



**CITTÀ DI
QUILIANO**



UNI QUI



ANNO ACCADEMICO 2025 / 2026





Il nostro percorso UNIQUI inizia ad avere la sua storia, siamo giunti alla quinta edizione, questo significa che questa iniziativa è alimentata da passione e disponibilità da parte dei docenti, che non finirò mai di ringraziare.

Sono certa che si sia creato un buon clima di relazione e che l'arricchimento personale di ognuno sia aumentato sia nella direzione della conoscenza che delle relazioni.

Questa esperienza ha un suo valore intrinseco e cercherò di farla continuare nel tempo.

Ringrazio tutte le persone che mettono la loro esperienza a disposizione e che ci permettono di realizzare una varietà significativa di corsi.

Tutta la programmazione è gestita interamente all'interno dei nostri uffici e non è cosa scontata!

Un ringraziamento sentito va alla Dottoressa Cristina Briano, alla funzionaria Monica Gambetta e alla bibliotecaria Cristina Sosio che con il loro lavoro portano avanti UNIQUI

Assessore alla Cultura
Nadia Ottonello



MODALITÀ DI ISCRIZIONE

UNI QUI è un servizio della Città di Quiliano che offre corsi per il tempo libero rivolti a tutti i cittadini di età superiore all'obbligo scolastico.

Non è richiesto alcun titolo di studio.

Tutti i corsi sono a numero chiuso, per questo motivo è necessaria una preiscrizione per verificare la disponibilità dei posti.

Sarà data precedenza ai residenti.

La quota di iscrizione è di **€ 15 per i cittadini residenti** e **€ 30 per i non residenti** e dà diritto alla frequenza a numero 6 corsi gratuiti in cui ci sarà disponibilità di posto, con priorità sui primi tre scelti.

Alcuni corsi, dove specificato, richiedono un contributo extra.

Per la frequenza di ulteriori corsi sarà necessario versare un'altra quota di iscrizione, tranne che per il corso n. 12.

Le preiscrizioni si effettuano preferibilmente dal **29 settembre al 13 ottobre** consegnando il modulo presso l'Ufficio Protocollo della sede comunale dal lunedì al venerdì dalle ore 8.30 alle ore 12.00, il martedì dalle ore 8.30 alle ore 17.00, oppure inviando la domanda in formato elettronico pdf all'indirizzo: servizi.cittadino@comune.quiliano.sv.it entro il **13 ottobre 2025**.



Una volta ricevuta la conferma si dovrà completare l'iscrizione consegnando la ricevuta del versamento effettuato tramite bonifico bancario

Iban IT46P056961060000016000X05

oppure tramite

c/c postale 13626171

intestati al Comune di Quiliano

Se il numero di iscritti raggiunto non sarà considerato sufficiente per le caratteristiche del corso, il Direttore avrà la facoltà di annullare il corso e gli allievi potranno scegliere un altro corso disponibile.

Per informazioni:

Ufficio Cultura tel. 019 2000511

martedì e mercoledì dalle 10.00 alle 12.00

oppure inviando una e-mail a

servizi.cittadino@comune.quiliano.sv.it



SCHEDA DI ISCRIZIONE

ANNO ACCADEMICO 2025 / 2026



COGNOME _____ NOME _____

INDIRIZZO _____

CAP _____ CITTÀ _____ ETÀ _____

TEL. _____ E-MAIL _____

ISCRIZIONE AI CORSI:

(indicare le prime tre preferenze di fianco al numero del corso)

- 1 - Alla ricerca della poesia nascosta. Per non poeti (scrittura creativa facile)
- 2 - Altre città da raccontare
- 3 - Dalle favole al fantasy contemporaneo
- 4 - "Scrivere libera-mente". Laboratorio di scrittura creativa
- 5 - Corso di inglese (corso base)
- 6 - Corso di inglese (corso intermedio 1)
- 7 - Corso di inglese (corso intermedio 2)
- 8 - Corso di francese (corso base)
- 9 - Storia di ieri, storia di oggi
- 10 - Resistenze
- 11 - Il mediterraneo in epoca moderna (fine XV inizio XIX secolo)
- 12 - Sognare insieme. Per conoscere il mondo che abitiamo
- 13 - Sentieri devozionali, antichi riti e tradizioni popolari.
- 14 - Diari di viaggio
- 15 - Pianoforte
- 16 - Leggere ad alta voce (per gli 80 anni della Costituzione Italiana)
- 17 - Il racconto (corso avanzato)
- 18 - Cinema al femminile - nomi emergenti nel panorama contemporaneo
- 19 - Corso Libreoffice: scrivere e fare di conto con il computer
- 20 - Sistemi operativi alternativi liberi a Windows 10
- 21 - Corso base foto - video
- 22 - Trenino avvento
- 23 - Fantasia natalità



- 24 - Occhio alla fantasia
- 25 - Mani in casa: quadri di stagione
- 26 - Ceramicando
- 27 - Riciclo creativo - edizione natalizia
- 28 - Divertiamoci con la natura
- 29 - Murales marino con materiali riciclati
- 30 - Orto verticale
- 31 - Corso di uncinetto
- 32 - Corso base di cucito
- 33 - Benessere in movimento - corso di ginnastica dai 16 ai 75 anni
- 34 - L'arte del Taijiquan (o Tai chi): forza nella calma
- 35 - Corso di ballo

Data _____ Firma _____

Informativa sul trattamento dei dati personali:

Ai sensi dell'art. 13 del Regolamento UE 2016/679 e in relazione alle informazioni di cui si entrerà in possesso, ai fini della tutela delle persone e altri soggetti in materia di trattamento di dati personali, si informa quanto segue:

1. I dati da Lei forniti verranno conservati in conformità delle norme della documentazione amministrativa.

2. I dati saranno trattati per tutto il tempo necessario al servizio da Comune di Quiliano.

I dati personali raccolti saranno trattati con strumenti cartacei ed informatici, esclusivamente nell'ambito del procedimento per il quale sono stati richiesti e verranno utilizzati esclusivamente per tale scopo ai sensi del D. Lgs n. 196 del 30 giugno 2003 e del Regolamento Europeo (General Data Protection Regulation) del 27 aprile 2016 n. 679.

