL VIAGGIO ALL'ACCOGLIENZA DEI
MINORI STRANIERI NON ACCOMPAGNATI
QUALE TUTELA POSSIBILE?

*Proiezione del video THE GAME alla presenza
del videomaker Andrea Musi*



INTERVENGONO

*Anna Paola Peratoner e Sara De Benedetti, referenti
Progetto*

Matteo Felci, Associazione Tutori Volontari FVG

PER RICEVERE INFORMAZIONI



Servizio informativo: martedì e giovedì, dalle 16.30 alle 18.30, telefonando al
3347857490; oppure scrivendo una mail a fvg@tutorineveralone.it

In collaborazione con

Never Alone, per un domani possibile si inserisce nel quadro
del programma europeo EPIM "Never Alone - Building our
future with children and youth arriving in Europe"
<https://minoristranieri-neveralone.it/>



Università della Terza Età
"Paolo Naliato" APS
Udine



ASSOCIAZIONE
TUTORI
VOLONTARI
FVG

PROGETTO UMANISTICO: LETTERATURA

CE300) IL FILO DI ARIANNA DELLA MEMORIA 3 (laboratorio di scrittura creativa)

venerdì: ora 15:00-15:50 (10 feb-19 mag)

DOCENTE: Prof.ssa Marilisa **PATINI**

PROGRAMMA: Il corso è diviso in due parti: la prima è quella della scrittura biografica, dove si mettono nero su bianco ricordi ed emozioni; la seconda riguarda la narrativa, cioè l'invenzione di favole e racconti. Ciò che verrà prodotto dal laboratorio potrà confluire in una pubblicazione ad hoc.

CE312) ARTE E FOLLIA

mercoledì: ora 11:00-11:50 (8 feb-17 mag)

DOCENTE: Prof.ssa Marilisa **PATINI**

PROGRAMMA: Nel corso si parlerà della vita e delle opere di tre scrittori che hanno avuto un peso importante nella storia della letteratura mondiale: Virginia Woolf, Paulo Coelho e Alda Merini, accomunati dal fatto di aver sofferto di problematiche psicologiche e di essere stati ricoverati in cliniche psichiatriche. Nel corso parleremo del rapporto tra arte e follia, tra genio e sregolatezza: la categoria degli artisti sembra più soggetta alla pazzia rispetto alla gente comune, Aristotele sosteneva che non c'è genialità senza un pizzico di follia. Le problematiche psicologiche possono non essere un ostacolo all'espressione della creatività, ma anzi lo stimolo per un tipo di pensiero divergente ed originale. Nelle opere degli autori che tratteremo si dimostrerà la loro grandezza nonostante - o forse proprio grazie - agli aspetti folli della loro personalità.

CE311) "NON ERAVAMO MICA BUONI A FARE LA GUERRA". RESISTENZA SENZA EROI NELLE PAGINE DI AUTORI DEL NOVECENTO ITALIANO

martedì: ora 09:00-09:50 (7 feb-16 mag)

DOCENTE: Prof.ssa Anna Maria **MARCHIOL**

PROGRAMMA: Lettura e discussione di brani tratti dalle opere di Meneghello, Fenoglio, Calvino, Pavese e altri.

CE320) STORIA DEL TEATRO

mercoledì: ora 15:00-15:50 (8 feb-17 mag)



DOCENTE: Dott. Giuseppe **VALENTI**

PROGRAMMA: Breve storia del teatro occidentale dalla tragedia greca ai giorni nostri.

PROGETTO UMANISTICO: STORIA

CE327) LE MINORANZE LINGUISTICHE IN ITALIA E IN FRIULI VENEZIA GIULIA

giovedì: ora 15:00-15:50 (9 feb-18 mag)

DOCENTE: dott.ssa Nicoletta **PICOTTI**

PROGRAMMA: Il corso si propone di analizzare le principali minoranze linguistiche sparse sul territorio italiano e, in particolare, nel Friuli Venezia Giulia. Si analizzeranno la storia e le vicende delle minoranze linguistiche slovena e tedesca nella nostra regione. Il corso si avvarrà anche di letture e filmati. Se possibile, verranno proposte delle visite didattiche ad alcuni musei etnografici della nostra regione.

CE336) STORIA DEGLI INDIANI D'AMERICA

martedì: ora 10:00-10:50 (7 feb-16 mag)

DOCENTE: Dott. Giampiero **FACCA**

PROGRAMMA: Il corso vuole illustrare la storia ed i costumi degli Indiani d'America. Molto spesso il cinema e gli altri mezzi di comunicazione hanno veicolato idee e giudizi sbagliati sui nativi.



