



OFFERTA FORMATIVA 2025/6

Elenco corsi relativi all'anno accademico 2025/2026

Università della Terza età Assemini APS

La Direzione Corsi dell'Università Terza età di Assemini si riserva di apportare modifiche al presente calendario e programma annuale, ampliandolo in itinere, migliorandolo e/o modificandolo anche in base alle risposte dei soci in fase di pre-iscrizione.

N.B.: La parte inerente l'area Linguistica sarà resa nota e disponibile per le pre-iscrizioni con un successivo calendario

	TITOLO DEL CORSO	DOCENTE	PROGRAMMA	MATERIALI ESSENZIALI	OBIETTIVO DEL CORSO	DURATA ORE (DATO VARIABILE)	NOTE
1	Antropologia fisica	LODDE MARCO	Storia dell'antropologia fisica. Scavo Antropologico. Lo scheletro umano. Diagnosi di sesso. Diagnosi di età alla morte. Calcolo Numero Minimo di Individui. Rito funerario. Paleopatologia. Indicatori di stress ergonomico. Patologie. Pratiche culturali. Trapanazioni craniche. Deformazioni. Patologie articolari. Patologie ossee infiammatorie. Ricostruzione del volto	Blocco per appunti	Obiettivi del corso: divulgare le scienze antropologiche		Sono previste delle masterclass o corso da Febbraio
2	Apicoltura "il fascino del ronzio"	NIOI FLAMINIA	Organizzazione della famiglia Vita dentro e fuori dall'arnia; organizzazione, lavoro e raccolti nel nostro territorio; Problematiche, ruolo e lavoro dell' apicoltore; Azioni pratiche necessarie ed applicabili nel nostro territorio	Blocco per appunti	Apprezzare il lavoro delle Api osservandolo con gli occhi di una apicoltrice. Possibilità di organizzare una successiva lezione in esterna, con contributo, nell'unico Apiario didattico presente in Sardegna presso il parco di Molentargius con eventuale degustazione dei mieli caratteristici del nostro territorio.		Da ridefinire ni(chiesto alla docente, notizie su eventuali decisioni prese)

3	ARCHEOLOGIA DEL TERRITORIO ASSEMINESE E DELLE AREE LIMITROFE	MAMELI FRANCESCO	Il corso si concentrerà sull'analisi e l'applicazione del metodo della ricerca archeologica sul patrimonio archeologico presente nel territorio comunale di Assemini (a partire da quello medievale e post medievale) e, quando necessario ai fini della definizione del contesto, dei territori dei comuni limitrofi, all'interno di un periodo cronologico che spazierà dal basso medioevo ai giorni nostri, senza trascurare le epoche precedenti. Importanza sarà data anche ai temi della comprensione del patrimonio culturale in ambito sardo, del suo utilizzo ai fini politico/sociali ed economico/turistici. Un approfondimento verrà dedicato al patrimonio culturale e identitario presente nella laguna di Santa Gilla, dalla preistoria all'archeologia industriale e contemporanea. Verranno affrontati anche i temi della sostenibilità culturale e dell'analisi del patrimonio paesaggistico.	A discrezione del corsista eventuale quaderno e penna per appunti; non è necessario nessun pre-requisito di base; smartphone o macchina fotografica (non indispensabili)	- Acquisire competenze di base riguardo il patrimonio culturale locale, nel suo complesso; - Conseguire padronanza e sensibilizzazione nei confronti del patrimonio culturale e paesaggistico locale, anche al fine di capire il contesto sociale e culturale del territorio; - Apprendere capacità preliminare per la realizzazione di raccolte dati e di indagine attraverso l'utilizzo di strumenti quali questionari, interviste, colloqui e comprendere le fasi fondamentali di analisi e valutazione dei risultati ottenuti; - Sviluppare capacità di analisi e valutazione critica relative al patrimonio archeologico e culturale locale.	24	16 Lezioni da 1,5 Ore ciascuna il giovedì Dalle 17.30 alle 19.00, nessun limite di iscritti
4	Ballo Sardo	ASSOCIAZIONE GRUPPO FOLK SAN PIETRO	Ballo Sardo legato alle tradizioni del territorio locale	Scarpe e abbigliamento comodo	Favorire la partecipazione attiva alle manifestazioni folkloristiche locali	12	pomeriggio

La Direzione Corsi dell'Università Terza età di Assemini si riserva di apportare modifiche al presente calendario e programma annuale, ampliandolo in itinere, migliorandolo e/o modificandolo anche in base alle risposte dei soci in fase di pre-iscrizione.

N.B.: La parte inerente l'area Linguistica sarà resa nota e disponibile per le pre-iscrizioni con un successivo calendario

	TITOLO DEL CORSO	DOCENTE	PROGRAMMA	MATERIALI ESSENZIALI	OBIETTIVO DEL CORSO	DURATA ORE (DATO VARIABILE)	NOTE
5	Botanica in Sardegna -	NIOI MARIO	Conoscenza della flora arborea ed erbacea; le parti componenti la struttura delle piante; vita e propagazione della specie; funzione clorofilliana; microclimi; la riproduzione; la potatura e gli innesti; patologia della pianta, cura e rimedi biologici. Tecniche degli innesti e tipi di innesti; tecniche e periodi della potatura; ambienti climatici e suoli; tecnica di riproduzione delle piante; coltivazioni in pieno campo e orto condiviso; patologie fungine e parassiti; metodi di difesa; metodi di difesa biologica ed ecosostenibile	Quaderno e penna per appunti	Rispetto della natura e conoscenza dei suoi cicli; conoscenza dei bioritmi; sviluppare un atteggiamento di osservazione e di indagine; conoscenza dell'ambiente circostante	15	Inizia martedì 28 ott. 2025. Orario dalle 09.00 alle 10.30. Durata tutto l'anno. Partecipanti 50.
6	Chitarra base	UCCHESU DANIELE	Conoscere lo strumento. Accordare lo strumento. Postura. Note sulla tastiera. Principali accordi. La ritmica. Giri armonici. Suonare un semplice brano	Chitarra, preferibilmente classica	Il corsista, al termine delle lezioni, sarà in grado di suonare brani semplici e avrà ottenuto le basi per proseguire al livello intermedio	10	Sono previste più edizioni

La Direzione Corsi dell'Università Terza età di Assemini si riserva di apportare modifiche al presente calendario e programma annuale, ampliandolo in itinere, migliorandolo e/o modificandolo anche in base alle risposte dei soci in fase di pre-iscrizione.

N.B.: La parte inerente l'area Linguistica sarà resa nota e disponibile per le pre-iscrizioni con un successivo calendario

	TITOLO DEL CORSO	DOCENTE	PROGRAMMA	MATERIALI ESSENZIALI	OBIETTIVO DEL CORSO	DURATA ORE (DATO VARIABILE)	NOTE
7	I mille segreti della Maglia	PIRAS GIOVANNA	Per chi non ha mai lavorato a maglia ma anche per chi sa lavorare a maglia; per chi si sente insicuro su scalfi, scolli, rifiniture del capo; come avviare le maglie. Aumenti e diminuzioni. Chiusura maglie. Avvio tubolare. Come leggere il modello. Punti base. Imparare la lettura dei punti. Imparare la lettura degli schemi dei punti. Lavorazione a più colori. Cucitura delle parti	Strumenti base per la maglia (ferri e lana anche di recupero per i neofiti); riviste con modelli e schemi; altre indicazioni saranno fornite alla prima lezione	Acquisire competenze di base per la creazione di manufatti artigianali; stimolare la socializzazione e il piacere della condivisione attraverso la manualità, la creatività e lo scambio di tecniche classiche ma anche innovative.	18	9 lezioni da due ore; Lunedì dalle 10.00 alle 12.00 Aula 2 di via Sacco
8	Educazione Emozionale – parte 1 "Come gli alberi"	LOI BENEDETTA	Utilizza la metafora dell'albero per guidare le persone in un viaggio di scoperta di sé, delle proprie radici interiori e del proprio potenziale. Pratiche di: comunicazione positiva; di ascolto attivo ed empatia; autostima sicurezza e fiducia; pensieri, emozioni, sentimenti; connessione al proprio proposito di vita; approcci olistici di pensiero ed azione	Quaderno e penna ed eventuali materiali in corso d'opera	• Promuovere la consapevolezza emotiva e la conoscenza di sé. • Sviluppare competenze relazionali ed empatiche. • Migliorare la capacità di gestione e regolazione emotiva. • Favorire la comunicazione autentica e la gratitudine. • Offrire strumenti concreti per coltivare benessere e serenità nella vita personale e sociale.	12	8 Lezioni da 1,5 ore, via sacco aula 1 ogni lunedì mattina dalle 9.30 alle 11.00

La Direzione Corsi dell'Università Terza età di Assemini si riserva di apportare modifiche al presente calendario e programma annuale, ampliandolo in itinere, migliorandolo e/o modificandolo anche in base alle risposte dei soci in fase di pre-iscrizione.