Io sottoscritto/a dichiaro di aver ricevuto l'informativa che precede ed esprimo il consenso al trattamento dei miei dati.

Data _____ Firma _____

Esprimo il consenso all'utilizzo per scopi didattici interni a UNI QUI di foto scattate durante lo svolgimento dei corsi

Data _____ Firma _____



I CORSI





CORSI DI LETTERE

I - ALLA RICERCA DELLA POESIA NASCOSTA PER NON POETI (SCRITTURA CREATIVA FACILE)

DIRETTORE/DOCENTE: Nadia Ottonello

SEDE: Sala Consiliare / Biblioteca

DESCRIZIONE CORSO: Il corso si pone l'obiettivo di potersi divertire, fare allenare il pensiero, dare la possibilità di esprimersi.

DURATA: 1 h 30 min.

PERIODO: novembre / dicembre

INCONTRI:

- Lunedì 3 novembre 2025 - ore 15.30 / 17.00
Tecnica del caviardage. Parole chiave
- Lunedì 10 novembre 2025 - ore 15.30 / 17.00
Legare le parole ganci
- Lunedì 17 novembre 2025 - ore 15.30 / 17.00
Tecniche per creare poesia nascosta
- Lunedì 24 novembre 2025 - ore 15.30 / 17.00
La pagina visiva



2 - ALTRE CITTÀ DA RACCONTARE

A CURA Auser Savona

DIRETTORE/DOCENTE: Anna Traverso

SEDE: Centro Rocco Malacrida

DESCRIZIONE CORSO: Continua il viaggio ideale in altre città italiane e straniere attraverso le descrizioni e le emozioni di scrittori e poeti di ieri e di oggi per conoscere, per capire e per continuare ad essere curiosi. (Non è necessario aver partecipato al corso dell'anno scorso)

DURATA: 1 h

PERIODO: gennaio / febbraio

INCONTRI:

- Venerdì 9 - 16 - 23 - 30 gennaio 2026 - ore 17.30 / 18.30
- Venerdì 6 - 13 - 20 - 27 febbraio 2026 - ore 17.30 / 18.30



3 - DALLE FAVOLE AL FANTASY CONTEMPORANEO

DIRETTORE/DOCENTE: Renata Rusca Zargar

SEDE: Sala Consiliare / Biblioteca

DESCRIZIONE CORSO:

Il genere letterario fantasy è sempre esistito a partire dalle favole o dai racconti mitologici che hanno attraversato il tempo. Nel secolo scorso, però, le creature magiche si sono inserite per lo più in ambienti medioevali o contemporanei. Questo tipo di letteratura è stata considerata in Italia poco importante fino all'emergere di successi mondiali come, ad esempio, Harry Potter e Il Signore degli Anelli.

Esistono vari sotto generi di fantasy (urban, epic, dark, paranormal, romantico, scienze e altri) e potrebbe essere divertente leggere qualche breve testo confrontandolo con le letture fantastiche che tutti abbiamo fatto da bambini.

Il lieto fine è comunque sempre assicurato.

DURATA: 1 h e 30 min.

PERIODO: gennaio / maggio ogni due settimane

INCONTRI:

Da sabato 10 gennaio a sabato 16 maggio 2026 - ore 10.00 / 11.30



4 - “SCRIVERE LIBERA-MENTE” LABORATORIO DI SCRITTURA CREATIVA

DIRETTORE/DOCENTE: Irene Salinas

SEDE: Sala Consiliare / Biblioteca

DESCRIZIONE CORSO:

Questo corso è per chi vuole abitare lo spazio del non detto, chi alle feste stava appoggiato al muro a osservare, chi cura le ferite con le storie, chi guarda il cielo e ci vede infiniti mari, chi sa che il blocco dello scrittore è solo una scusa, chi non ha paura di leggersi.

Alterneremo momenti teorici dedicati all'analisi delle principali tecniche narrative a esercitazioni pratiche di scrittura automatica, autobiografica e narrativa.

Studieremo la struttura del testo narrativo e gli elementi del racconto, concentrandoci su visione, storia, trama, personaggi e conflitti, dialoghi. Leggeremo le pagine di autrici e autori per trasformare l'ispirazione in strumenti concreti, parleremo dei libri che ci hanno segnato e insegnato. Alleneremo la curiosità e l'immaginazione per arrivare a scrivere testi che favoriscono l'ascolto dell'altro e l'espressione di sé.

NUMERO ISCRITTI: massimo 15

DURATA: 2 h

PERIODO: ottobre / febbraio

INCONTRI:

- Lunedì 20 ottobre 2025 - ore 20.15 / 22.15
- Lunedì 3 - 17 novembre 2025 - ore 20.15 / 22.15
- Lunedì 1 - 15 dicembre 2025 - ore 20.15 / 22.15
- Lunedì 12 - 26 gennaio 2026 - ore 20.15 / 22.15
- Lunedì 9 febbraio 2026 - ore 20.15 / 22.15



CORSI DI LINGUA

5 - CORSO DI INGLESE (CORSO BASE)

DIRETTORE/DOCENTE: Giulia Altamura

SEDE: via Diaz n. 77, Valleggia

DESCRIZIONE CORSO: Imparare una lingua straniera è un bel viaggio a qualsiasi età. E' fondamentale iniziare dalla grammatica che è la bussola che permette di non perdersi e, se si continua il viaggio, di arrivare a destinazione.

NUMERO ISCRITTI: massimo 30, minimo 20

DURATA: 1 h 30 min.

PERIODO: ottobre / maggio

INCONTRI:

- Da martedì 14 ottobre 2025 a martedì 26 maggio 2026 -
ore 15.00 / 16.30
-

6 - CORSO DI INGLESE (CORSO INTERMEDIO I)

DIRETTORE/DOCENTE: Giulia Altamura

SEDE: via Diaz n. 77, Valleggia

DESCRIZIONE CORSO: Con il corso intermedio uno si riparte da ciò che già si conosce: si rinforzano le strutture grammaticali, si amplia il lessico per iniziare a padroneggiare la lingua con chiarezza e precisione.

NUMERO ISCRITTI: massimo 30

DURATA: 1 h 30 min.