CE338) IL RISORGIMENTO

giovedì: ora 16:00-16:50 (9 feb-18 mag)

DOCENTE: Dott. Enrico **ASTORINA**

PROGRAMMA: Il Risorgimento, l'età durante la quale l'Italia ha conquistato la propria indipendenza. Analisi completa del periodo 1815 - 1912. Personaggi e battaglie del periodo considerato.

CE356) IL RAZZISMO IN EUROPA: LA DISCRIMINAZIONE COME PREMessa DELLO STERMINIO

lunedì: ora 16:00-16:50 (6 feb-27 feb)

DOCENTE: Prof.ssa Maria **GIANFERRARA**

PROGRAMMA: Le origini: teorie scientifiche e pseudoscientifiche sulla razza. Aktion T4: eugenetica, eutanasia e purezza della stirpe. Le leggi di Norimberga: La legislazioni razzista in Italia.



CE359) OPPORSI ALLA DITTATURA, LOTTARE PER LA LIBERTÀ: L'ITALIA CHE RESISTE (1943/1945)

giovedì: ora 17:00-17:50 (2 feb-9 mar)

DOCENTE: Prof.ssa Maria **MITTIGA**

PROGRAMMA: La Resistenza in Italia con uno sguardo particolare al Friuli Venezia Giulia.

CE361) IL FASCISMO ITALIANO: PROFILO STORICO ED INTERPRETAZIONI

lunedì: ora 15:00-15:50 (6 feb-15 mag)



DOCENTE: Prof.ssa Carla **SIMONITTO**

PROGRAMMA: Il corso si propone di prospettare gli elementi essenziali del fenomeno storico per addivenire ad una definizione del fascismo che includa la dimensione organizzativa, culturale e istituzionale con cui si espresse sul piano storico.



CE360) LE LINGUE DEL GIORNALISMO

giovedì: ora 17:00-17:50 (9 feb-18 mag)

DOCENTE: Dott. Giuseppe **LIANI**

PROGRAMMA: La parola e l'immagine come strumenti per descrivere e comprendere la realtà. La responsabilità di chi è chiamato ad informare con correttezza il lettore deve limitarsi alla cronaca dei fatti, il rischio di prendere posizione è concreto e invadere il terreno della manipolazione, della disinformazione e della mistificazione è dietro l'angolo. Diviene, pertanto, fondamentale fornire tutti gli strumenti utili per consentire al fruitore di seguire la realtà e non la fantasia dei fatti.

PROGETTO UMANISTICO: RELIGIONE

CE397) SANTI E SANTUARI

lunedì: ora 10:00-10:50

(11 feb-13 mag)

DOCENTE: Prof. Rosario **GALOPPI**

Corso online

PROGRAMMA: Vita e pensiero di alcuni Santi. Storia ed estetica di alcuni santuari.



CE395) TEOLOGIA DELLE RELIGIONI

mercoledì: ora 15:00-15:50 (8 feb-17 mag)

DOCENTE: Don Franco **DEL NIN**

PROGRAMMA: Nel corso verranno presentate le principali fasi storiche e le diverse caratteristiche teologiche, spirituali e liturgiche delle principali religioni a livello mondiale. In particolare riferendoci alle religioni dell'Estremo Oriente analizzeremo l'Induismo, il Taoismo, il Buddhismo, il Confucianesimo e lo Shintoismo. Si proseguirà prendendo in rassegna le religioni monoteistiche, quali l'Ebraismo, il Cristianesimo (nelle sue varianti del Cattolicesimo, dell'Ortodossia, del Protestantesimo e dell'Anglicanesimo) e l'Islam.

COORDINATE ZOOM PER CORSO "SANTI E SANTUARI"

ID RIUNIONE: 774 222 0687 PASSCODE: 135933

PROGETTO UMANISTICO: ARTE E ARCHITETTURA

CE385) ARTE E REALTÀ NEL SECOLO DELLE CONTRADDIZIONI

martedì: ora 16:00-16:50 (7 feb-16 mag)

DOCENTE: Prof.ssa Mariapia **CIANCETTI**

PROGRAMMA: Caravaggio e la ricerca della verità naturale. La realtà teatrale della scultura di Gian Lorenzo Bernini. Particolari realistici nello spazio infinito: la pittura barocca. Meraviglia e artificio nell'architettura barocca. Esempi barocchi nella nostra città. La realtà quotidiana nella pittura di genere. Diffusione e sviluppi del naturalismo in Spagna e nei Paesi Bassi. Il Seicento a Venezia. La realtà luminosa di



CE389) ARTE E TEOLOGIA: GLI AFFRESCHI DELLA BASILICA DI ASSISI

giovedì: ora 15:00-15:50

(9 feb-30 mar)

DOCENTE: Prof.ssa Susi **DEL PIN**

PROGRAMMA: Lettura e interpretazione degli affreschi della Basilica inferiore e Superiore di Assisi. La figura di San Francesco e il movimento francescano nell'arte del Duecento e del Trecento.

