

UNIVERSITÀ per TUTTE le ETÀ

# LA FILANDA

Anno accademico 2022/2023



ARLUNO  
POGLIANO

[www.utearlunolafilanda.it](http://www.utearlunolafilanda.it)



Comune  
di Arluno



Comune  
di Pogliano



I. C.  
"S. Pellico"

# I corsi

| <b>N °</b> | <b>Titolo</b>                           | <b>Docente</b> |
|------------|---|----------------|
| 1.         | Dante Alighieri e l'Inferno             | Fossati        |
| 2.         | Il tramonto del Medioevo ...            | Fossati        |
| 3.         | I Milanesi - seconda parte              | Maltagliati    |
| 4.         | "Le donne i cavallier l'arme gli amori" | Maltagliati    |
| 5.         | La figura di Maria di Nazareth ...      | Castro         |
| 6.         | Passeggiando a Milano...                | Moro           |
| 7.         | Dal libro al film ...                   | Ceriani        |
| 8.         | Spagnolo - livello intermedio           | Aprile         |
| 9.         | Inglese - livello base                  | Ranghetti      |
| 10.        | Inglese livello avanzato                | Ranghetti      |
| 11.        | Pittura e creatività con l'acquerello   | Colombo        |
| 12.        | Bridge - Corso "fiori" (le prime basi)  | Re             |
| 13.        | Educazione alimentare con la ...        | Morazzoni      |
| 14.        | Viaggio nell'architettura europea       | Pellegrini     |
| 15.        | Le erbe spontanee - corso base          | Castelli       |
| 16.        | Le erbe spontanee - approfondim.        | Castelli       |
| 17.        | Creiamo riciclando i materiali ...      | Salerio        |
| 18.        | Yoga, rilassamento verso felicità       | Gambini        |
| 19.        | La musica jazz delle Big Band           | Bonfiglio      |
| 20.        | Le difese del nostro organismo          | Mottola        |
| 21.        | Mani in pasta                           | Di Nardo       |
| 22.        | Lo spazio e l'universo                  | Selva          |
| 23.        | La ginnastica per stare in salute       | Sandrin        |

|     |                                    |            |
|-----|------------------------------------|------------|
| 24. | Tai chi: le basi del movimento     | Rossignoli |
| 25. | Informatica di base                | Innamorato |
| 26. | Yoga per la mente                  | D'Apolito  |
| 27. | Inglese - consolidamento           | Toia       |
| 28. | Economia domestica...              | Banfi      |
| 29. | Meditazione attiva: le basi        | Capolla    |
| 30. | Meditazione attiva: per continuare | Capolla    |
| 31. | Conferenze a tema sulla salute     | Vari       |



## La nostra struttura

|              |  |
|--------------|--|
| Presidente:  | Silvio Tomatis   |
| Rettore:     | Andrea Fiammingo   |
| Tesoriere:   | Carmine Capri  |
| Consiglieri: | Cosimo Adavastro, Ambrogina Ceriani, Alessandra Grassi, Alessandro Moro, Agata Mundi, Remigio Peruzzi, Mario Sestito, Valentina Gini |
| Segreteria   | Giuditta Gorini, Maria Teresa Oldani, Elda Spoldi  |

**Per informazioni sui corsi consultate il sito:**  
**[www.utearlunolafilanda.it](http://www.utearlunolafilanda.it)**  
**Per contattati: [utelafilanda.arluno@gmail.com](mailto:utelafilanda.arluno@gmail.com)**

# Saluti

La nostra UTE “La Filanda”, non è un’università come le altre: nel tempo si è consolidata come spazio dove professori e studenti collaborano in una costruzione del sapere e della cultura accanto alla responsabilità, profondamente sentita, di contribuire allo sviluppo delle comunità locali che la ospitano e la sostengono; in questo modo l’UTE è riuscita a collocarsi tra le esperienze più ricche ed apprezzate del territorio.

Grazie alla disponibilità dei Comuni di Arluno e Pogliano e dell’Istituto Comprensivo S. Pellico, finalmente possiamo ripartire tutti in presenza; l’obiettivo è quello di organizzare le attività affinché conservino proprio la peculiarità della nostra UTE: essere una comunità di persone, un reticolo di emozioni, una complessità di linguaggi su cui appoggiare apprendimenti significativi.

Un ringraziamento particolare ai Docenti e alla Segreteria cui vanno apprezzamento e stima per la disponibilità, il lavoro, la passione e la competenza messi in campo.