N.B.: La parte inerente l'area Linguistica sarà resa nota e disponibile per le pre-iscrizioni con un successivo calendario

	TITOLO DEL CORSO	DOCENTE	PROGRAMMA	MATERIALI ESSENZIALI	OBIETTIVO DEL CORSO	DURATA ORE (DATO VARIABILE)	NOTE
9	Educazione Emozionale – parte 2 "Come gli alberi	Benedetta Loi	Questo secondo modulo monotematico è il proseguimento organico e profondamente collegato al cammino già intrapreso. Invita i partecipanti ad approfondire una singola dimensione emotiva, per integrarla in modo più consapevole nella propria quotidianità. Ogni incontro si trasforma in un terreno fertile in cui coltivare il sentire, affinare la consapevolezza e dare nuova linfa alla propria crescita personale.	Aver partecipato alle lezioni del primo modulo. Quaderno e penna ed eventuali materiali in corso d'opera	Il modulo si propone di: • Ripassare e comprendere le emozioni di base (gioia, paura, rabbia, tristezza, disgusto, sorpresa) e il loro significato evolutivo. • Offrire strumenti per riconoscere e gestire le emozioni nel quotidiano. • Favorire lo sviluppo di competenze emotive fondamentali (autoconsapevolezza, empatia, regolazione emotiva). • Rafforzare la connessione tra pensiero, corpo e sentimento. • Coltivare atteggiamenti interiori di gratitudine, presenza, fiducia e perdono come leve di benessere e libertà interiore.	12	8 Lezioni da 1,5 ore, via sacco aula 1 ogni lunedì mattina dalle 11.00 alle 12.30

La Direzione Corsi dell'Università Terza età di Assemini si riserva di apportare modifiche al presente calendario e programma annuale, ampliandolo in itinere, migliorandolo e/o modificandolo anche in base alle risposte dei soci in fase di pre-iscrizione.

N.B.: La parte inerente l'area Linguistica sarà resa nota e disponibile per le pre-iscrizioni con un successivo calendario

	TITOLO DEL CORSO	DOCENTE	PROGRAMMA	MATERIALI ESSENZIALI	OBIETTIVO DEL CORSO	DURATA ORE (DATO VARIABILE)	NOTE
10	Ginnastica dolce	PALESTRA IS MOLENTIS	Gli esercizi nello specifico consistono in movimenti lenti e naturali, senza sovraccaricare le articolazioni, ma che comunque rafforzano il tono muscolare	Certificato medico per attività sportiva non agonistica in corso di validità annuale da depositare in segreteria in Via Sacco prima dell'inizio delle attività; abbigliamento sportivo e scarpe di ricambio	Esercizi facilmente gestibili dal soggetto, che migliorino l'autonomia, l'autosufficienza, la percezione del movimento e le capacità motorie globali, incentivando la socializzazione ed il piacere di fare sport divertendosi	9	Sono previste più edizioni. 3 lezioni settimanali da 45 minuti. Per 4 settimane

La Direzione Corsi dell'Università Terza età di Assemini si riserva di apportare modifiche al presente calendario e programma annuale, ampliandolo in itinere, migliorandolo e/o modificandolo anche in base alle risposte dei soci in fase di pre-iscrizione.

N.B.: La parte inerente l'area Linguistica sarà resa nota e disponibile per le pre-iscrizioni con un successivo calendario

	TITOLO DEL CORSO	DOCENTE	PROGRAMMA	MATERIALI ESSENZIALI	OBIETTIVO DEL CORSO	DURATA ORE (DATO VARIABILE)	NOTE
11	Ginnastica Posturale	PALESTRA HUNDRED DI CANNELLA	Lezioni pratiche di gruppo di ginnastica a corpo libero e/o con l'ausilio di piccoli attrezzi specifici per la rieducazione posturale durante le quali si parlerà di: principi posturali, consapevolezza corporea e respirazione.	Certificato medico per attività sportiva non agonistica in corso di validità annuale da depositare in segreteria in Via Sacco prima dell'inizio delle attività; abbigliamento sportivo, telo sportivo e calze di ricambio	Migliorare la flessibilità e la mobilità del corpo. Acquisire consapevolezza del movimento quotidiano attraverso la conoscenza dei muscoli coinvolti.	4	Sono previste più edizioni
12	Il fenomeno del banditismo in Sardegna dal 600 all'800	NIOI MARIO	personaggi e figure del banditismo in Sardegna; contesto culturale e sociale; cause; origine; interventi da parte dello Stato; conseguenze del fenomeno sul territorio.	Blocco per appunti	Conoscenza del periodo storico, sociale e culturale in cui si sviluppò il Banditismo in Sardegna	15	Sono previste due edizioni

La Direzione Corsi dell'Università Terza età di Assemini si riserva di apportare modifiche al presente calendario e programma annuale, ampliandolo in itinere, migliorandolo e/o modificandolo anche in base alle risposte dei soci in fase di pre-iscrizione.

N.B.: La parte inerente l'area Linguistica sarà resa nota e disponibile per le pre-iscrizioni con un successivo calendario

	TITOLO DEL CORSO	DOCENTE	PROGRAMMA	MATERIALI ESSENZIALI	OBIETTIVO DEL CORSO	DURATA ORE (DATO VARIABILE)	NOTE
13	Informatica di base	DI MAGGIO GIORGIO	informatica di base; organizzazione archivio informatico; compilazione file PDF; SPID; CIE.	Computer portatile con sistema operativo Windows	Apprendere le conoscenze di base per operare in modo autonomo nelle attività Tipiche dell'utilizzo del computer	7	Ogni martedì dalle 10.00 alle 11.00 in via Sacco – aula 1
14	Laboratorio Di montaggio video	DI MAGGIO GIORGIO	Illustrazione, istruzione e uso del programma freeware per montaggio video con utilizzo di foto e video personali oltre a musiche esenti da diritto di autore	Prerequisito, possesso e capacità di utilizzo di un personal computer, Windows 10 o ver. successive		7	Ogni martedì dalle 11.00 alle 12.00, via Sacco aula 1

La Direzione Corsi dell'Università Terza età di Assemini si riserva di apportare modifiche al presente calendario e programma annuale, ampliandolo in itinere, migliorandolo e/o modificandolo anche in base alle risposte dei soci in fase di pre-iscrizione.