CE387) I BASALDELLA: IL DIALOGO DI TRE FRATELLI TRA PITTURA E SCULTURA

giovedì: ora 10:00-10:50 (9 feb-18 mag)

DOCENTE: Prof.ssa Annamaria **PITTINO**

PROGRAMMA: Quando si dice che l'arte è un vizio di famiglia. Il pittore e decoratore friulano Leo Basaldella quando scompare, nel 1918, lascia tre figli: Dino di nove anni, Mirko di otto, Afro appena di sei. Affidati alle cure degli zii Remo e Ivo, il primo orafo, il secondo pittore, diventeranno artisti. Tutti e tre. Approfondire la conoscenza del loro percorso umano ed artistico offre motivi di grande interesse e renderà ancora più affascinante il già complesso "mondo dei Basaldella. Si cercherà di ripercorrere la vicenda artistica dei tre fratelli, dagli esordi ad Udine nell'ambito della "Scuola friulana d'avanguardia", agli anni spesi a Monza e a Milano, a quelli romani, dove Afro e Mirko si stabiliranno pur con frequenti, rinnovati e operosi soggiorni nella terra natale. L'intento è di cercare di fare una sintesi di tre personalità tanto autorevolmente e diversamente complesse, presentandole attraverso opere ben note e anche con opere meno note, ma di grandissimo interesse artistico.



CE390) ARTE E FOLLIA: QUANDO LA MALATTIA PUÒ GENERARE LO STRAORDINARIO

martedì: ora 18:00-18:50 (7 feb-16 mag)

DOCENTE: Arch. Nicoletta **ROMANELLI**

PROGRAMMA: Gli antichi dicevano Nullum magnum ingenium sine mixtura dementiae fuit: ovvero, non esiste grande genio senza un pizzico di follia. Numerosi studiosi sembrano aver trovato un nesso fra malattia mentale e creatività anche a livello neurologico; esploreremo alcuni autori e le rispettive opere collocandoli nel periodo storico vissuto e scopriremo come alcuni artisti di ogni epoca hanno trasformato la loro patologia in grandi forme espressive.

CE394) LE PIETRE DEL TEMPIO: costruttori, cantieri, edifici e città nella Bibbia e altrove

venerdì: ora 15:00-15:50 (10 feb-21 apr)

DOCENTE: Arch. Sacha Christiano **FORNACIARI**

PROGRAMMA: Besalèl, il costruttore dell'Arca; Sheerah, costruttrice di città; un cantiere tra le nuvole: la torre di Babele; pietre e tagliapietre nel tempio di Salomone; alberi e legni da costruzione nelle pagine della Bibbia; il mestiere di Giuseppe e di Gesù; la domus ecclesiae di Dura Europos; le città degli dei nel Ramayana e nell'Epopea di Gilgamesh; Platone e Atlantide; le città dei filosofi: Utopia e La città del Sole.



CE392) TEORIA E PRATICA DEL RESTAURO DI OPERE D'ARTE

giovedì: ora 09:00-09:50 (9 feb-18 mag)

DOCENTE: dott.ssa Emanuela **MESSINA**

PROGRAMMA: Come approcciarsi ad un'opera d'arte, imparando a riconoscere il suo valore dai materiali e come preservarla dal deterioramento. Perché e come viene "CURATA" rispettandone la natura, per rendere possibile il "pubblico godimento della stira".



ARTE: CINEMA E TEATRO

CE407) COSE DELL'ALTRO MONDO. La fantascienza nel cinema

venerdì: ora 16:00-18:00 (10 feb-31 mar)

DOCENTI: Annamaria **PITTINO** e Andrea **DAVID**

PROGRAMMA: Dai primi del '900 il film di fantascienza attraversa la storia del cinema, e negli anni '50 il cinema scoprirà gli alieni in parallelo con l'attualità "ufologica" di quell'epoca. Sarà alla fine degli anni '60 che il film di fantascienza raggiungerà il grande pubblico con il film di Stanley Kubrick "2001: Odissea nello spazio" del 1968. Seguirà nel 1982 "Blade Runner" di Ridley Scott ed entrambi diventeranno film di culto. La produzione a questo punto è fortemente variegata, con generi o filoni legati alla letteratura di genere a cui i soggetti filmici si spesso si ispirano. Attraverso la visione di alcune pellicole significative potremmo iniziare insieme questo viaggio nel futuro, divenuto ormai passato in molti casi. Potremmo così dare al cinema il riconoscimento di quella creazione fantastica che gli è propria.