A tutti gli studenti l’augurio che riescano a sperimentare interiormente il gusto dello studio e della “gioventù” che solo la voglia di imparare e l’incontro con il sapere e con gli altri sanno generare.

Un saluto e un augurio speciale alle matricole: che possano trovare qui - nonostante le inevitabili difficoltà degli inizi - risposte alla loro ricerca di conoscenza e buoni compagni di viaggio. Speriamo che questi comuni desideri giungano ad un buono e bel compimento!

*Il Presidente, il Rettore, Il Consiglio*

**Corso 01      Dante Alighieri e la Cantica dell'Inferno**

Docente:      DONATELLA FOSSATI

Durata:        14 incontri

Periodo:      dal 20 gennaio

Giorno:       venerdì

Ora:            16.30 – 18.00

Luogo:         Arluno - scuola Marconi, p.zza Europa

Lettura, analisi e commento dei canti; il mondo di Dante, i personaggi che lo accompagnano e la Firenze del '300. E' necessario il testo della Cantica. Consigliato per chi ha già frequentato i corsi negli anni precedenti.

**Corso 02      Il tramonto del Medioevo e l'avvento delle Signorie**

Docente:      DONATELLA FOSSATI

Durata:        14 incontri

Periodo:      dal 20 gennaio

Giorno:       venerdì

Ora:            14.45 -16.15

Luogo:         Arluno - scuola Marconi, p.zza Europa

Il trionfo del Gotico e la Signoria dei Visconti. La figura centrale di Gian Galeazzo e la costituenda Veneranda Fabbrica del Duomo; dal dominio della Biscia a quello degli altri centri di potere.

**Corso 03      I Milanesi – seconda parte**

Docente:      ORNELLA MALTAGLIATI

Durata:        8 incontri

Periodo:       dal 15 novembre

Giorno:        martedì

Ora:            14.45-16.15

Luogo:         Arluno - scuola Marconi, p.zza Europa

Continueremo ad esaminare la cultura milanese dell'800 e del '900, trattando la Scapigliatura, il Futurismo, Carlo Emilio Gadda, il Piccolo Teatro con un excursus sul ruolo culturale del Corriere della Sera.

**Corso 04      "Le donne i cavallier l'arme gli amori"**

Docente:      ORNELLA MALTAGLIATI

Durata:        8 incontri

Periodo:       dal 14 febbraio

Giorno:        martedì

Ora:            14.45-16.15

Luogo:         Arluno - scuola Marconi, p.zza Europa

L'immaginario cortese e cavalleresco, fra avventura, fede e amore: la Chanson de Roland, i Provenzali, il Romanzo cavalleresco, i Cantari, Matteo Maria Boiardo e Luigi Pulci.

**Corso 05      La figura di Maria di Nazareth  
nella storia dell'arte**

Docente:      IGNAZIO CASTRO

Durata:        14 incontri

Periodo:      dal 20 gennaio

Giorno:       venerdì

Ora:            16.30 – 18.00

Luogo:         Arluno - scuola Marconi, p.zza Europa

Le lezioni ci condurranno ad un approfondimento della figura di Maria di Nazareth e della Sacra Famiglia, dalle origini al '900, attraverso analisi di cicli pittorici. Il corso prevede alcune uscite didattiche legate alle collezioni d'arte.

**Corso 06      Passeggiando a Milano, tra  
architettura e curiosità**

Docente:      ALESSANDRO MORO

Durata:        4/5 incontri

Periodo:      1 al mese, da febbraio a maggio

Giorno:       lunedì

Ora:            in mattinata

Luogo:         Milano - da definire

Scopo del corso è la conoscenza di alcuni luoghi caratteristici della città, spesso trascurati dai circuiti turistici tradizionali. Prevede l'acquisto del biglietto per i mezzi di trasporto e per eventuali mostre. Saranno fornite dispense di volta in volta.

**Corso 07      Dal libro al film, dalla letteratura al cinema**

Docente:      AMBROGINA CERIANI

Durata:        10 incontri

Periodo:       dal 19 gennaio

Giorno:        giovedì

Ora:            14.30 -16.00

Luogo:         Arluno – Municipio, p.zza De Gasperi

La lettura e l'analisi di opere che abbiano avuto una trasposizione cinematografica, la visione del film e il confronto nel gruppo condurranno alla conoscenza di alcuni autori del '900: Bassani, Buzzati, Ledda, Lussu, Maraini, Viganò.