PERIODO: ottobre / maggio

INCONTRI:

- Da martedì 14 ottobre 2025 a martedì 26 maggio 2026 -
ore 17.00 / 18.30



7 - CORSO DI INGLESE (CORSO INTERMEDIO 2)

DIRETTORE/DOCENTE: Giulia Altamura

SEDE: Sala Consiliare / Biblioteca

DESCRIZIONE CORSO: Il corso intermedio due, pur senza trascurare la grammatica, è volto alla comprensione più profonda della struttura linguistica, migliorando le competenze scritte e orali attraverso esercitazioni, letture e conversazioni.

NUMERO ISCRITTI: massimo 30

DURATA: 1 h 30 min.

PERIODO: ottobre / maggio

INCONTRI:

- Da giovedì 16 ottobre 2025 a giovedì 28 maggio 2026 -
ore 15.00 / 16.30
-

8 - CORSO DI FRANCESE (CORSO BASE)

DIRETTORE/DOCENTE: Lilia Viriglio

SEDE: Sala Consiliare / Biblioteca

DESCRIZIONE CORSO: Prime nozioni grammaticali, (esercizi inerenti) fonetica, funzioni comunicative, chiedere e dare informazioni, esprimersi in maniera semplice, descriversi, curiosità su usi e costumi.

NUMERO ISCRITTI: massimo 15

DURATA: 1 h 30 min.

PERIODO: ottobre / maggio

INCONTRI:

- Da martedì 7 ottobre 2025 a martedì 26 maggio 2026 -
ore 17.30 / 19.00



CORSI DI STORIA

9 - STORIA DI IERI, STORIA DI OGGI

A CURA: Associazione Aemilia Scauri APS

DIRETTORE: Nadia Belfiore

DOCENTI: Giuseppe Milazzo, Giorgio Amico, Marcello Zinola, Mimmo Lombezzì, Giovanni Patrone

SEDE: Sala Consiliare / Biblioteca

DESCRIZIONE CORSO: Il Novecento italiano è un periodo cruciale e complesso, segnato da eventi che hanno plasmato la nazione. Prenderemo in esame alcuni di questi eventi: l'avvento del fascismo, che ha portato a un regime autoritario e alla seconda Guerra Mondiale; la liberazione dal fascismo, che ha segnato la rinascita democratica del paese; il movimento del '68, che ha promosso diritti civili e cambiamenti sociali; gli anni di piombo, caratterizzati da violenza politica e terrorismo che culminarono in tragici avvenimenti come le bombe di Savona. Infine il fenomeno di "Milano da bere", che ha rappresentato un'epoca di consumismo e modernità. Analizzeremo come questi eventi hanno influenzato anche il territorio quilianese.

DURATA: 1 h 30 min.

PERIODO: gennaio / febbraio

INCONTRI:

- Venerdì 16 gennaio 2026 - ore 15.00 / 16.30
Dall'avvento del Regime fascista alla Resistenza.
La lotta (dimenticata?) per la conquista della libertà
Giuseppe Milazzo
- Venerdì 23 gennaio 2026 - ore 15.00 / 16.30
Il lungo '68
Giorgio Amico
- Venerdì 30 gennaio 2026 - ore 15.00 / 16.30
"Bombe di Savona:
mezzo secolo dopo con qualche verità e poca giustizia"
Marcello Zinola



- Venerdì 6 febbraio 2026 - ore 15.00 / 16.30
Milano da bere - Mimmo Lombezzi
 - Venerdì 13 febbraio 2026 - ore 15.00 / 16.30
Vicende quilianesi nel '900 - Giovanni Patrone
-

10 - RESISTENZE

DIRETTORE: Claudia Palone, direttivo Anpi Quiliano

DOCENTI: Claudia Palone, Elisa Falce, Luca Cambiganu

SEDE: Sala Consiliare / Biblioteca

DESCRIZIONE CORSO:

Il corso intende proporre alcuni momenti di approfondimento e riflessione sulla Resistenza ovvero le resistenze. Si parlerà delle donne resistenti in particolare di alcune partigiane che hanno operato sul territorio. Si faranno delle considerazioni sul contesto sociale a partire dal saggio dello storico Gianni Oliva "L'Italia del silenzio". Si farà conoscenza con uno dei protagonisti della Resistenza savonese raccontato attraverso il ricordo di suo figlio. Verrà presentata e allestita da un gruppo di studenti della scuola secondaria di secondo grado una mostra sul tema della Resistenza di Savona durante gli anni di piombo e di tritolo.

DURATA: 1 h e 30 min.

PERIODO: dicembre - gennaio

INCONTRI:

- Lunedì 15 dicembre 2025 - ore 17.00 / 18.30
- Lunedì 12 - 19 - 26 gennaio 2026 - ore 17.00 / 18.30



II - IL MEDITERRANEO IN EPOCA MODERNA (FINE XV INIZIO XIX SECOLO)

DIRETTORE/DOCENTE: Alberto Bacci

SEDE: Sala Consiliare / Biblioteca

DESCRIZIONE CORSO:

“Iste est Mediterraneus” intorno al 630 Isidoro vescovo di Siviglia dà il nome al mare le cui acque si stendono in mezzo alle terre fino ad oriente e separa Europa, Africa e Asia.

Dopo la caduta di Costantinopoli, nella metà del XV secolo sembra diventare area di confronto tra i due attori, l'Europa e l'Islam.

Le vicende ci parlano di molte realtà che si muovono dentro questi blocchi indicando un rapporto mai interrotto ma continuamente in divenire creando esperienze e problemi non facilmente semplificabili.

DURATA: 1 h e 30 min.