ARTE: CULTURA E COSTUME

CE416) STORIA E CULTURA DELLA TAVOLA



mercoledì: ora 09:00-09:50

(1 feb-3 mag)

DOCENTE: Sig.ra Paola **LAROCCA GIACOMUZZI**

PROGRAMMA: Storia e cultura della tavola dall'antichità ai giorni nostri. Evoluzione dell'alimentazione e degli addobbi della tavola, galateo, suggerimenti e ricette per tutte le occasioni. Architettura della cucina e cambiamenti della sua struttura.

SCIENZE GIURIDICHE ED ECONOMICHE

CE511) LE ORGANIZZAZIONI INTERNAZIONALI NELL'ATTUALE CONTESTO GEOPOLITICO

giovedì: ora 15:00-15:50 (9 feb-18 mag)

DOCENTE: Avv. Enzo **BARAZZA**

PROGRAMMA: Il corso propone un intrigante viaggio tra storia, geopolitica, diritto, economia e attualità, che, a tappe, conduce alla scoperta delle più importanti Organizzazioni Internazionali.

Il percorso prende le mosse dall'Organizzazione delle Nazioni Unite per farne conoscere finalità e modelli operativi e per indagare sul funzionamento degli Organi interni (Segretario Generale, Assemblea Generale, Consiglio di Sicurezza...) nonché sugli Organismi sussidiari di risoluzione delle vertenze tra gli Stati (Corte Internazionale di Giustizia), di salvaguardia dei diritti umani (Alto Commissariato per i diritti umani, Consiglio dei diritti umani...), di repressione dei crimini di guerra e contro l'Umanità (Corte Penale Internazionale, Tribunali Speciali).

Prosegue analizzando il ruolo delle Organizzazioni che operano per la sicurezza e la cooperazione tra Stati (OSCE); in funzione di supporto, analisi e monitoraggio economico (OCSE); in ambito finanziario a sostegno dello sviluppo economico e per il superamento delle crisi (Fondo Monetario Internazionale - FMI, Banca Mondiale con le sue diverse articolazioni operative).

Si conclude trattando la funzione dell'Organizzazione Mondiale del Commercio - WTO/OMC, a favore dello sviluppo e della libertà degli scambi commerciali e per la risoluzione di eventuali controversie.

La trattazione dei diversi argomenti, in forma di lezione partecipata, terrà sistematicamente conto dell'attualità e dell'evolversi della situazione geopolitica internazionale.

Il corso potrà essere integrato, in base alla disponibilità dei partecipanti e alle circostanze, da un'attività seminariale presso l'Organizzazione per la sicurezza e la cooperazione in Europa - OSCE, a Vienna nella sede centrale (Hofburg/Palazzo imperiale).

INFORMATICA

CE639) IL TELEFONO SMARTPHONE E LE SUE APP corso di approfondimento 1

martedì: ora 09:00-10:20 (7 feb-16 mag)

CE640) IL TELEFONO SMARTPHONE E LE SUE APP. corso di approfondimento 2

giovedì: ora 09:00-10:20 (9 feb-18 mag)

DOCENTE: Dott. Gianni **TOFFOLETTI**

PROGRAMMA: Approfondimento degli argomenti trattati nel corso base. Interscambio di dati con il PC o con un televisore smart. Gestione della memoria, archiviazione e modifica e delle fotografie, Facebook, Twitter. Il corso tratterà i telefonini che utilizzano il sistema operativo Android.

CE602) ABILITÀ INFORMATICHE E TELEMATICHE DEL COMPUTER - Livello principianti

lunedì: ora 09:00-10:20 (6 feb-15 mag)

DOCENTE: Sig. Lorenzo **PITTIA**

PROGRAMMA: Corso di apprendimento riguardo l'utilizzo base del computer, i suoi componenti e i principali siti internet utilizzabili da computer.

A seguire, dalle 10.30 alle 12.00, sportello informatico SU APPUNTAMENTO.