**Corso 08      Spagnolo – livello intermedio**

Docente:      CHIARA APRILE

Durata:        18 incontri

Periodo:       dal 18 novembre

Giorno:        venerdì

Ora:            14.45 -16.15

Luogo:         Arluno - scuola Marconi, p.zza Europa

Il corso è adatto a chi ha avuto una prima esposizione alla lingua, ma anche ai principianti e offre una base grammaticale chiara ed esauriente che aiuta ad acquisire le conoscenze principali sulla lingua spagnola.



| Corso 09  | <b>Inglese - livello base</b>         |
|---|---------------------------------------|
| Docente:  | GIOVANNI RANGHETTI                    |
| Durata:   | 18 incontri                           |
| Periodo:  | dal 15 novembre                       |
| Giorno:   | martedì                               |
| Ora:  | 14.45 -16.15                          |
| Luogo:  | Arluno - scuola Marconi, p.zza Europa |
| <p>Il corso recupererà quanto parzialmente già svolto nell'anno precedente ed è rivolto a chi ha già frequentato e a coloro che non hanno mai avuto esposizione alla lingua o la riprendono dopo molto tempo.</p> |                                       |

| Corso 10   | <b>Inglese – livello avanzato e conversazione</b> |
|--|---|
| Docente:   | GIOVANNI RANGHETTI                                |
| Durata:  | 18 incontri                                       |
| Periodo:   | dal 15 novembre                                   |
| Giorno:  | martedì   |
| Ora:   | 16.30 – 18.00                                     |
| Luogo:   | Arluno - scuola Marconi, p.zza Europa             |
| <p>Le attività sono rivolte a coloro che hanno una buona conoscenza della lingua e propongono un approfondimento della comunicazione verbale con riferimento all'attualità, alla cultura e alla società.</p> |   |

**Corso 11      Pittura e creatività con  
l'acquerello**

Docente:      SERAFINA COLOMBO

Durata:        10 incontri

Periodo:      dal 17 gennaio

Giorno:       martedì

Ora:            14.45 - 16.15

Luogo:        Arluno - scuola Marconi, p.zza Europa

Si apprenderanno le basi per dipingere con gli acquerelli; questa tecnica ha dei vantaggi che stanno nella immediatezza della realizzazione; ciò permette di iniziare fin da subito a dipingere con una certa destrezza.

**Corso 12      Bridge – Corso “fiori” (le  
prime basi)**

Docente:      MAURIZIO RE

Durata:        10 incontri

Periodo:      dal 15 novembre

Giorno:       martedì

Ora:            14.45-16.15

Luogo:        Arluno - scuola Marconi, p.zza Europa

Il corso si propone di introdurre al gioco del bridge, ponendo attenzione non solo alla parte ludica, ma anche a quella della socializzazione e del divertimento.

**Corso 13      Educazione alimentare con la nutrizionista**

Docente:      VERONICA MORAZZONI

Durata:      5 incontri a cadenza quindicinale

Periodo:      dal 18 novembre

Giorno:      venerdì

Ora:      16.30 – 18.00

Luogo:      Arluno - scuola Marconi, p.zza Europa

Il corso si pone l'obiettivo di ampliare la conoscenza nutrizionale degli alimenti, approfondendo le peculiarità e scoprendo gli aspetti benefici che possono avere nei confronti della salute. Sane e gustose ricette completeranno le lezioni.

**Corso 14      Viaggio nell'architettura europea**

Docente:      ELISABETTA PELLEGRINI

Durata:      8 incontri

Periodo:      dal 14 febbraio

Giorno:      martedì

Ora:      14.45-16.15

Luogo:      Arluno - scuola Marconi, p.zza Europa

Le lezioni si propongono la conoscenza di alcune testimonianze architettoniche dell'Europa: l'Università di Heidelberg, il Duomo di Colonia, i Castelli francesi, l'Abbazia di Westminster...

**Corso 15    Le erbe spontanee per uso alimentare – corso base**

Docente:    FRANCESCA CASTELLI

Durata:     4 incontri (+ 2 passeggiate)

Periodo:    dal 3 marzo

Giorno:     venerdì

Ora:         16.30 – 18.00

Luogo:      Arluno - scuola Marconi, p.zza Europa

Le attività introdurranno all'alimurgia, con il riconoscimento delle principali erbe spontanee commestibili presenti nella nostra zona; si impareranno i possibili utilizzi nell'alimentazione e verranno proposte appetitose ricette.

**Corso 16    Le erbe spontanee per uso alimentare – approfondimento**

Docente:    FRANCESCA CASTELLI

Durata:     3 incontri

Periodo:    dal 17 marzo

Giorno:     venerdì

Ora:         16.30 – 18.00

Luogo:      Arluno - scuola Marconi, p.zza Europa

Si esamineranno alcune piante meno conosciute e alcuni preparati a base di erbe e le loro proprietà. Si prenderanno inoltre in esame i fiori commestibili con i possibili utilizzi.