PERIODO: ottobre - maggio

INCONTRI:

- Lunedì 20 ottobre 2025 - ore 18.30 / 20.00
- Lunedì 3 - 17 novembre 2025 - ore 18.30 / 20.00
- Lunedì 1 - 15 dicembre 2025 - 18.30 / 20.00
- Lunedì 12 - 26 gennaio 2026 - 18.30 / 20.00
- Lunedì 9 - 23 febbraio 2026 - 18.30 / 20.00
- Lunedì 23 marzo 2026 - 18.30 / 20.00
- Lunedì 13 - 27 aprile 2026 - 18.30 / 20.00
- Lunedì 4 - 18 maggio 2026 - 18.30 / 20.00



CORSI DI PSICOLOGIA

12 - SOGNARE INSIEME PER CONOSCERE IL MONDO CHE ABITIAMO

DIRETTORE/DOCENTE: Maria Grazia Siri, Host di Social Dreaming

SEDE: Via Brandini 14, Quiliano

DESCRIZIONE CORSO: Il Social Dreaming, Sogno Sociale, è un'esperienza in cui i sogni vengono condivisi tra i partecipanti per accedere ad una maggiore conoscenza della realtà in cui il gruppo vive. Non sono utilizzati in modo terapeutico, né per analizzare l'inconscio di chi li racconta. Dai sogni scaturiscono associazioni e immagini e insieme il gruppo esplora i pensieri e le idee nuove sulla realtà che emergono dalla condivisione.

NUMERO ISCRITTI: massimo 20

Le iscrizioni cominceranno dopo la presentazione del 10 ottobre, ci si potrà iscrivere oltre il numero massimo dei corsi già scelti, direttamente con la docente o inviandole una mail a migisiri@gmail.com

DURATA: 2 h e 30 min.

PERIODO: ottobre / giugno ogni terzo venerdì del mese

INCONTRI:

- Venerdì 10 ottobre 2025 - ore 20.30
Primo incontro aperto a tutti di presentazione del metodo Social Dreaming: chi lo ha ideato, su quali basi teoriche, in che contesto e come si è sviluppato.
- Da venerdì 17 ottobre 2025 a venerdì 15 maggio 2026



CORSI DI ESCURSIONISMO E VIAGGI

13 - SENTIERI DEVOZIONALI, ANTICHI RITI E TRADIZIONI POPOLARI

A CURA Gruppo Escursionistico “La Rocca” Quiliano

DIRETTORI: Caviglia Giovanna, Danzo Giancarlo

DOCENTI: Giancarlo Danzo, Loredana Pastorino, Marina Pierucci, Luigi Mariani, Mario Grisolia, Bruno Delfino, Paola Bussino, Edilia Giacolla, Piccardo Liviana, Enzo Grillo, Antonella Ferro, Rosella Milano, Giovanna Caviglia, Giuseppina Gallareto, Tiziana Maccanti, Gilda Rossi, Marina Cagnasso, Carmelo Prestipino, Nico Cassanello.

PARTENZA: Partenza ore 9.00 p.zza Costituzione, Quiliano

DESCRIZIONE CORSO: Si seguono dei percorsi che comprendono sentieri devozionali in luoghi dove si svolgevano antichi riti, e si osservano le tradizioni popolari del mondo contadino.

Le escursioni previste possono subire cambiamenti causa maltempo pertanto i programmi dettagliati verranno pubblicati di volta in volta, sia sul nostro sito <http://gruppolaroccaquiliano.blogspot.com/> che sul gruppo whatsapp.

Le uscite sono previste al giovedì, con partenza alle ore 09.00, con pranzo al sacco, e rientro previsto per le ore 17.00, salvo ritardi.

Gli spostamenti avvengono con mezzi propri.

Equipaggiamento da escursionismo (scarponcini, zaino, giacca a vento, bastoncini consigliati).

DURATA: 8 h

PERIODO: ottobre / maggio. Dodici incontri di cui undici uscite.

INCONTRI:

- Giovedì 23 ottobre 2025 - Lezione in aula, ore 16.15-17.15
Sala Consiliare, p.zza Costituzione Quiliano .
Presentazione del corso e conferenza introduttiva
a cura di Paola Bussino.



- Giovedì 30 ottobre 2025 - da Perti a Sant'Antonino
Marina Pierucci, Loredana Pastorino
- Giovedì 6 novembre 2025 - vallata del Segno:
l'antica via per San Bernardo.
Daniela Andreoni, Enzo Grillo, Antonella Ferro
- Giovedì 20 novembre 2025 - dal Santuario del Buonconsiglio di Borgio
a San Martino di Verzei
Giuseppina Gallareto, Tiziana Maccanti, Nico Cassanello
- Giovedì 4 dicembre 2025 - il cammino sui luoghi di Vera Grita
(una tappa)
Paola Bussino
- Giovedì 18 dicembre 2025 - da Legino alla Madonna del Monte
AUGURI DI NATALE alla Società di Legino
Gilda Rossi, Bruno Delfino, Luigi Mariani, Mario Grisolia
- Giovedì 19 febbraio 2026 - il sentiero delle cappelle quilianesi
Giovanna Caviglia, Giancarlo Danzo
- Giovedì 5 marzo 2026 - anello delle antiche chiese di Noli
Marina Cagnasso, Tiziana Maccanti, Nico Cassanello
- Giovedì 19 marzo 2026 - Abbazia di San Pietro ai Monti
dal Giogo di Toirano
Marina Pierucci, Loredana Pastorino, Daniela Andreoni
- Giovedì 26 marzo 2026 - Murialdo: anello delle cappelle
e Oratorio di Sant'Agostino
Carmelo Prestipino, Associazione Culturale Arte e Storia
- Giovedì 16 aprile 2026 - Voltri: Villa Duchessa di Galliera,
Santuario delle Grazie
Rosella Miano, Edilia Giacolla, Liviana Piccardo
- Giovedì 30 aprile 2026 - Dronero, Ciciu del Villar
e Abbazia di San Costanzo al Monte (in pullman)
Giovanna Caviglia, Giancarlo Danzo, Nico Cassanello,
Daniela Andreoni
- Maggio 2026 - prevista gita "Sui sentieri di Matilde da Canossa"

N.B. la sequenza delle uscite potrà subire modifiche, le date resteranno invariate



14 - DIARI DI VIAGGIO

DIRETTORE/DOCENTE: Giuseppe Cervetto

SEDE: Sala Consiliare / Biblioteca

DESCRIZIONE CORSO:

Presentazione di alcuni interessanti documentari di viaggio della coppia Anna Maria Milanta e Giuseppe Cervetto relativi a destinazioni al di fuori delle consuete località turistiche.