CE642) IPHONE DA ZERO: IMPARA AD USARE IL TUO IPHONE - corso online

lunedì: ora 10:00-11:30 (6 feb-15 mag)

DOCENTE: RENZO **LA BIANCA**



PROGRAMMA: Vuoi imparare ad utilizzare lo smartphone Apple in maniera indipendente e senza dover chiedere aiuto a nessuno? Iscriviti a questo corso! Cosa imparerai: sapere utilizzare le funzioni principali dell'Iphone; imparare le app più famose come Whatsapp o Safari; fare meravigliose foto e video, modificarli e condividerli; usare l'Iphone come navigatore; gestire la musica; padroneggiare Siri e i comandi vocali. Requisiti: Avere un Iphone, oppure avere l'intenzione di passare ad un sistema iOS.

CE652) CREARE UNA PRESENTAZIONE. - Livello elementare

mercoledì: ora 17:00-18:30 (8 feb-17 mag)

DOCENTE: Prof.ssa Grazia Flavia **GALLIZIA**

PROGRAMMA: Presentazione degli obiettivi da raggiungere; presentazione del programma Power Point e delle sue potenzialità; presa visione dell'interfaccia del programma; creare una prima diapositiva e poi via via altre utili per creare la presentazione; lavorare con la diapositiva dandole un testo formattato, una o più immagini, un colore; analizzare i vari modi di visualizzare le diapositive create; inserire le animazioni agli oggetti della diapositiva e la transazione tra diapositive. Requisito: elementare conoscenza del pc.

CELEBRAZIONI DI GIORNATE STORICHE

Giorno della memoria in collaborazione con ANED FVG

Gennaio 2023, data da definire



TEREZIN: IL GHETTO-MODELLO DI EICHMANN

Intervento introduttivo di Marco Balestra, presidente di ANED Associazione Nazionale ex Deportati nei campi nazisti - Sezione di Udine; relazione di Fulvio Luzzi Conti, docente di Storia e Filosofia al Liceo Classico Europeo Uccellis di Udine

Giorno del ricordo in collaborazione con ANVGD - Sezione di Udine

martedì 7 febbraio 2023 ore 17.00 Aula Magna "Bruno Londero"

LA STRAGE DI VERGAROLLA (1946) E L'ESODO GIULIANO-DALMATA



A cura del prof. Elio Varutti, membro del Consiglio Esecutivo dell'ANVGD di Udine e docente UTE del corso "Sociologia dell'esodo giuliano dalmata".

UN'ETICA CIVICA PER I NOSTRI GIOVANI (E NON SOLO)



Guardo crescere felici i miei nipotini e penso alle grandi minacce esterne che ci circondano: incertezze economiche, diseguaglianze crescenti, ambiente disastroso, guerre ecc.

Resistono certo alcune difese (famiglie sane, istituzioni di base e volontariato) ma anche il trend quotidiano preoccupa: sballi e risse tra gang giovanili, tatuaggi idioti invece di cultura, social iperinvasivi e molteplici tragedie. Allora le nostre società 'liquide' - spesso senza orizzonti veri - reclamano etica e buona politica partendo dall'istruzione (v.test Pisa). Nel finanziare adeguatamente la scuola pubblica, selezionare e gratificare insegnanti bravi (fanno loro la scuola), rigore contro la sciatteria, una didattica che conservi i 'fondamentali' e riconosca il merito individuale accanto al lavoro collettivo (gruppodifirenze.blogspot.com). Tutto ciò interessa più i poveri che i ricchi e senza nostalgie neoautoritarie, le quali dimenticano anche certa fuffa scolastica pre '68. Invece qualità c'era anche in quel nostro liceo Marinelli 1966/1971 con una brava preside e vari insegnanti - giovani o meno - innovativi e autorevoli.

Oltre alla scuola il recupero di civismo coinvolge fattori generali (regole sociali rispettate, welfare di comunità, innovazione diffusa) e personali (cultura e autoimprenditorialità). Serve dare un senso laico e positivo al quotidiano e guardando lontano: v. F. Barca e E. Giovannini: 'Quel mondo diverso' e S. Cassese: 'Una volta il futuro era migliore'. Ci può aiutare anche la nuova economia civile e sostenibile che coinvolge i cittadini e le governance pubbliche, private e non profit (v. L. Becchetti: 'La rivoluzione della cittadinanza attiva'). Vale per italiani e immigrati regolari e riguarda soprattutto certi 'soresanz' ipocriti. Un'informata capacità critica ed un'etica civica sono il sale della 'democrazia attiva' e della nostra Costituzione nata dalla Resistenza.