N.B.: La parte inerente l'area Linguistica sarà resa nota e disponibile per le pre-iscrizioni con un successivo calendario

	TITOLO DEL CORSO	DOCENTE	PROGRAMMA	MATERIALI ESSENZIALI	OBIETTIVO DEL CORSO	DURATA ORE (DATO VARIABILE)	NOTE
15	LIS - La Lingua dei segni - BASE	LEDDA LUCIANA PANI CLAUDIA e altri	È una lingua che viaggia sul canale visivo-gestuale, integro nelle persone sorde, e ciò consente loro pari opportunità di accesso alla comunicazione. Accenni dell'importanza sociale e culturale; presentazione di alcune regole grammaticali, sintattiche, morfologiche e lessicali; la configurazione, la posizione, il movimento delle mani; l'espressione facciale, la postura, ecc. Lavori di gruppo tenuti da insegnanti sordi qualificati	Blocco per appunti, voglia di apprendere e predisposizione all'accoglienza dell'altro in quanto individuo.	Percorso di inclusione e sensibilizzazione verso ciò che appare diverso da noi ma non lo è. Conoscenza di una nuova lingua che permetta l'integrazione sociale e crei maggiore coesione tra partecipanti. Creazione di una cultura che valorizzi la diversità in quanto ricchezza e non limite; abbattimento concreto di barriere linguistiche che impediscono alle persone l'autodeterminazione e la realizzazione all'interno di qualunque società che si possa definire civile.	15	Sono previste 10 LEZIONI DA 1,5 Via Carmine, lunedì dalle 17.00 alle 18.30

La Direzione Corsi dell'Università Terza età di Assemini si riserva di apportare modifiche al presente calendario e programma annuale, ampliandolo in itinere, migliorandolo e/o modificandolo anche in base alle risposte dei soci in fase di pre-iscrizione.

N.B.: La parte inerente l'area Linguistica sarà resa nota e disponibile per le pre-iscrizioni con un successivo calendario

	TITOLO DEL CORSO	DOCENTE	PROGRAMMA	MATERIALI ESSENZIALI	OBIETTIVO DEL CORSO	DURATA ORE (DATO VARIABILE)	NOTE
16	LIS - La lingua dei segni - AVANZATO	LEDDA LUCIANA PANI CLAUDIA e altri	Verranno ripresi i segni e le regole grammaticali assimilate al primo livello, verrà raffinata la capacità comunicativa visivo gestuale e saranno preparate 2 canzoni in lingua dei segni secondo la filosofia venezuelana del coro Manos Blancas	Aver frequentato il corso base	Migliorare le capacità comunicative in LIS e preparare un breve spettacolo di restituzione del percorso intrapreso con l'interpretazione di due canzoni insieme al vero coro Manos Blancas Sardo "MusicaLIS" costituito da persone sorde.	15	Sono previste 10 LEZIONI DA 1,5 Via Carmine, lunedì dalle 18.30 alle 20.00
17	La Pubblica Amministrazione a portata di mano	CARTA SIMONE	Si studierà il funzionamento degli enti pubblici, dal Comune allo Stato, con particolare riferimento alla struttura costituzionale italiana e cercando di semplificare la complessità della realtà della PA italiana.	-Blocco per appunti e penna - copia della costituzione italiana, anche in formato digitale sullo smartphone	Comprendere il funzionamento della pubblica amministrazione italiana ad ogni livello, sia comunale, regionale o statale. Sviluppare l'interesse e fornire gli strumenti per comprendere i temi di attualità che si sentono in tv o si leggono nei giornali	15	10 Lezioni da 1,5 ore ciascuna, via Sacco dalle 17 alle 18.30. Previste visite esterne

La Direzione Corsi dell'Università Terza età di Assemini si riserva di apportare modifiche al presente calendario e programma annuale, ampliandolo in itinere, migliorandolo e/o modificandolo anche in base alle risposte dei soci in fase di pre-iscrizione.

N.B.: La parte inerente l'area Linguistica sarà resa nota e disponibile per le pre-iscrizioni con un successivo calendario

	TITOLO DEL CORSO	DOCENTE	PROGRAMMA	MATERIALI ESSENZIALI	OBIETTIVO DEL CORSO	DURATA ORE (DATO VARIABILE)	NOTE
18	Astrofisica	Piras angelo antonio	Il corso prevede di avviare i soci alla conoscenza dei principi generali di fisica moderna fino alla fisica quantistica, i principi di Einstein, Plank, e presentazione dell'osservatorio di san Basilio e del nuovo progetto dell'Einstein telescope	Quaderno, penna e interesse/curiosità per la materia	Rendere semplice la comprensione di fenomeni fisici complessi senza l'utilizzo di formule matematiche ma con i soli esempi per mezzo di slide e video	15	Ogni mercoledì in via Carmine, dalle 11.00 alle 12.30
19	Launeddas: un antico strumento musicale (laboratorio di teoria e pratica)	LECIS SERGIO	Teoria e storia dello strumento; esercizi e lavori individuali/gruppo sul fiato e sul suono	Le indicazioni saranno fornite dal docente	Approccio teorico e pratico alle "launeddas" che hanno una storia ininterrotta di 2500 anni sulla terra sarda e sono sopravvissute alla cultura tribale dell'età del bronzo, adattandosi ai continui cambiamenti di una società in evoluzione e arrivando ad essere, come oggi le troviamo, parte integrante della comunità agricola del XX secolo. Strumento a fiato composto di tre canne nonché potente mezzo di coesione in ogni epoca.	20	

La Direzione Corsi dell'Università Terza età di Assemini si riserva di apportare modifiche al presente calendario e programma annuale, ampliandolo in itinere, migliorandolo e/o modificandolo anche in base alle risposte dei soci in fase di pre-iscrizione.

N.B.: La parte inerente l'area Linguistica sarà resa nota e disponibile per le pre-iscrizioni con un successivo calendario

	TITOLO DEL CORSO	DOCENTE	PROGRAMMA	MATERIALI ESSENZIALI	OBIETTIVO DEL CORSO	DURATA ORE (DATO VARIABILE)	NOTE
20	Le origini della Filosofia Occidentale	URRU MARIA ASSUNTA	Le origini della filosofia occidentale e la comparazione con la filosofia orientale. La scuola ionica La scuola eleatica Eraclito I fisici pluralisti I pitagorici Democrito I sofisti Socrate Platone Aristotele Le filosofie ellenistiche	Quaderno e penna; Pc e/ o cellulare; eventuali materiali suggeriti durante lo svolgimento del programma	Acquisire gli elementi principali della filosofia occidentale con particolare riferimento ai seguenti ambiti :il discorso intorno alla conoscenza (Gnoseologia), intorno alle origini dell'universo (Cosmologia), intorno all'essere (Ontologia)Elementi di etica e Logica	10	due ore ogni 15 gg

La Direzione Corsi dell'Università Terza età di Assemini si riserva di apportare modifiche al presente calendario e programma annuale, ampliandolo in itinere, migliorandolo e/o modificandolo anche in base alle risposte dei soci in fase di pre-iscrizione.

N.B.: La parte inerente l'area Linguistica sarà resa nota e disponibile per le pre-iscrizioni con un successivo calendario

	TITOLO DEL CORSO	DOCENTE	PROGRAMMA	MATERIALI ESSENZIALI	OBIETTIVO DEL CORSO	DURATA ORE (DATO VARIABILE)	NOTE
21	L'Intreccio nella tradizione Sarda base	LOI LUISELLA	L'importanza dell'intreccio nella cultura e nella tradizione sarda - La tecnica dell'intreccio e lo studio dei materiali.	Un copri gambe spesso per proteggersi (es: un grembiule molto spesso per proteggersi dall'ago); un ago con cruna molto larga di lunghezza 15 cm (ulteriori indicazioni le darà la docente); rafia naturale o sintetica; forbicine e buona vista!	Apprendere la tecnica base dell'intreccio	10,5	Aula 1 di via Sacco, il giovedì dalle 15.30 alle 17.00

La Direzione Corsi dell'Università Terza età di Assemini si riserva di apportare modifiche al presente calendario e programma annuale, ampliandolo in itinere, migliorandolo e/o modificandolo anche in base alle risposte dei soci in fase di pre-iscrizione.