DURATA: 1 h

PERIODO: ottobre / maggio

INCONTRI:

- Venerdì 24 ottobre 2025 - ore 17.30 / 18.30
MALI - Il paese dei tre imperi
- Venerdì 28 novembre 2025 - ore 17.30 / 18.30
YEMEN - Nel regno della regina di Saba
- Venerdì 12 dicembre 2025 - ore 17.30 / 18.30
LIBIA TRIPOLITANIA/FEZZAN e prologo CIRENAICA
- Mercoledì 14 gennaio 2026 - ore 17.30 / 18.30
IRAN - Nel regno di Ciro il Grande
- Venerdì 20 febbraio 2026 - ore 17.30 / 18.30
MESSICO/GUATEMALA - Nel regno degli Incas
- Venerdì 20 marzo 2026 - ore 17.30 / 18.30
CALCUTTA/SIKKIN/BHUTAN - Sotto l'Himalaya
- Mercoledì 22 aprile 2026 - ore 17.30 / 18.30
NAMIBIA - Terra dei contrasti
- Mercoledì 20 maggio 2026 - ore 17.30 / 18.30
MYANMAR (ex Birmania) - Pagode e musica



CORSI DI MUSICA

I 5 - PIANOFORTE

A CURA: DNA Musica APS Associazione Musicale e Culturale

DIRETTORE/DOCENTE: Liana Saviozzi

SEDE: Scuola civica di musica - Valleggia, c/o Scuola Martiri della Libertà

DESCRIZIONE CORSO:

Corso di pianoforte indirizzato sia ai principianti sia a chi volesse perfezionarsi. Lezioni semi individuali.

CONTRIBUTO: € 15 a lezione

NUMERO ISCRITTI: massimo 2 a lezione

DURATA: 1 h

PERIODO: ottobre / febbraio

INCONTRI:

- Giovedì 16 - 23 - 30 ottobre 2025 - ore 10.00 / 11.00
- Giovedì 6 - 13 - 20 - 27 novembre 2025 - ore 10.00 / 11.00
- Giovedì 8 - 15 - 22 - 29 gennaio 2026 - ore 10.00 / 11.00
- Giovedì 5 - 12 - 19 - 29 febbraio 2026 - ore 10.00 / 11.00



CORSI DI TEATRO

I6 - LEGGERE AD ALTA VOCE (PER GLI 80 ANNI DELLA COSTITUZIONE ITALIANA)

DIRETTORE/DOCENTE: Lello Ceravolo

SEDE: Sala Consiliare / Biblioteca

DESCRIZIONE CORSO:

Corso base: elementi di dizione, riconoscimento della propria voce, intenzione vocale nella lettura, espressività.

Saggio finale in pubblico sugli articoli fondamentali della Costituzione Italiana.

NUMERO ISCRITTI: minimo 6 - massimo 12

DURATA: 1 h e 30 min.

PERIODO: dicembre / marzo e saggio finale

INCONTRI:

- Martedì 2 - 16 dicembre 2025 - ore 20.30 / 22.00
- Martedì 13 - 27 gennaio 2026 - ore 20.30 / 22.00
- Martedì 3 - 10 - 24 febbraio 2026 - ore 20.30 / 22.00
- Martedì 3 - 10 marzo 2026 - ore 20.30 / 22.00
- Marzo 2026 - Saggio finale



17 - IL RACCONTO (CORSO AVANZATO)

DIRETTORE/DOCENTE: Lello Ceravolo

SEDE: Sala Consiliare / Biblioteca

DESCRIZIONE CORSO:

Il programma prevede la lettura ad alta voce di un racconto tra il XX e XXI secolo. Le letture saranno suddivise in base al numero degli iscritti seguendo le inclinazioni dell'allievo.

Elementi di dizione. Intenzione vocale nella lettura. Espressività.

Saggio finale in pubblico.

NUMERO ISCRITTI: minimo 8 - massimo 12

DURATA: 1 h e 30 min.

PERIODO: dicembre / aprile e saggio finale

INCONTRI:

- Giovedì 11 - 18 dicembre 2025 - ore 20.30 / 22.00
- Giovedì 15 - 22 gennaio 2026 - ore 20.30 / 22.00
- Giovedì 5 - 12 - 26 febbraio 2026 - ore 20.30 / 22.00
- Giovedì 5 - 12 - 26 marzo 2026 - ore 20.30 / 22.00
- Giovedì 9 - 16 - 23 aprile 2026 - ore 20.30 / 22.00
- Maggio 2026 - Saggio finale



CORSI DI CINEMA

I 8 - CINEMA AL FEMMINILE - NOMI EMERGENTI NEL PANORAMA CONTEMPORANEO

A CURA Gruppo Cineforum "Quei Bravi Ragazzi"

DIRETTORE: Gianni Novelli

DOCENTI: membri del cineforum

SEDE: Sala Consiliare / Biblioteca

DESCRIZIONE CORSO: Il corso si propone di gettare uno sguardo sui nomi femminili emergenti nell'attuale panorama cinematografico nazionale ed internazionale.

- **Dio è donna e si chiama Petrunya:** dalla Macedonia una delle proposte più sorprendenti del cinema contemporaneo; il racconto profondamente ironico della condizione femminile in una società pesantemente condizionata dai vincoli delle tradizioni.

- **La scoperta dell'alba:** la figlia di una vittima del terrorismo brigatista ad anni di distanza fa i conti con il suo passato.

- **Hai mai avuto paura?:** una favola nera nell'Italia rurale di inizio '800 con richiami sottintesi alla vita di Giacomo Leopardi.

- **L'amore secondo Isabelle:** la storia di una rinascita raccontata da una regista che, pur in attività da molti anni, solo in tempi recenti ha acquisito visibilità e riconoscimenti.