C. B.

L'UTE "Paolo Naliato", in collaborazione con **ANPI sezione di Udine** ha il piacere di invitarvi al ciclo di incontri che avrà come tema la storia del confine italo-sloveno. Gli incontri si terranno in Aula Magna "Bruno Londero" il giovedì alle 17.00 nelle seguenti date:



19 gennaio 2023 Anna Maria Vinci:

Irredentismi, nazionalismi e fascismo di confine, tra la fine dell'800 e l'inizio della seconda guerra mondiale.

26 gennaio 2023 Federico Tenca Montini:

Fascisti, nazisti, ustaše, četnici e partigiani. La Seconda guerra mondiale in Jugoslavia (1941-1945)



2 febbraio 2023 Franco Ceccotti:

1945-1954 Zona A e B e la fine dell'italianità adriatica.
I rapporti Italia-Jugoslavia sino al Trattato di Osimo

LINGUE STRANIERE:

ARABO

سَفَانِيَّة

CE701) LINGUA ARABA. - Livello principianti

mercoledì: ora 10:00-10:50 (8 feb-17 mag)

DOCENTE: Dott.ssa Safa H Abdelrahim **ALI**

PROGRAMMA: Primi elementi della lingua araba, fonetica e struttura dei caratteri.

LINGUE STRANIERE: INGLESE

CE723) LINGUA INGLESE - PRE INTERMEDIATE LEVEL. - Livello intermedio

mercoledì: ora 16:00-16:50 (8 feb-11 mag)

DOCENTE: Prof.ssa Lisanna **PELLIZZONI**

PROGRAMMA: Completata la lettura di "Three men in a boat", prendendo spunto da testi diversi si rivedranno le strutture grammaticali già presentate in passato e si cercherà di ampliare il lessico al fine di una comunicazione efficace.



CE725) VINTAGE: ENGLISH FOR SENIOR - A1

giovedì: ora 17:00-18:30 (9 feb-18 mag)

DOCENTE: Dott.ssa Tatiana **TEMPORALE**

PROGRAMMA: Corso di inglese che verte su attività comunicative e strategie di apprendimento. Il corso prevede l'utilizzo di un manuale specifico per l'apprendimento della lingua inglese per senior (volume obbligatorio).

CE726) CORSO DI LINGUA INGLESE: THINKING OUT LOUD

venerdì: ora 09:00-09:50 (10 feb-19 mag)

DOCENTE: Dott.ssa Emma **BARILE**

PROGRAMMA: Il corso si propone come obiettivo di consolidare nozioni pregresse della lingua inglese e acquisire scioltezza nelle conversazioni legate a contesti di vita quotidiana. Verrà utilizzata una didattica più innovativa, supportata da strumenti audio-visivi, con i quali verranno introdotti gli argomenti della lezione e poi sviluppati con attività di dialogo. Le lezioni saranno svolte in lingua inglese, in maniera accessibile ad un livello elementare/intermedio.

CE735) LOVE AND DEATH: ROMEO AND JULIET BY WILLIAM SHAKESPEARE. - Livello avanzato

martedì: ora 16:00-17:50 (7 feb-16 mag)

DOCENTE: Prof.ssa Margherita **PIVA**

PROGRAMMA: Introduzione storica, culturale e letteraria alla tragedia. Lettura e commento del testo, riferimento ad alcune versioni teatrali.



LINGUE STRANIERE: SPAGNOLO

CE750) CONVERSAZIONE SEMPLICE IN LINGUA SPAGNOLA - PARTE 2

martedì: ora 17:00-17:50 (7 feb-16 mag)

DOCENTE: Dott.ssa Maria-Georgiana **BULEA**

PROGRAMMA: Il corso prevede lezioni di conversazione guidata in lingua spagnola, sia per principianti sia per chi ha già frequentato corsi in lingua spagnola.



TEMPO LIBERO

CE812) LE INESPLORATE REGIONI DELL'ARTE: LA FOTOGRAFIA

giovedì: ora 10:00-10:50 (12 gen-16 mar)

DOCENTE: Dott. Francesco **SANTI**



PROGRAMMA: Analisi del mondo delle immagini e del perchè creiamo immagini dalle nostre idee. Storia e analisi delle immagini nelle epoche. Storia della fotografia e delle sue tecniche. Come cercare di tradurre le sensazioni interiori in fotografie. L'importanza della tecnica per il dominio delle difficoltà. Paesaggi, ritratti, astrazioni, virtuosismi e inganni nella tecnica fotografica, sia digitale che tradizionale.