**Corso 17    Creiamo ricicliando i materiali naturali**

Docente:    NINO MARIA SALERIO

Durata:    8 incontri a cadenza quindicinale

Periodo:    dal 15 novembre

Giorno:    martedì

Ora:    16.30 -18.00

Luogo:    Arluno - scuola Marconi, p.zza Europa

Le attività proposte permetteranno di creare oggetti artistici a partire da materiali poveri e di riciclo. Una particolare attenzione sarà dedicata al sughero e alla sue possibili applicazioni.

**Corso 18    Yoga, rilassamento verso felicità**

Docente:    VINCENZO GAMBINI

Durata:    18 incontri

Periodo:    dal 18 novembre

Giorno:    venerdì

Ora:    14.45 -16.15

Luogo:    Arluno - scuola Marconi, p.zza Europa

Il corso propone attività per migliorare il controllo del corpo con attenzione alla postura, alla respirazione, alla concentrazione per il raggiungimento del benessere psicofisico.

**Corso 19      La musica jazz delle Big Band**

Docente:      LEONARDO BONFIGLIO

Durata:        6 incontri

Periodo:      dal 14 febbraio

Giorno:       martedì

Ora:            16.30 -18.00

Luogo:         Arluno - scuola Marconi, p.zza Europa

Durante il corso avremo l'opportunità di ascoltare e analizzare la musica delle Big Band che hanno caratterizzato il jazz dagli anni '30 ai giorni d'oggi: Duke Ellington, Benny Goodman, Glenn Miller...

**Corso 20      Un viaggio attraverso difese  
del nostro organismo**

Docente:      LEARCO MOTTOLA

Durata:        10 incontri

Periodo:      dal 15 novembre

Giorno:       martedì

Ora:            16.30 -18.00

Luogo:         Arluno - scuola Marconi, p.zza Europa

Un viaggio attraverso la risposta immunitaria, l'infiammazione e la coagulazione per meglio comprendere come il nostro organismo si difende da agenti esterni e lesioni.

**Corso 21      Mani in pasta: lievito madre e farine**

Docente:      ROSARIA DI NARDO

Durata:      6 incontri

Periodo:      dal 28 febbraio

Giorno:      martedì

Ora:      14.45-16.15

Luogo:      Arluno - scuola Marconi, p.zza Europa

Approfondimento sull'utilizzo del lievito madre e sulle differenti tipologie delle farine impiegate per preparare pane, focacce e dolci; lavorazione della semola di grano duro.

**Corso 22      Lo spazio e l'universo**

Docente:      GIOVANNI SELVA

Durata:      9 incontri

Periodo:      dal 24 gennaio

Giorno:      martedì

Ora:      16.30 -18.00

Luogo:      Arluno - scuola Marconi, p.zza Europa

Cercheremo risposte alle domande fondamentali riguardo la natura dell'universo; tratteremo le basi delle teorie che ci hanno aperto nuovi orizzonti e filosofie; affronteremo i "viaggi spaziali", gli attuali programmi, le missioni e le scoperte astrofisiche.

**Corso 23    La ginnastica per stare in salute**

Docente:    LUCA SANDRIN

Durata:    5 incontri

Periodo:    dal 18 novembre

Giorno:    venerdì

Ora:    dalle 11.00 alle 12.30

Luogo:    Arluno - c/o Belive, via Montale, 1

Si propongono attività per salvaguardare la salute e per prevenire l'invecchiamento fisiologico durante la terza età. Si raccomandano scarpe da ginnastica da usare solo in palestra e telo.

**Corso 24    Tai chi: le basi del movimento e della respirazione**

Docente:    MARCO ROSSIGNOLI (referente)

Durata:    8 incontri

Periodo:    dal 12 gennaio

Giorno:    giovedì

Ora:    15.00 – 16.00

Luogo:    Vittuone – “Verso Oriente” via Piave 27

Svolgeremo un preciso lavoro sui muscoli e sulle articolazioni per il miglioramento del benessere del corpo; lavoreremo insieme con attività che comportano attenzione alla postura, alla respirazione, alla concentrazione.