DURATA: 2 h 30 min. (comprendenti: presentazione del film, proiezione e piccolo dibattito fra i presenti)

PERIODO: ottobre / novembre

INCONTRI:

- Martedì 14 ottobre 2025 - ore 20.45
Dio è donna e si chiama Petrunya
(Gospod postoi, imeto i e Petrunija - Teona Strugar Mitevska - 2019)



- Martedì 28 ottobre 2025 - ore 20.45
La scoperta dell'alba
(Susanna Nicchiarelli - 2013)
- Martedì 11 novembre 2025 - ore 20.45
Hai mai avuto paura?
(Ambra Principato - 2023)
- Martedì 25 novembre 2025 - ore 20.45
L'amore secondo Isabelle
(Un beau soleil intérieur - Claire Denis - 2017)



CORSI DI INFORMATICA

19 - CORSO LIBREOFFICE: SCRIVERE E FARE DI CONTO CON IL COMPUTER

A CURA Associazione Govonis

DIRETTORE: Andrea Solari

DOCENTI: Soci dell' Associazione Govonis

SEDE: GovonisLab Via Valletta Vadone - Valleggia
(Attiguo alle Scuole Medie)

DESCRIZIONE CORSO: Libreoffice è un'alternativa libera e gratuita al programma Office di Microsoft. In questo corso vedremo come usare Writer il word-processor: scrivere una lettera, impaginare documenti in maniera professionale fino a ciò che serve per scrivere un libro. Vedremo inoltre Calc il foglio di calcolo: impostare formule e calcoli, visualizzare i dati in forma professionale e grafica fino a creare un budget. E per finire vedremo come usare Impress per creare supporti visivi per le tue presentazioni (diapositive / slide) con testo, immagini, dati e forme.

NUMERO ISCRITTI: massimo 12

DURATA: 1 h 30 min.

PERIODO: febbraio / marzo

INCONTRI:

- Lunedì 2 - 9 - 16 - 23 febbraio 2026 - ore 20.45 / 22.15
- Lunedì 2 - 9 - 16 - 23 marzo 2026 - ore 20.45 / 22.15



20 - SISTEMI OPERATIVI ALTERNATIVI LIBERI A WINDOWS 10

A CURA Associazione Govonis

DIRETTORE: Andrea Solari

DOCENTI: Soci dell' Associazione Govonis

SEDE: GovonisLab Via Valletta Vadone - Valleggia
(Attiguo alle Scuole Medie)

DESCRIZIONE CORSO: Il 14 ottobre 2025 terminerà il supporto di Windows 10. Questo vuol dire che o aggiornate a Windows 11, se avete un PC compatibile, oppure dovete comprare un nuovo PC e buttare quello che avete.

Lo scopo di questo corso è di mostrare le funzionalità di GNU/Linux, di utilizzare i PC che avete e non creare ulteriore spazzatura elettronica. Se più del 80% dei server al mondo sono su Linux un motivo ci sarà...

NUMERO ISCRITTI: massimo 12

DURATA: 1 h 30 min.

PERIODO: ottobre / dicembre

INCONTRI:

- Lunedì 27 ottobre 2025 - ore 20.45 / 22.15
- Lunedì 3 -10 - 17 - 24 novembre 2025 - ore 20.45 / 22.15
- Lunedì 1 dicembre 2025 - ore 20.45 / 22.15



CORSI DI FOTOGRAFIA

21 - CORSO BASE FOTO - VIDEO

A CURA Quilianonline

DIRETTORE: Mario Muda

DOCENTI: Renato Barbano, Silvio Rossi

SEDE: Sala Consiliare / Biblioteca

DESCRIZIONE CORSO: Introduzione alla fotografia e al video, descrizione della fotocamera e videocamera, conoscenza pratica delle apparecchiature con relativi accessori (cavalletti, filtri, flash, ecc..), guida ai dispositivi per acquisirne la conoscenza, guida alla foto / video macro. Uscite sul territorio per mettere in pratica le nozioni sull'uso delle apparecchiature. Fase di post produzione con il materiale a disposizione attraverso l'uso di software adeguati.

NUMERO ISCRITTI: minimo 6 - massimo 12

DURATA: 1 h 30 min.

PERIODO: novembre / aprile

INCONTRI:

- Mercoledì, 19 - 26 novembre 2025 - ore 17.00 / 18.30
- Mercoledì 3 - 10 - 17 dicembre 2025 - ore 17.00 / 18.30
- Mercoledì 7 - 21 gennaio 2026 - ore 17.00 / 18.30
- Mercoledì 4 - 18 febbraio 2026 - ore 17.00 / 18.30
- Mercoledì 4 - 18 marzo 2026 - ore 17.00 / 18.30
- Mercoledì 1 aprile 2026 - ore 17.00 / 18.30



CORSI CREATIVI

22 - TRENINO AVVENTO

DIRETTORE/DOCENTE: Marina Levratto

SEDE: Sala Consiliare / Biblioteca

DESCRIZIONE CORSO: Creazione del trenino dell'Avvento.

NUMERO ISCRITTI: massimo 12

DURATA: 1 h 30 min.

PERIODO: novembre

INCONTRI:

- Martedì 28 ottobre 2025 - 15.00
Incontro per definire il materiale necessario al corso.
 - Martedì 4 - 11 - 18 novembre 2025 - 15.00 / 16.30
-

23 - FANTASIA NATIVITÀ

DIRETTORE/DOCENTE: Marina Levratto

SEDE: Sala Consiliare / Biblioteca

DESCRIZIONE CORSO:

Diamo spazio alla fantasia e creiamo oggetti per il Natale.

NUMERO ISCRITTI: massimo 12

DURATA: 1 h 30 min.

PERIODO: dicembre

INCONTRI:

- Martedì 2 - 9 - 16 dicembre 2025 - 15.00 / 16.30



24 - OCCHIO ALLA FANTASIA

A CURA La casa di Fede

DIRETTORE/DOCENTE: Federica Quaglia

SEDE: Centro Rocco Malacrida

DESCRIZIONE CORSO: Un oggetto utile a tutti, realizzato con ago, filo e fantasia. Ogni partecipante cucirà il proprio porta occhiali, decorandolo con dettagli colorati.

NUMERO ISCRITTI: massimo 15

DURATA: 2 h

PERIODO: novembre

INCONTRI:

Giovedì 6 novembre 2025 - ore 20.30 / 22.30

25 - MANI IN CASA: QUADRI DI STAGIONE

A CURA La casa di Fede

DIRETTORE/DOCENTE: Federica Quaglia

SEDE: Centro Rocco Malacrida

DESCRIZIONE CORSO: Un piccolo arredo per la casa, da personalizzare a tema stagionale. Partendo da una base in legno, comporreemo un quadretto creativo con vari materiali, aggiungendo scritte o frasi.