CE813) CORSO BASE DI FOTOGRAFIA (In collaborazione con il Circolo Fotografico Friulano)

mercoledì: ora 17:30-18:50 (1 mar-5 apr)

DOCENTE: Sig. Sandro **VICEDOMINI**

PROGRAMMA: Il corso si propone di trattare i temi teorici e tecnici riguardanti la ripresa fotografica (esposizione, illuminazione, soggetto, composizione, ecc.), dando all'allievo gli strumenti di base per un corretto uso del mezzo fotografico e per conoscerne inoltre tutte le potenzialità. Il corso è rivolto sia ai neofiti e sia a coloro che, pur in possesso delle conoscenze di base, vogliono approfondire in maniera sistematica ed esauriente questo appassionante argomento.

CE810) CAMMINARE PER CONOSCERE...

E NON SOLO

giovedì: ora 08:00-18:00 (28 mar-31 ott)

DOCENTI: Ing. Antonio **NONINO**

e Mauro **FLORA**

PROGRAMMA: Le escursioni si svolgeranno su itinerari di interesse naturalistico e paesaggistico, con percorsi facili, di durata variabile da tre a massimo cinque ore, con dislivelli modesti (200 - 450 metri).

CE807) GIOCHIAMO INSIEME A BURRACO - esperti



DOCENTE: Prof.ssa Adriana **MOLINARO**

giovedì ore 17.00—18.50 (12 gen - 18 mag)

Momento aggregativo per chi è già esperto nel gioco del Burraco, un gioco che affina le capacità di strategia e tiene in forma la nostra mente.



Durante il corso saranno organizzati piccoli tornei.

CE811) IL CALCIO QUESTO SCONOSCIUTO. La storia del gioco più bello del mondo



martedì: ora 18:00-18:50 (7 feb-16 mag)

DOCENTE: Prof. Enzo **PIVA**

PROGRAMMA: Il corso si propone di presentare la storia dello sport più popolare al mondo. Attraverso le vicende dei personaggi, delle squadre e delle principali manifestazioni, verrà illustrato il percorso che ha consentito a un gioco ideato per educare i rampolli dell'aristocrazia inglese di diventare un fenomeno culturale di massa. Sullo sfondo il regolamento del gioco, da decenni argomento di discussione preferito degli italiani: ma quanti lo conoscono veramente?

Questo bollettino è stato chiuso alle ore 15.30 di giovedì 29/12/2022

E' stato composto in proprio e stampato in n. 700 copie

Redazione: Università della Terza Età "Paolo Naliato" Via Piemonte n. 82/9—33100 UDINE

tel. 0432 1721619 cell. 3392393492—3404226938 www.utepaolonalciato.org e-mail: ute@utepaolonalciato.org

Iscrizione al Registro Periodici n. 9 con decreto del 13/05/2011

Direttore responsabile: Amos D'Antoni

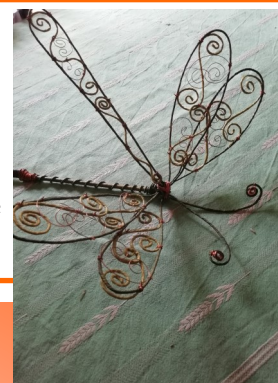
LABORATORI ARTISTICI

CE952) FILODIFERROMANIA

giovedì: ora 15:00-16:50 (9 feb-18 mag)

DOCENTE: Prof.ssa Sandra **ARISTEI**

PROGRAMMA: Il corso prevede la realizzazione di manufatti artistici con l'utilizzo del filo di ferro ricoperto con altri fili (rame, ottone, filo argentato) e della rete conigliera. Si inizierà con forme molto semplici per arrivare alla lavorazione di forme varie e complesse.



CE939) CORSO DI MAGLIA PER PRINCIPIANTI

mercoledì: ora 15:00-17:30 (8 feb-17 mag)

DOCENTE: Sig.ra Valentina **MARCHIOL**



PROGRAMMA: Impariamo le basi della maglia e il vocabolario specifico. Alla fine del corso avremo imparato le tecniche principali e saremo autonome nella lavorazione.

CE949) IL FANTASTICO MONDO DEL RICICLO

mercoledì: ora 15:00-17:00 (8 feb-17 mag)

DOCENTE: Sig.ra Patrizia **CONTI**

PROGRAMMA: Trasformazione utile e divertente di cose e materiali di uso quotidiano. Attrezzature necessarie: forbici, colla a caldo, pinze per metalli, ago e filo, colla in stick.