| Corso 25  | <b>Informatica di base</b>             |
|---|--|
| Docente:  | DOMENICO INNAMORATO                    |
| Durata:   | 18 incontri                            |
| Periodo:  | dal 14 novembre                        |
| Giorno:   | lunedì                                 |
| Ora:  | 14.30 – 16.00                          |
| Luogo:  | Pogliano - scuola Neglia, via Dante, 7 |
| <p>Cenni sulla struttura e sul funzionamento del computer; introduzione all'uso del pc per le attività di navigazione su internet, consultazione della posta elettronica; utilizzo del foglio di calcolo.</p> |  |

| Corso 26  | <b>Yoga per mente, corpo e spirito</b> |
|---|--|
| Docente:  | MATTEO D'APOLITO                       |
| Durata:   | 18 incontri                            |
| Periodo:  | dal 18 novembre                        |
| Giorno:   | venerdì                                |
| Ora:  | 16.30 – 18.00                          |
| Luogo:  | Pogliano – Palestra, via Garibaldi 21  |
| <p>Si proporranno attività per migliorare il controllo del corpo con attenzione alla postura, alla respirazione, alla concentrazione; affronteremo lo yoga come disciplina per il raggiungimento del benessere psicofisico.</p> |  |

**Corso 27      Inglese – livello di consolidamento**

Docente:      MARIA LUISA TOIA

Durata:        18 incontri

Periodo:       dal 18 novembre

Giorno:        venerdì

Ora:            14.30 – 16.00

Luogo:         Pogliano - scuola Neglia, via Dante, 7

Le attività sono rivolte a coloro che hanno una accettabile conoscenza; propongono un approfondimento della comunicazione verbale con riferimento all'attualità, alla cultura e alla società anglosassone.

**Corso 28      Economia domestica, bilancio familiare e finanza**

Docente:      NATALIA BANFI

Durata:        4 incontri

Periodo:       dal 14 novembre

Giorno:        lunedì

Ora:            16.30 – 18.00

Luogo:         Pogliano - scuola Neglia, via Dante, 7

Conoscere il linguaggio che tutti sentiamo al telegiornale, ma che solo in pochi comprendono; scoprire metodi per organizzare tempo e risorse, per imparare il risparmio, per pianificare (anche i pasti) e non sprecare più nulla.

| Corso 29   | <b>Meditazione attiva: le basi</b>     |
|--|--|
| Docente:   | STEFANIA CAPOLLA                       |
| Durata:  | 8 incontri                             |
| Periodo:   | dal 17 novembre                        |
| Giorno:  | giovedì                                |
| Ora:   | 16.30 -18.00                           |
| Luogo:   | Pogliano - scuola Neglia, via Dante, 7 |
| <p>La pratica delle Meditazioni Attive, con le sue molte basi musicali e un sempre diverso movimento fisico, aiuta il processo naturale del corpo/mente a caricarsi d'energia e a rilassarsi nel profondo, così da raggiungere la fase dello stato Meditativo.</p> |  |

| Corso 30   | <b>Meditazione attiva: per approfondire</b> |
|--|---|
| Docente:   | STEFANIA CAPOLLA                            |
| Durata:  | 8 incontri                                  |
| Periodo:   | dal 16 febbraio                             |
| Giorno:  | giovedì                                     |
| Ora:   | 16.30 -18.00                                |
| Luogo:   | Pogliano - scuola Neglia, via Dante, 7      |
| <p>Il corso è la naturale prosecuzione del primo livello; con il livello avanzato, la pratica è più intensa e impegnativa, si aggiungono alcune lezioni di teoria e la condivisione delle singole esperienze tra i partecipanti.</p> |   |

| Corso 31   | <b>Conferenze a tema sulla salute e il benessere</b> |
|--|--|
| Docente:   | Medici ed esperti                                    |
| Durata:  | 4/5 incontri   |
| Periodo:   | da gennaio   |
| Giorno:  | da definire  |
| Ora:   | da definire  |
| Luogo:   | Pogliano – Casa delle Stagioni                       |
| Ciclo di conferenze, condotte da medici e specialisti, legate alle tematiche della salute, della prevenzione e del benessere in collaborazione con Enti e Associazioni del territorio. |  |

## Per iscriversi ai corsi:

1. Registrarsi sul sito della UTE nelle giornate del 25 e del 26 ottobre;
2. selezionare i corsi desiderati – fino ad un massimo di 6 - avendo cura che non ci siano sovrapposizioni tra gli stessi;
3. recarsi presso gli uffici per provvedere al pagamento della quota di iscrizione di euro 70, mediante carte di credito o bancomat:

**Arluno**, Corso 26 Aprile 74,  
27, 28, 29 ottobre dalle 9 alle 12.30

**Pogliano**, Via Dante 7,  
27, 28 ottobre dalle 15 alle 18.