NUMERO ISCRITTI: massimo 15

DURATA: 2 h

PERIODO: aprile

INCONTRI:

Giovedì 9 aprile 2026 - h 20.30 / 22.30



26 - CERAMICANDO

A CURA Associazione Culturale “Spazio Gaia 3”

DIRETTORE/DOCENTE: Ylli Plaka

SEDE: via Briano 1, Valleggia

DESCRIZIONE CORSO: Introduzione sulla ceramica, storia, materiale, varie tipologie di ceramica: industriale, artigianale ed artistica. Modellazione con diverse tecniche e colorazione. Nella lezione successiva si ritira il manufatto cotto. Le tematiche saranno comuni con spazio per la personalizzazione. Il corso si compone di 4 lezioni.

CONTRIBUTO: € 40 per 4 lezioni

NUMERO ISCRITTI: massimo 10

DURATA: 1 h e 30 min.

PERIODO: ottobre / novembre (primo corso) e marzo (secondo corso)

INCONTRI:

- Martedì 21 - 28 ottobre 2025 - ore 16.00 / 17.30
- Martedì 4 - 11 novembre 2025 - ore 16.00 / 17.30
- Martedì 3 - 10 - 17 - 24 marzo 2026 - ore 16.00 / 17.30



27 - RICICLO CREATIVO - EDIZIONE NATALIZIA

DIRETTORE/DOCENTE: Grazia Ghisolfo

SEDE: Centro Rocco Malacrida

DESCRIZIONE CORSO: Il corso ha lo scopo di creare oggetti sorprendenti partendo da materiale quotidiano riciclato che, altrimenti, andrebbe al macero.

NUMERO ISCRITTI: 8

DURATA: 1 h 30 min.

PERIODO: novembre / dicembre

INCONTRI:

- Martedì 4 - 18 novembre 2025 - h 18.00 / 19.30
 - Martedì 2 dicembre 2025 - h 18.00 / 19.30
-

28 - DIVERTIAMOCI CON LA NATURA

DIRETTORE/DOCENTE: Maddalena Bragoni

SEDE: Centro Rocco Malacrida

DESCRIZIONE CORSO: Manipolazione del materiale vegetale.

NUMERO ISCRITTI: massimo 12

DURATA: 2 h

PERIODO: novembre / aprile ogni due settimane

INCONTRI:

- Da mercoledì 19 novembre 2025 - ore 15.00 / 17.00



29 - MURALES MARINO CON MATERIALI RICICLATI

A CURA SMSF Quilianese

DIRETTORE/DOCENTE: Deborah Buonfiglio

SEDE: SMSF Quilianese

DESCRIZIONE CORSO: Vuoi lasciare il tuo segno artistico e contribuire alla bellezza del nostro spazio?

Unisciti a noi per realizzare un murales a tema marino, utilizzando solo materiali riciclati: conchiglie, pietre, sassolini, legnetti e radici di mare, coralli decorativi, oggetti naturali.

MATERIALE OCCORRENTE: Colla vinilica e materiale marino.

NUMERO ISCRITTI: massimo 10

DURATA: 1 h e 30 min.

PERIODO: ottobre / novembre

INCONTRI:

- Giovedì 23 - 30 ottobre 2025 - ore 15.30 / 17.00
- Giovedì 6 - 13 novembre 2025 - ore 15.30 / 17.00

30 - ORTO VERTICALE

A CURA SMSF Quilianese

DIRETTORE/DOCENTE: Deborah Buonfiglio

SEDE: SMSF Quilianese

DESCRIZIONE CORSO: vasi, fioriere, contenitori e bottiglie!

Riciclando noi la piantiamo! Vieni e realizza il tuo orto verticale.

MATERIALE OCCORRENTE: terriccio, piantine a piacere, contenitori.

NUMERO ISCRITTI: massimo 10

DURATA: 2 h

PERIODO: novembre / dicembre

INCONTRI:

- Giovedì 27 novembre 2025 - ore 15.30 / 17.00
- Giovedì 4 - 11 - 18 dicembre 2025 - ore 15.30 / 17.00



31 - CORSO DI UNCINETTO

DIRETTORE/DOCENTE: Doria Tomasi

SEDE: Centro Rocco Malacrida

DESCRIZIONE CORSO: Spiegazione punti su schemi. Realizzazione mattonelle granny, piccoli regali di Natale, borsa invernale, clouth elegante, maglione o cardigan. Punti base uncinetto tunisino.

Materiale occorrente: uncinetto numero 3,5 e due gomitoli di lana di colore diverso.

NUMERO ISCRITTI: massimo 12

DURATA: 2 h

PERIODO: novembre / maggio ogni due settimane

INCONTRI:

Da mercoledì 12 novembre 2025 - ore 15.30 / 17.30



CORSI DI CUCITO

32 - CORSO BASE DI CUCITO

DIRETTORE/DOCENTE: Mariuccia Gusmini

SEDE: Via Brandini 14, Quiliano

DESCRIZIONE CORSO: corso per principianti.
Faremo orli, bottoni, lampo, occhielli etc.

Materiale occorrente: forbici da tessuto e ditale.

NUMERO ISCRITTI: massimo 8

DURATA: 2 h

PERIODO: ottobre / maggio

INCONTRI:

- Da venerdì 17 ottobre 2025 a venerdì 29 maggio 2026 - 15.30/17.30
(seguendo le festività del calendario scolastico)



CORSI DI ATTIVITÀ MOTORIA E BENESSERE

33 - BENESSERE IN MOVIMENTO - CORSO DI GINNASTICA DAI 16 AI 75 ANNI

DIRETTORE/DOCENTE: Federico Armellino

SEDE: Sala Consiliare / Biblioteca

DESCRIZIONE CORSO: Un corso pensato per chi desidera prendersi cura del proprio corpo in modo semplice ed efficace, adatto a tutti. Attraverso piccoli circuiti a corpo libero, svolti in un clima sereno e inclusivo, miglioreremo la mobilità, la forza muscolare ed il benessere generale.

Gli esercizi sono mirati a:

mantenere il corpo attivo e in salute;

migliorare l'equilibrio e la postura;

potenziare la flessibilità e la tonicità muscolare.