N.B.: La parte inerente l'area Linguistica sarà resa nota e disponibile per le pre-iscrizioni con un successivo calendario

	TITOLO DEL CORSO	DOCENTE	PROGRAMMA	MATERIALI ESSENZIALI	OBIETTIVO DEL CORSO	DURATA ORE (DATO VARIABILE)	NOTE
22	L'Intreccio nella tradizione Sarda avanzato	LOI LUISELLA	L'importanza dell'intreccio nella cultura e nella tradizione sarda - La tecnica dell'intreccio e lo studio dei materiali.	Un copri gambe spesso per proteggersi (es: un grembiule molto spesso per proteggersi dall'ago); un ago con cruna molto larga di lunghezza 15 cm (ulteriori indicazioni le darà la docente); rafia naturale o sintetica; forbicine e buona vista!	Apprendere la tecnica base dell'intreccio	10.5	Sono previste 7 lezioni ogni venerdì dalle 10.30 alle 12.00 in via sacco aula 1
23	Lo spazio del Teatro (laboratoriale)	ANGIONI PAOLO	Fondamentali di recitazione per il teatro, lettura espressiva, improvvisazione	Abbigliamento comodo	Migliorare le possibilità espressive e relazionali attraverso il teatro	25	
24	Alimentazione sana: linee guida	MARCASSOLI SIMONA	- la nuova piramide alimentare; -la sua storia e le sue controindicazioni	Blocco per appunti (se si desidera)	Acquisire la consapevolezza dell'importanza di una sana alimentazione e motivare ad adottarla mettendola in pratica nella quotidianità	26	lunedì 11-12

La Direzione Corsi dell'Università Terza età di Assemini si riserva di apportare modifiche al presente calendario e programma annuale, ampliandolo in itinere, migliorandolo e/o modificandolo anche in base alle risposte dei soci in fase di pre-iscrizione.

N.B.: La parte inerente l'area Linguistica sarà resa nota e disponibile per le pre-iscrizioni con un successivo calendario

	TITOLO DEL CORSO	DOCENTE	PROGRAMMA	MATERIALI ESSENZIALI	OBIETTIVO DEL CORSO	DURATA ORE (DATO VARIABILE)	NOTE
25	Curiamo la nutrizione dei nostri amici pelosetti	MARCASSOLI SIMONA	La nutrizione animale è la scienza che studia come gli animali ottengono e utilizzano i nutrienti dal cibo per la crescita, l'energia, la riparazione e il benessere generale Focus sull'alimentazione degli animali domestici linee guida, consigli e chiarimenti per tenerli in salute e prevenire patologie	Blocco per appunti (se si desidera)	Prevenire e rendere consapevoli i proprietari di cani, gatti e non solo dell'importanza di una sana alimentazione per tutelare il benessere di tutti i nostri amici pelosetti	26	lunedì 11-12
26	Pittura ad olio- modulo base	LAI GIULIANA	Introdurre alla tecnica dei colori ad olio, ai materiali e al processo di realizzazione di un disegno Conoscere la grammatica pittorica di base: la gestione della pennellata, le stesure, le campiture, le sfumature, le gradazioni, la miscelazione dei colori Imparare come arrivare a una corretta resa chiaroscurale e cromatica a partire da una reference fotografica Realizzare un'intera opera artistica	Tele, pennelli, colori a olio, solventi, strofinacci, tavolozza, matite	Questo corso è progettato per permettere a chiunque, sia neofiti che utenti con alle spalle già un'esperienza artistica, di acquisire le tecniche base e i fondamenti della pittura ad olio - creare un dipinto in autonomia	10	5 lezioni da due ore. Via sacco , aula 2, dalle 15.30 alle 17.30

La Direzione Corsi dell'Università Terza età di Assemini si riserva di apportare modifiche al presente calendario e programma annuale, ampliandolo in itinere, migliorandolo e/o modificandolo anche in base alle risposte dei soci in fase di pre-iscrizione.

N.B.: La parte inerente l'area Linguistica sarà resa nota e disponibile per le pre-iscrizioni con un successivo calendario

	TITOLO DEL CORSO	DOCENTE	PROGRAMMA	MATERIALI ESSENZIALI	OBIETTIVO DEL CORSO	DURATA ORE (DATO VARIABILE)	NOTE
27	Scrittura creativa	UCCHESU DANIELE	Si andrà ad esplorare e imparare la struttura di una storia, cos'è il plot, la trama, come si delineano i personaggi, come si definisce uno stile	Carta e penna	In questo laboratorio creativo, la persona, attraverso la scrittura creativa e narrativa, esplora sé stessa, i suoi bisogni, le sue paure	12	Sono previste più edizioni

La Direzione Corsi dell'Università Terza età di Assemini si riserva di apportare modifiche al presente calendario e programma annuale, ampliandolo in itinere, migliorandolo e/o modificandolo anche in base alle risposte dei soci in fase di pre-iscrizione.

N.B.: La parte inerente l'area Linguistica sarà resa nota e disponibile per le pre-iscrizioni con un successivo calendario

	TITOLO DEL CORSO	DOCENTE	PROGRAMMA	MATERIALI ESSENZIALI	OBIETTIVO DEL CORSO	DURATA ORE (DATO VARIABILE)	NOTE
28	Archeologia -Civiltà antiche e Sardegna Preistorica	MONTALBANO PIERLUIGI	Panoramica introduttiva allo sviluppo delle prime grandi civiltà del vicino oriente e al ruolo della Sardegna nel quadro archeologico del mediterraneo	Blocco per appunti (se si desidera)	Fornire agli studenti una solida base per comprendere le dinamiche archeologiche e storiche delle grandi civiltà del passato con uno sguardo approfondito e originale sulla Sardegna e il suo ruolo nell'antichità	20	10 lezioni da 2 ore nell'aula di via Carmine, ogni martedì dalle 16.00 alle 18.00

29	Smartphone	MOLINU GIANLUCA	Acquisto e primo utilizzo dello smartphone: introduzione all'accensione, spegnimento e configurazione iniziale del dispositivo. Creazione e gestione di un account Google (Gmail): importanza di avere un account per l'uso dello smartphone e istruzioni per crearne uno. Impostazioni iniziali e principali: configurazione della lingua, data e ora, volume, modalità silenziosa, rubrica, suonerie e notifiche. Connessione a internet: nozioni di base sulla connessione Wi-Fi e sui dati mobili, e come gestire le connessioni di rete. Gestione dei contatti: come salvare, modificare e organizzare i contatti nella rubrica telefonica. Uso delle applicazioni di comunicazione: invio di messaggi, effettuare chiamate, utilizzo di WhatsApp e email per la comunicazione. Navigazione in internet: utilizzo del browser per la ricerca su internet e introduzione alle app di navigazione. Utilizzo delle app di base: messaggi, calcolatrice, orologio, calendario, e come scaricare e gestire applicazioni dallo store. Fotocamera e gestione delle immagini: come scattare foto, registrare video, salvare, visualizzare e organizzare immagini e video sullo smartphone. Gestione dei file: introduzione a come trovare, organizzare e gestire file e documenti sul dispositivo. Nozioni base di sicurezza: come proteggere i dati personali attraverso	Smartphone (Android); quaderno per appunti	Acquisire le competenze di base per iniziare a utilizzare uno smartphone in modo autonomo; Creare e gestire un account Google (Gmail); Imparare a gestire contatti, immagini e file sul dispositivo; Sviluppare le basi per navigare tra le impostazioni e comprendere le funzioni principali di uno smartphone.	9	Sono previste più edizioni
----	------------	--------------------	---	--	--	---	----------------------------

			l'impostazione di PIN, password, e altre misure di sicurezza. Manutenzione del dispositivo e gestione dello spazio di archiviazione: come liberare spazio sul dispositivo e mantenere le prestazioni ottimali dello smartphone				
30	Letteratura Italiana	RUGGERI BENEDETTA	Temi della Letteratura Italiana dalla fine dell'800 a tutto il 900	A discrezione del corsista eventuale quaderno e penna per appunti	Fornire una conoscenza di base	25	

La Direzione Corsi dell'Università Terza età di Assemini si riserva di apportare modifiche al presente calendario e programma annuale, ampliandolo in itinere, migliorandolo e/o modificandolo anche in base alle risposte dei soci in fase di pre-iscrizione.