SEDE DIDATTICA DI
TAVAGNACCO



TA918) CORSO GRES CRISTALLI

Livello avanzato

lunedì: ora 09:00-12:00 (6 feb-15 mag)

DOCENTE: Sig.ra Ariella **CHERUBINI**

PROGRAMMA: Corso rivolto a chi desidera approfondire la propria conoscenza della ceramica e creare pezzi unici in gres, adatti alla tecnica di decorazione ad effetto con smalti ai cristalli di zinco. Il corso sarà attivato con un numero minimo di 6 corsisti non già iscritti ad altro corso di

SEDE DIDATTICA DI PAVIA DI UDINE

PA003) CORSO DI YOGA 2

giovedì: ora 18:00-19:00 (16 feb-25 mag)

DOCENTE: Sig.ra Chiara **GORLA**

PROGRAMMA: Il corso ha questi obiettivi: riduzione dello stress, sblocco delle articolazioni, presa di coscienza della respirazione, tecniche respiratorie (pranayama), tecniche di concentrazione, lavoro sul corpo con posture yogiche (asana), aumentare energia.



PA005) CORSO DI BALLO DI GRUPPO 2

giovedì: ora 16:30-17:30 (16 feb-25 mag)

DOCENTE: Sig.ra Orietta **LAVARONI**



SEDE DIDATTICA DI POVOLETTO

PO202) STORIA DEL FRIULI

giovedì: ora 10:00-11:00 (9 feb-18 mag)

DOCENTE: M.o Luigino **MERLUZZI**

PROGRAMMA: Conoscenza dei vari avvenimenti, in particolare riferiti ai luoghi di interesse, supportati dai documenti di archivio.

PO627) INTERNET E POSTA ELETTRONICA

mercoledì: ora 09:00-11:00 (15 feb-17 mag)

DOCENTE: Sig. Duilio **TONETTI**

PROGRAMMA: Navigare in Internet. Salvataggio e stampa pagine web. La cronologia. I preferiti. Utilizzare i motori di ricerca. Download. Google Maps e Google Earth. Antivirus. Download, Skipe. Posta elettronica: creazione di un account di posta, inviare e ricevere le mail.

PO628) WHATSAPP E GESTIONE SPAZIO DEL DISPOSITIVO

mercoledì: ora 14:00-16:00 (15 feb-17 mag)

DOCENTE: Sig. Duilio **TONETTI**

PROGRAMMA: il programma è diviso in due argomenti:

1. Utilizzare al meglio Whatsapp, il celebre servizio di messaggistica di proprietà di Facebook. Installazione, configurazione. Come inviare messaggi, foto, documenti, registrazioni vocali e altri contenuti multimediali. Chattare con amici e conoscenti. Whatsapp Web per Pc. Salvare foto e video.
2. Gestione dello spazio del nostro dispositivo: Come gestire lo spazio del proprio dispositivo per evitare che la memoria si esaurisca. Salvare e/o spostare immagini e video dal Telefono/Tablet, o di Whatsapp su altri dispositivi quali PC, Schede SD o Cloud. Installazione e utilizzo di App specifiche per il salvataggio dei dati. Per motivi di omogeneità è opportuno che i corsisti siano già in possesso di uno smartphone e/o tablet con sistema ANDROID – (no Apple).

PO630) SERVIZI ONLINE DELLA PUBBLICA AMMINISTRAZIONE

giovedì: ora 09:00-11:00 (16 feb-18 mag)

DOCENTE: Sig. Duilio **TONETTI**

PROGRAMMA: tecniche di base per accedere tramite internet ai vari servizi messi a disposizione dalla Pubblica Amministrazione locale e nazionale. Ottenere e accedere ai Servizi digitali Online tramite: SPID (Sistema Pubblico di Identità Digitale), Carta d'Identità Elettronica (CE) o Carta Nazionale dei Servizi (CNS). Accedere ai Servizi Pubblici del FVG. Sarà possibile acquisire documentazione anagrafica personale dal proprio comune (autocertificazioni), Prenotare visite, Prenotare vaccinazione Covid19, accedere al proprio Fascicolo Sanitario, Pagare Ticket sanitari, accedere alla Agenzia delle Entrate per visure Catastali, Fabbricati e Terreni, Dichiarazione Redditi, accedere ai servizi INPS e altri servizi Online.

PO951) SCULTURA SU LEGNO

giovedì: ora 16:30-18:00 (9 feb-18 mag)

DOCENTE: Sig. Tarcisio **PIPUTTO**

PROGRAMMA: Conoscenza dei materiali, degli utensili e delle attrezzature per realizzare opere di incisione, bassorilievo e tutt'orlo. Corso rivolto ad esperti e meno esperti, possibilmente in possesso delle basi del disegno tecnico e/o figurativo.