Non servono attrezzi né esperienza: solo la voglia di muoversi e di stare bene insieme. Un'occasione per ritrovare energia, vitalità e il piacere del movimento.

NUMERO ISCRITTI: massimo 20

DURATA: 1 h e 30 min.

PERIODO: ottobre / dicembre

INCONTRI:

- Mercoledì 15 - 22 - 29 ottobre 2025 - ore 18.30 / 20.00
- Mercoledì 5 - 12 - 19 - 26 novembre 2025 - ore 18.30 / 20.00
- Mercoledì 3 - 10 - 17 dicembre 2025 - ore 18.30 / 20.00



34 - L'ARTE DEL TAIJIQUAN (O TAI CHI): FORZA NELLA CALMA

A CURA ASD Fiore d'Inverno

DIRETTORE: Delbono Simonetta

DOCENTI: Delbono Simonetta, Taramasco Igor, Oderda Marcello,
Vignaga Silvana

SEDE: SMS Fratellanza Quilianese

DESCRIZIONE CORSO: Il *Taiji* (Tai Chi) è molto più di un'arte marziale: è un cammino verso stabilità, centratura e longevità.

Con movimenti lenti e fluidi, migliora l'equilibrio, rafforza il corpo e affina la mente, riducendo l'impatto dello stress quotidiano.

Ogni gesto è parte di una sequenza che allena presenza e precisione, risvegliando una forza interiore silenziosa ma potente.

È una disciplina completa, che coltiva salute fisica ed equilibrio emotivo senza bisogno di sforzo o tensione.

Un invito ad ascoltarti, muoverti con consapevolezza e abitare il tuo corpo in modo nuovo e profondo.

Si richiede un abbigliamento comodo.

NUMERO ISCRITTI: massimo 45

DURATA: 90 minuti

PERIODO: marzo / aprile

INCONTRI:

- Giovedì 5 - 12 - 19 - 26 marzo 2026 ore 16.45 - 18.15
- Giovedì 2 - 9 - 16 aprile 2026 ore 16.45 - 18.15



35 - CORSO DI BALLO

DIRETTORE: Linda Chiola

DOCENTI: Linda Chiola e Luciano Bonora

SEDE: Sala Consiliare / Biblioteca

DESCRIZIONE CORSO: corso base di ballo di coppia (Matura, polka, foxtrott, chachacha, bachata)

NUMERO ISCRITTI: massimo 16

DURATA: 1 h

PERIODO: ottobre / dicembre

INCONTRI:

- Giovedì 16 - 23 - 30 ottobre 2025 - ore 17.30 - 18.30
- Giovedì 6 - 13 - 20 - 27 novembre 2025 - ore 17.30 - 18.30
- Giovedì 4 - 11 - 18 dicembre 2025 - ore 17.30 - 18.30

INDICE

INTRODUZIONE.....	3
MODALITÀ DI ISCRIZIONE.....	5
SCHEDA DI ISCRIZIONE.....	7



CORSI DI LETTERE

<input type="checkbox"/> 1 -Alla ricerca della poesia nascosta. Per non poeti (scrittura creativa facile)..	10
<input type="checkbox"/> 2 - Altre città da raccontare.....	11
<input type="checkbox"/> 3 - Dalle favole al fantasy contemporaneo.....	12
<input type="checkbox"/> 4 - “Scrivere libera-mente”. Laboratorio di scrittura creativa.....	13



CORSI DI LINGUA

<input type="checkbox"/> 5 - Corso di inglese (corso base).....	14
<input type="checkbox"/> 6 - Corso di inglese (corso intermedio 1).....	14
<input type="checkbox"/> 7 - Corso di inglese (corso intermedio 2).....	15
<input type="checkbox"/> 8 - Corso di francese (corso base).....	15



CORSI DI STORIA

<input type="checkbox"/> 9 - Storia di ieri, storia di oggi.....	16
<input type="checkbox"/> 10 - Resistenze.....	17
<input type="checkbox"/> 11 - Il mediterraneo in epoca moderna (fine XV inizio XIX secolo).....	18



CORSI DI PSICOLOGIA

<input type="checkbox"/> 12 - Sognare insieme. Per conoscere il mondo che abitiamo.....	19
---	----



CORSI DI ESCURSIONISMO E VIAGGI

<input type="checkbox"/> 13 - Sentieri devozionali, antichi riti e tradizioni popolari.....	20
<input type="checkbox"/> 14 - Diari di viaggio.....	22



CORSI DI MUSICA

<input type="checkbox"/> 15 - Pianoforte.....	23
---	----



CORSI DI TEATRO

<input type="checkbox"/> 16 - Leggere ad alta voce (per gli 80 anni della costituzione italiana).....	24
<input type="checkbox"/> 17 - Il racconto (corso avanzato).....	25



CORSI DI CINEMA

- 18 - Cinema al femminile - nomi emergenti nel panorama contemporaneo...26



CORSI DI INFORMATICA

- 19 - Corso Libreoffice: scrivere e fare di conto con il computer.....28
- 20 - Sistemi operativi alternativi liberi a Windows 10.....29



CORSI DI FOTOGRAFIA

- 21 - Corso base foto - video.....30



CORSI CREATIVI

- 22 - Trenino avvento.....31
- 23 - Fantasia natalità.....31
- 24 - Occhio alla fantasia.....32
- 25 - Mani in casa: quadri di stagione.....32
- 26 - Ceramicando.....33
- 27 - Riciclo creativo - edizione natalizia.....34
- 28 - Divertiamoci con la natura.....34
- 29 - Murales marino con materiali riciclati.....35
- 30 -Orto verticale.....35
- 31 -Corso di uncinetto.....36



CORSI DI CUCITO

- 32 - Corso base di cucito.....37



CORSI DI ATTIVITÀ MOTORIA E BENESSERE

- 33 - Benessere in movimento - corso di ginnastica dai 16 ai 75 anni.....38
- 34 - L'arte del Taijiquan (o Tai chi): forza nella calma.....39
- 35 - Corso di ballo.....40





Ufficio Cultura
martedì e mercoledì dalle 10.00 alle 12.00
tel. 019 2000511
E-mail: servizi.cittadino@comune.quiliano.sv.it