N.B.: La parte inerente l'area Linguistica sarà resa nota e disponibile per le pre-iscrizioni con un successivo calendario

	TITOLO DEL CORSO	DOCENTE	PROGRAMMA	MATERIALI ESSENZIALI	OBIETTIVO DEL CORSO	DURATA ORE (DATO VARIABILE)	NOTE
31	Le religioni nella storia	OBRANO CARMELO	impatto della cultura religiosa nella storia antica, moderna e contemporanea	A discrezione del corsista eventuale quaderno e penna per appunti;	Conoscenza delle varie Religione nel Mondo e loro impatto nella società attuale	15	Mercoledì dalle 16 alle 17.30
32	Storia dell'Arte Contemporanea	MASALA MONICA	Storia dell'arte contemporanea – uno sguardo ai movimenti artistici susseguiti dall'800 ai giorni nostri	A discrezione del corsista eventuale quaderno e penna per appunti; non è necessario nessun pre-requisito di base	il corso si propone di approcciare in maniera sistemica il discente in modo che questo, riesca ad effettuare in autonomia gli stili e la comprensione delle correnti artistiche dall'800 ai nostri giorni	6	
33	Storia dell'Arte la Cappella sistina	FAIS RUBEN	Il corso verte sullo studio della decorazione, funzione e simbologia di un monumento. La Cappella Sistina. Saranno analizzati vari aspetti quali l'origine storica, gli artisti e i committenti, le funzioni religiose e politiche. Sveleremo la complessa simbologia di uno dei luoghi della cristianità più famosi del mondo che rappresenta il culmine del rinascimento a Roma e una delle più alte espressioni dell'animo umano	A discrezione del corsista eventuale quaderno e penna per appunti; non è necessario nessun pre-requisito di base	Il corso si propone di ritagliare un percorso didattico specifico per un pubblico adulto curato secondo i metodi della pedagogia sperimentale. La didattica avrà come obiettivo quello di trasmettere conoscenze mirate che permettano di acquisire informazioni utili e un metodo efficace di analisi spendibile in piena autonomia, durante un viaggio, una visita ad un monumento o in un museo. Il corso non si pone dunque come scopo quello di trasmettere il dato minuto ma educare lo sguardo e la mente alla comprensione dell'insieme	14	A settimana e alterne il giovedì dalle 15.30 alle 17.30

La Direzione Corsi dell'Università Terza età di Assemini si riserva di apportare modifiche al presente calendario e programma annuale, ampliandolo in itinere, migliorandolo e/o modificandolo anche in base alle risposte dei soci in fase di pre-iscrizione.

N.B.: La parte inerente l'area Linguistica sarà resa nota e disponibile per le pre-iscrizioni con un successivo calendario

	TITOLO DEL CORSO	DOCENTE	PROGRAMMA	MATERIALI ESSENZIALI	OBIETTIVO DEL CORSO	DURATA ORE (DATO VARIABILE)	NOTE
34	Storia di Sardegna: la Reale Amministrazione delle Torri di Sardegna	CANNAS MARIO	storia e storie di Cagliari e della Sardegna con particolare attenzione alla narrazione di tutta la vita che si svolse intorno alla costruzione ed alla vita dell'infinità di Torri sparse nel territorio (ubicazione, tipologia, postazioni mobili, notizie e curiosità, lo stato di conservazione, etc.)	A discrezione del corsista eventuale quaderno e penna per appunti; non è necessario nessun pre-requisito di base	Acquisizione di una parte importante e spesso trascurata della Storia della Sardegna che riguarda le torri costiere attraverso la narrazione di storie ed eventi. "La Reale amministrazione delle torri" nasce infatti nel 1583 ed aveva il compito di pianificare la costruzione di nuove torri oltre che provvedere alla loro manutenzione. Al termine vi sarà la possibilità di effettuare le lezioni in esterna con anche la visita alla Mostra Cannas-Monagheddu, custodita all'interno della torre di Torre Grande curata dallo stesso docente che tiene le lezioni.	12	Dalle 10.30 alle 12.00 giovedì in via Sacco aula 2

La Direzione Corsi dell'Università Terza età di Assemini si riserva di apportare modifiche al presente calendario e programma annuale, ampliandolo in itinere, migliorandolo e/o modificandolo anche in base alle risposte dei soci in fase di pre-iscrizione.

N.B.: La parte inerente l'area Linguistica sarà resa nota e disponibile per le pre-iscrizioni con un successivo calendario

	TITOLO DEL CORSO	DOCENTE	PROGRAMMA	MATERIALI ESSENZIALI	OBIETTIVO DEL CORSO	DURATA ORE (DATO VARIABILE)	NOTE
35	Lingua Inglese livello Base	Adelina Bizzarro	Il corso è rivolto ai principianti, si darà predominanza al dialogo e alle regole di base che permetteranno di esprimersi in maniera semplice.	Materiale per Appunti	L'obiettivo è di permettere agli studenti la Comprensione di un piccolo testo scritto: Produzione di un testo scritto: Capacità di comprensione di un piccolo testo orale: Produzione e interazione orale. Tutti riguardanti argomenti sulla sfera familiare, sentimenti e interessi personali	15	Martedì dalle 18.00 alle 19.00 via Carmine

36	Lingua Inglese livello A2 +	Camilla Vargiu	Il corso propone un approccio pratico e semplice nelle situazioni di vita quotidiana. Attraverso attività guidate, brevi dialoghi e piccoli esercizi in coppia, i partecipanti riprenderanno e consolideranno le competenze già affrontate tipo : presentarsi, scambiare informazioni personali, usare numeri e date, e descrivere in modo essenziale la propria vita quotidiana. L'approccio sarà graduale e orientato alla comunicazione, con un'atmosfera rilassata e partecipativa. Durante il corso verranno affrontati semplici situazioni di comunicazione utili nella vita di tutti i giorni, tra cui: · Shopping e ristorante: chiedere prezzi, fare acquisti, ordinare cibo e bevande, capire un menu. · Viaggi e spostamenti: chiedere indicazioni, usare mezzi di trasporto, prenotare una camera o un biglietto. · Tempo libero e attività quotidiane: parlare di hobby, invitare qualcuno, descrivere piani e preferenze.		· Rafforzare e ampliare le basi dell'inglese già acquisite. · Comunicare in modo semplice in situazioni quotidiane (shopping, ristorante, viaggi). · Comprendere e utilizzare frasi utili per chiedere informazioni, esprimere necessità e descrivere attività personali. · Arricchire il vocabolario di base e migliorare la sicurezza nel parlare. · Favorire la partecipazione attiva attraverso brevi dialoghi ed esercizi pratici.	15	Lunedì dalle 15.00 alle 16.30
----	-----------------------------	----------------	---	--	---	----	-------------------------------

La Direzione Corsi dell'Università Terza età di Assemini si riserva di apportare modifiche al presente calendario e programma annuale, ampliandolo in itinere, migliorandolo e/o modificandolo anche in base alle risposte dei soci in fase di pre-iscrizione.

N.B.: La parte inerente l'area Linguistica sarà resa nota e disponibile per le pre-iscrizioni con un successivo calendario

	TITOLO DEL CORSO	DOCENTE	PROGRAMMA	MATERIALI ESSENZIALI	OBIETTIVO DEL CORSO	DURATA ORE (DATO VARIABILE)	NOTE
			· Salute e necessità personali: esprimere bisogni semplici (es. <i>I need help, I feel tired</i>). Ripasso e ampliamento del vocabolario di base: oggetti quotidiani, luoghi della città, verbi e frasi utili.				

La Direzione Corsi dell'Università Terza età di Assemini si riserva di apportare modifiche al presente calendario e programma annuale, ampliandolo in itinere, migliorandolo e/o modificandolo anche in base alle risposte dei soci in fase di pre-iscrizione.

N.B.: La parte inerente l'area Linguistica sarà resa nota e disponibile per le pre-iscrizioni con un successivo calendario

	TITOLO DEL CORSO	DOCENTE	PROGRAMMA	MATERIALI ESSENZIALI	OBIETTIVO DEL CORSO	DURATA ORE (DATO VARIABILE)	NOTE
37	INGLESE - conversazione in lingua RISERVATO AI POSSESSORI dai B2 in su	ORRU STEFANO	Approfondimenti sulla fonetica, l'origine dei nomi, toponomastica, filologia Storia e cultura Britannica Come comportarsi con i problemi sanitari all'estero Gastronomia, cultura culinaria e tradizioni nel Regno Unito NB: Si parla esclusivamente in lingua inglese religioni		Il corso si svilupperà a moduli. Incontrarsi per praticare, ravvivare e tenere viva la conoscenza della Lingua Nel programma alcuni spunti di conversazione che però poi saranno decisi collegialmente dal gruppo NB: il programma adeguerà la scansione temporale degli argomenti sia grammaticali che tematici alle esigenze del gruppo classe	1 mese a modulo	due volte 1 ORA la settimana a scelta IL mart e giov SOLO DOPO LE 18 una settimana al mese è nel REGNO UNITO

La Direzione Corsi dell'Università Terza età di Assemini si riserva di apportare modifiche al presente calendario e programma annuale, ampliandolo in itinere, migliorandolo e/o modificandolo anche in base alle risposte dei soci in fase di pre-iscrizione.

N.B.: La parte inerente l'area Linguistica sarà resa nota e disponibile per le pre-iscrizioni con un successivo calendario

	TITOLO DEL CORSO	DOCENTE	PROGRAMMA	MATERIALI ESSENZIALI	OBIETTIVO DEL CORSO	DURATA ORE (DATO VARIABILE)	NOTE
38	"L'orto condiviso di Nonno Antonino"	UNITRE ASSEMINI	Condivisione e cura di uno o più soci di un lotto di terreno assegnato gratuitamente dal Direttivo. La cura del proprio lotto consente al socio di incrementare le proprie conoscenze e scambiare esperienze e prodotti con gli altri compagni di coltivazione. Gli associati hanno a disposizione Prof. Nioi Mario che li segue e controlla che tutto sia coltivato biologicamente, pronto a dare consigli a chi non ha il pollice verde, supervisionando le attività e rispondendo anche a richieste e dubbi sulle coltivazioni. NB: Il regolamento definitivo sarà a disposizione dal mese di gennaio 2025.	Si accede in seguito a richiesta scritta al Direttivo e solo dopo aver frequentato il corso di Botanica.	Miglioramento della connettività ecologica; Miglioramento dell'accettazione sociale; favorire ed educare ad una sana alimentazione Promuovere il senso di responsabilità dei singoli attraverso l'accudimento dell'orto, favorire la circolazione dei "saperi" (ricette, tecniche di coltivazione, biologico, tradizioni, filiera corta, alimentazione sostenibile ecc.). Educare alla cura e al rispetto dell'ambiente per favorire uno sviluppo sostenibile. Favorire lo sviluppo di un "pensiero scientifico": saper descrivere, argomentare, ascoltare; saper riconoscere e mettere in relazione semi, piante, fiori, frutti; saper porre problemi e formulare ipotesi e soluzioni; saper utilizzare un linguaggio specifico. Migliorare i rapporti interpersonali. Favorire la collaborazione e la condivisione. Facilitare e promuovere esperienze fortemente inclusive	annuale	

La Direzione Corsi dell'Università Terza età di Assemini si riserva di apportare modifiche al presente calendario e programma annuale, ampliandolo in itinere, migliorandolo e/o modificandolo anche in base alle risposte dei soci in fase di pre-iscrizione.

N.B.: La parte inerente l'area Linguistica sarà resa nota e disponibile per le pre-iscrizioni con un successivo calendario

	TITOLO DEL CORSO	DOCENTE	PROGRAMMA	MATERIALI ESSENZIALI	OBIETTIVO DEL CORSO	DURATA ORE (DATO VARIABILE)	NOTE
39	"Sardegna – Viaggio tra mito, storia e futuro"	SANNA VITTORIO	Un cammino che parte dal mito di Atlantide e arriva alla Sardegna digitale del nuovo millennio, attraversando storia, cultura, musica, sport e politica.	Attenzione e curiosità	Far leggere l'isola come luogo di memoria e di visione.	20	Sono previste più edizioni

La Direzione Corsi dell'Università Terza età di Assemini si riserva di apportare modifiche al presente calendario e programma annuale, ampliandolo in itinere, migliorandolo e/o modificandolo anche in base alle risposte dei soci in fase di pre-iscrizione.

N.B.: La parte inerente l'area Linguistica sarà resa nota e disponibile per le pre-iscrizioni con un successivo calendario

	TITOLO DEL CORSO	DOCENTE	PROGRAMMA	MATERIALI ESSENZIALI	OBIETTIVO DEL CORSO	DURATA ORE (DATO VARIABILE)	NOTE
40	Il gioco degli scacchi	Danilo Mallò	regole del gioco, il movimento dei pezzi, i principi della strategia e della tattica che portano alla conduzione della partita, secondo il regolamento internazionale. Saranno fatti collegamenti interdisciplinari tra gli scacchi e altre discipline, quali la matematica, la storia, la filosofia, la geometria, ecc... Ogni incontro del corso sarà diviso in almeno due parti. Una di lezione teorica con l'uso della scacchiera murale e pezzi magnetici. L'altra tramite la scacchiera da tavolo, nella quale i giocatori avranno modo di cimentarsi nel gioco applicando quanto spiegato dall'istruttore nella parte precedente. In questa seconda parte, l'istruttore avrà modo di visionare le attività, quindi di intervenire sul gioco per rafforzare i concetti già esposti.		Alla fine del corso i partecipanti sapranno dare gli scacchi matti elementari, ma acquisiranno anche competenze trasversali quali la capacità di pianificazione, di progettazione, sviluppo della memoria, crescita della fantasia e della pazienza.	Non ricordo se 6 o 8 lezioni	Ogni venerdì via sacco dalle 18.30 alle 20.00

La Direzione Corsi dell'Università Terza età di Assemini si riserva di apportare modifiche al presente calendario e programma annuale, ampliandolo in itinere, migliorandolo e/o modificandolo anche in base alle risposte dei soci in fase di pre-iscrizione.

N.B.: La parte inerente l'area Linguistica sarà resa nota e disponibile per le pre-iscrizioni con un successivo calendario

	TITOLO DEL CORSO	DOCENTE	PROGRAMMA	MATERIALI ESSENZIALI	OBIETTIVO DEL CORSO	DURATA ORE (DATO VARIABILE)	NOTE
41	Yoga	Massimo Azzena	Esercizi fisici e respiratori dello Kundalini Yoga, secondo gli insegnamenti di Yogi Bhajan	Abiti confortevoli in tessuti naturali (Lino, Cotone, etc.), tappetino da palestra, copertina, certificato medico	allenare la mente e il corpo ad essere forti e flessibili di fronte alle difficoltà e ai cambiamenti	10	Ogni mercoledì dalle 10.00 alle 11.00, via Carmine
42	SGUARDI NELL'ANIMA	Debora Lai Giulia Maria Rauzino	Laboratorio emozionale e relazionale	tappetino, cuscino, calze antiscivolo e copertina	Ascolto per la ricerca di risorse personali e consapevolezza del proprio io interiore	7	ogni martedì mattina dalle 11.00/12.30
43	RICICLO ECOSOSTENIBILE CREATIVO CON UNA TECNICA SARDA	Rosaria Straffalaci	Laboratorio di riciclo per imparare l'antica arte dell'impagliatura delle sedie creando anche altri oggetti	vecchi stracci, stecche in legno	Socializzare lavorando in gruppo e creando insieme manufatti ecosostenibili secondo la l'antica tecnica dell'intreccio sardo	5	SECONDO SEMESTRE POMERIGGIO
44	CHITARRA	Daniele Ucchesu	Fondamenti di chitarra	chitarra, plettro	Socializzare con la musica	10	sono previsti due edizioni

La Direzione Corsi dell'Università Terza età di Assemini si riserva di apportare modifiche al presente calendario e programma annuale, ampliandolo in itinere, migliorandolo e/o modificandolo anche in base alle risposte dei soci in fase di pre-iscrizione.

N.B.: La parte inerente l'area Linguistica sarà resa nota e disponibile per le pre-iscrizioni con un successivo calendario

	TITOLO DEL CORSO	DOCENTE	PROGRAMMA	MATERIALI ESSENZIALI	OBIETTIVO DEL CORSO	DURATA ORE (DATO VARIABILE)	NOTE
45	Ritrattistica - Corso base	Loi Gianna	Un percorso passo passo creato per chi vuole capire come leggere la struttura anatomica del volto, ed imparare a riprodurlo su carta in modo realistico e proporzionato. ecco cosa imparerai: I materiali idonei per il principiante del ritratto Come "leggere" l'anatomia del viso e quali parti prendere in considerazione Proporzioni del viso Riferimenti per la creazione di un ritratto Approccio schematico dei volumi del volto Studio specifico degli elementi del viso: occhi, naso, bocca, orecchio Creare la linea di struttura nel ritratto Creare la linea di dettaglio nel ritratto Disegnare un ritratto di tre quarti con chiaroscuro a matita	Matita, gomma, Album da disegno	Imparare la tecnica di trasposizione su carta di un volto umano o di fantasia	16	mercoledì dalle 9.00 alle 11 in via Sacco aula 2 Cadenza quindicinale. Prima lezione il 19 nov 2025.

La Direzione Corsi dell'Università Terza età di Assemini si riserva di apportare modifiche al presente calendario e programma annuale, ampliandolo in itinere, migliorandolo e/o modificandolo anche in base alle risposte dei soci in fase di pre-iscrizione.

N.B.: La parte inerente l'area Linguistica sarà resa nota e disponibile per le pre-iscrizioni con un successivo calendario

	TITOLO DEL CORSO	DOCENTE	PROGRAMMA	MATERIALI ESSENZIALI	OBIETTIVO DEL CORSO	DURATA ORE (DATO VARIABILE)	NOTE
46	Ritrattistica - Corso avanzato	Loi Gianna	Il corso prevede di approfondire le tecniche acquisite nel corso base, sviluppare maggior sicurezza nel manifestare in modo creativo nonché personale le molteplici caratteristiche di un volto e studiare con più cura i volumi e i colori. Si potranno inoltre associare altri soggetti scelti liberamente.	Matita, gomma, Album da disegno	Imparare la tecnica di trasposizione su carta di un volto umano o di fantasia	14	mercoledì dalle 9.00 alle 11 in via Sacco aula 2 Cadenza quindicinale. Prima lezione il 26 nov 2025.
47	Amigurumi: Presepe all'uncinetto	Elisa Denise Piras	Punti base dell'uncinetto, i loro simboli e abbreviazioni, come leggere uno schema, aumenti e diminuzioni negli amigurumi, come iniziare e chiudere un lavoro, utilizzo dei segnapunti. Gli amigurumi sono piccoli pupazzi tridimensionali giapponesi, lavorati all'uncinetto o a maglia.	uncinetto n. 3	Il corso nasce con l'idea di realizzare un presepe interamente ad uncinetto, con la tecnica degli amigurumi. Ogni partecipante realizzerà un personaggio per poi comporre tutti insieme l'intero progetto che verrà esposto. Ulteriori richieste o segnalazioni: E' richiesta la partecipazione ad almeno 8/10 ore di corso, in modo da riuscire a portare a termine la realizzazione del personaggio assegnato.	12	giovedì dalle 10 alle 12 in via Sacco.

48	FRANCESE	Bruna Urbano	Cultura e Civiltà: conoscenza di alcuni aspetti della cultura e civiltà francofona Funzioni comunicative: - Salutare e congedarsi - Chiedere e dire come va - Chiedere e dire il nome (fare lo spelling) - Presentarsi e presentare un compagno - Identificare qualcuno - Chiedere e dire l'età - Chiedere e dire dove si abita - - Chiedere e dire la nazionalità - - Chiedere e dire la destinazione e la provenienza - Descrivere una persona: aspetto fisico e carattere (i colori) - Identificare un oggetto/un animale - Descrivere un oggetto /un animale - Parlare dei propri gusti / preferenze - Chiedere a chi appartiene un oggetto - Chiedere e indicare la posizione di un oggetto - Chiedere e dare delle informazioni per strada, ringraziare - Descrivere una città - Descrivere un'abitazione - Parlare della famiglia - Parlare delle azioni quotidiane : i momenti della giornata		Comprendere il significato globale di un messaggio e/o informazioni specifiche su argomenti noti espressi in modo chiaro. Produrre semplici e brevi messaggi con pronuncia e intonazione corretta. Interagire con uno o più interlocutori, comprendendo i punti chiave di una breve conversazione ed esponendo le proprie idee in modo chiaro e comprensibile con l'aiuto dell'interlocutore, se necessario. NB: il programma adeguerà la scansione temporale degli argomenti sia grammaticali che tematici alle esigenze del gruppo classe		
49	FRANCESE - conversazione in lingua madre	COUDOUX JOSEPHINE ROBERTE	Aliments et boissons Amis et famille Apprendre une langue étrangère Education scolaire Emotions J'aime et je n'aime pas		Incontrarsi per praticare, ravvivare e tenere viva la conoscenza della Lingua Nel programma alcuni spunti di conversazione che però poi saranno decisi collegialmente dal gruppo (la Mediattrice è di madre Lingua)		annuale

La Direzione Corsi dell'Università Terza età di Assemini si riserva di apportare modifiche al presente calendario e programma annuale, ampliandolo in itinere, migliorandolo e/o modificandolo anche in base alle risposte dei soci in fase di pre-iscrizione.

N.B.: La parte inerente l'area Linguistica sarà resa nota e disponibile per le pre-iscrizioni con un successivo calendario

	TITOLO DEL CORSO	DOCENTE	PROGRAMMA	MATERIALI ESSENZIALI	OBIETTIVO DEL CORSO	DURATA ORE (DATO VARIABILE)	NOTE
			Les choses qui t'énervent Santé Stéréotypes et préjugés Travail et études Culture Est-ce que tu as déjà... ? Et si...? La technologie et toi Le passé et le futur Noël et Nouvel An Qui es-tu ? Superstition, croyances et destin Tu es doué pour... ? Voyager Chansons				

La Direzione Corsi dell'Università Terza età di Assemini si riserva di apportare modifiche al presente calendario e programma annuale, ampliandolo in itinere, migliorandolo e/o modificandolo anche in base alle risposte dei soci in fase di pre-iscrizione.

N.B.: La parte inerente l'area Linguistica sarà resa nota e disponibile per le pre-iscrizioni con un successivo calendario

	TITOLO DEL CORSO	DOCENTE	PROGRAMMA	MATERIALI ESSENZIALI	OBIETTIVO DEL CORSO	DURATA ORE (DATO VARIABILE)	NOTE
50	SPAGNOLO livello intermedio	Bertinelli Elisa	Gli argomenti di studio che verranno trattati seguiranno le proposte del testo che nel caso verrà proposto NB: il programma adeguerà la scansione temporale degli argomenti sia grammaticali che tematici alle esigenze del gruppo classe	quaderno, penna eventuale libro	Comprendere semplici ordini e semplici domande personali. Eseguire le indicazioni ricevute. Sapersi presentare, salutare, formulare brevi e semplici espressioni colloquiali. Saper rispondere con strutture elementari fondamentali. Comprendere brevi dialoghi, istruzioni e frasi di uso quotidiano se pronunciate chiaramente. Identificare il tema generale di un discorso in cui si parla di argomenti conosciuti. -Descrivere persone, luoghi e oggetti familiari utilizzando frasi e parole già incontrate ascoltando e/o leggendo. -Riferire semplici informazioni afferenti alla sfera personale.		

La Direzione Corsi dell'Università Terza età di Assemini si riserva di apportare modifiche al presente calendario e programma annuale, ampliandolo in itinere, migliorandolo e/o modificandolo anche in base alle risposte dei soci in fase di pre-iscrizione.

N.B.: La parte inerente l'area Linguistica sarà resa nota e disponibile per le pre-iscrizioni con un successivo calendario

	TITOLO DEL CORSO	DOCENTE	PROGRAMMA	MATERIALI ESSENZIALI	OBIETTIVO DEL CORSO	DURATA ORE (DATO VARIABILE)	NOTE
51	Economia e Finanza	Sanna Sandro	comprensione di concetti come il bilancio personale, il rapporto rischio-rendimento, la pianificazione a lungo termine (ad esempio per la pensione o l'acquisto di una casa) e la gestione del proprio denaro in modo responsabile. concetti base di Microeconomia e Macroeconomia per comprendere anche le politiche che i governi adottano per influenzare l'economia ed i mercati finendo per incidere nel "carrello della spesa" Comprendere i termini maggiormente utilizzati dai mass-media (tv, giornali, social) Capire i concetti di base e i prodotti finanziari (come azioni, obbligazioni, ecc.). Comprendere il concetto di rischio e rendimento nelle decisioni di investimento. Essere in grado di fare scelte informate, proteggendosi da truffe e situazioni finanziarie dannose	se si desidera: quaderno e penna per eventuali appunti	Il corso si propone di migliorare le conoscenze nell'utilizzo quotidiano del denaro e delle proprie finanze con un linguaggio semplice ed esempi pratici Si propone inoltre di fornire gli strumenti per navigare e districarsi in un mondo economico sempre più complesso		

La Direzione Corsi dell'Università Terza età di Assemini si riserva di apportare modifiche al presente calendario e programma annuale, ampliandolo in itinere, migliorandolo e/o modificandolo anche in base alle risposte dei soci in fase di pre-iscrizione.

N.B.: La parte inerente l'area Linguistica sarà resa nota e disponibile per le pre-iscrizioni con un successivo calendario

	TITOLO DEL CORSO	DOCENTE	PROGRAMMA	MATERIALI ESSENZIALI	OBIETTIVO DEL CORSO	DURATA ORE (DATO VARIABIL E)	NOTE
52	Letteratura Sarda in Lingua Sarda	Simona Vacca					

53	Lingua Sarda	Giovanni Spano	La lingua sarda e le sue strutture grammaticali (anche da un punto di vista storico). Le scritture letterarie, ampiamente intese, nella modernità e nella contemporaneità, con particolare riguardo ai problemi grammaticali e lessicali. Tipologia e comparazione della lingua sarda con le lingue neolatine; la variazione diatopica della lingua sarda. Le strutture della lingua sarda: FONETICA e MORFOLOGIA: il sostantivo, l'uso dell'articolo, l'uso dei generi, il sistema verbale: modi e tempi, il futuro e il condizionale, l'infinito coniugato; SINTASSI: l'accusativo preposizionale, le proposizioni relative, le proposizioni ipotetiche, le subordinate, le infinitive, il fronting e le strutture extrafrasali, le proposizioni interrogative; la sua estensione e la sua escursione, la capacità di esprimere i sentimenti, la psicologia, l'espressione astratta. Il tutto finalizzato alla comprensione scritta e orale, ed alla elaborazione di testi scritti e orali in lingua sarda. (lettorato). La variazione areale/diatopica I sistemi ortografici e la loro problematica		Approcciarsi in maniera più strutturata alla lingua della Sardegna, la sua estensione e la sua escursione, la capacità di esprimere i sentimenti, la psicologia, l'espressione astratta. Il tutto finalizzato alla comprensione scritta e orale, ed alla elaborazione di piccoli testi scritti e orali in lingua sarda NB: il programma adeguerà la scansione temporale degli argomenti sia grammaticali che tematici alle esigenze del gruppo classe		
----	--------------	----------------	--	--	--	--	--

La Direzione Corsi dell'Università Terza età di Assemini si riserva di apportare modifiche al presente calendario e programma annuale, ampliandolo in itinere, migliorandolo e/o modificandolo anche in base alle risposte dei soci in fase di pre-iscrizione.

N.B.: La parte inerente l'area Linguistica sarà resa nota e disponibile per le pre-iscrizioni con un successivo calendario

	TITOLO DEL CORSO	DOCENTE	PROGRAMMA	MATERIALI ESSENZIALI	OBIETTIVO DEL CORSO	DURATA ORE (DATO VARIABILE)	NOTE
54	Stenografia						
55	Ceramica Sarda	Luca Cossu	si concentra sull'insegnamento della modellazione dell'argilla per creare oggetti come bassorilievi, forme allungate e altri manufatti. Il corso include l'uso di argilla, la pittura e la possibile eventuale cottura per realizzare un prodotto finito e verniciato. Il punto di partenza è spesso un'idea o un disegno del corsista: quest'anno s'intende proporre l'idea dello studio e la riproduzione in bassorilievo dei tipici portali campidanesi presenti nel territorio Asseminese	I costi del materiale e della eventuale possibile cottura sono a carico del corsista NB: la fase della cottura potrà avvenire previo accordo tra docente e discente	Partendo da un momento di arricchimento individuale della propria percezione si svilupperà un lavoro di gruppo e di confronto con se stessi e gli altri ma anche e soprattutto con le proprie abilità manuali che saranno stimulate e favorite dalla manipolazione e la duttilità dell'argilla I corsisti partiranno da un'idea (un disegno, una bozza, una fotografia o da una fotocopia) Viene insegnata la modellazione in basso ed alto rilievo, oltre che a figura tutto tondo		

La Direzione Corsi dell'Università Terza età di Assemini si riserva di apportare modifiche al presente calendario e programma annuale, ampliandolo in itinere, migliorandolo e/o modificandolo anche in base alle risposte dei soci in fase di pre-iscrizione.

N.B.: La parte inerente l'area Linguistica sarà resa nota e disponibile per le pre-iscrizioni con un successivo calendario

	TITOLO DEL CORSO	DOCENTE	PROGRAMMA	MATERIALI ESSENZIALI	OBIETTIVO DEL CORSO	DURATA ORE (DATO VARIABILE)	NOTE
56	Teatro Random (laboratoriale)	CONCAS ALESSANDRO	Può includere recitazione, dizione, movimento scenico, improvvisazione e improvvisazione scenica, con l'obiettivo di sviluppare creatività, fiducia e abilità comunicative Sono previsti accenni al gergo locale ed alla lingua sarda in chiave umoristica	Abbigliamento comodo	Migliorare le possibilità espressive e relazionali attraverso il teatro Mettere in scena uno spettacolo di fine anno	25	25
57	ARTE TERAPIA	USAI DORIANA	L'arteterapia è un processo terapeutico che utilizza l'espressione artistica (come il disegno, la pittura, la scultura e altre forme d'arte) per aiutare le persone a elaborare pensieri, emozioni e vissuti che non riescono a comunicare a parole		promuovere l'autoconsapevolezza e il benessere psicofisico		