






























corsi febbraio - maggio '18

 SPAZIO INCONTRO CANAZZA	CORSO	INIZIO	TERMINE	GIORNO ATTIVITA'	CONTRIBUTO	DOCENTE
	Aerobica Gag	1 febbraio	31 maggio	Mart/Giov 18.00-18.50	€ 130	Flora Bollati
	Body Work Out	1 febbraio	31 maggio	Mart/Giov 18.50-19.40	€ 130	Flora Bollati
	Pilates (attività per la postura, l'elasticità e il controllo del corpo)	1 febbraio	31 maggio	Mart/Giov 19.40-20.30	€ 130	Flora Bollati
	Pilates (attività per la postura, l'elasticità e il controllo del corpo)	7 febbraio	30 maggio	Mercoledì 17.50-18.40	€ 75	Flora Bollati
	Ginnastica tonificante diurna per anziani	1 febbraio	31 maggio	Lun/Giov. 10.00-11.00	€ 126	Flora Bollati
	Ginnastica dolce diurna per anziani	1 febbraio	31 maggio	Lun/Giov. 11.00-12.00	€ 126	Flora Bollati
	Ginnastica generale tonificante serale	5 febbraio	28 maggio	Lunedì 19.30-20.30	€ 80	Matteo Battilana
	Ginnastica generale tonificante diurna	3 febbraio	26 maggio	Sabato 11.00-12.00	€ 65	Enea Cassani
	Ginnastica pelvica funzionale per prevenire o migliorare i disturbi dell' incontinenza femminile	2 marzo	20 aprile	Venerdì 18.45-20.00	€ 73 (con 6 iscritti) € 55 (con 8 iscritti)	Silvia Torretta Valeria Sorte
	Yoga	5 marzo	28 maggio	Lunedì 20.30-22.00	€ 80	Anna Mancin









corsi febbraio - maggio '18

 SPAZIO INCONTRO C A N A Z Z A	CORSO	INIZIO	TERMINE	GIORNO ATTIVITA'	CONTRIBUTO	DOCENTE
	Yoga	7 febbraio	30 maggio	Mercoledì 20.30-22.00	€ 120	Sergio Alessandrello
	Qigong per raggiungere l'equilibrio energetico fisico emozionale e mentale	27 febbraio	29 maggio	Martedì 8.30-9.30	€ 65 (con 7 iscritti) € 58 (con 8 iscritti)	Mariella Di Marzo
	Qigong per raggiungere l'equilibrio energetico fisico emozionale e mentale	6 marzo	29 maggio	Martedì 16.30-17.30	3 ore mensili € 27 4 ore mensili € 34 5 ore mensili € 43 (con 4 iscritti)	Mariella Di Marzo
	Qigong per raggiungere l'equilibrio energetico fisico emozionale e mentale	21 febbraio	30 maggio	Mercoledì 19.15-20.15	€ 80 (con 6 iscritti) € 60 (con 8 iscritti)	Mariella Di Marzo
	Ballando sotto le stelle <i>Balli di gruppo a ritmo caraibico</i>	6 febbraio	29 maggio	Martedì 20.45-21.45	€ 65 (con 8 iscritti) € 87 (con 6 iscritti)	Maristella Vitali
	Balli latino-americani e caraibici <i>avanzato</i>	1 febbraio	26 maggio	Giovedì 20.45-21.45	€ 98 (con 8 iscritti) € 75 (con 6 iscritti)	Maristella Vitali
	Chitarra base /avanzato per bambini e ragazzi	7 febbraio	30 maggio	Mercoledì 16.45-17.30	€ 128 (con 3 iscritti) € 192 (con 2 iscritti)	Scuola Jubilate Legnano D. Grazioli








corsi febbraio - maggio '18

 SPAZIO INCONTRO C A N A Z Z A	CORSO	INIZIO	TERMINE	GIORNO ATTIVITA'	CONTRIBUTO	DOCENTE
	Chitarra base /avanzato per bambini e ragazzi	7 febbraio	30 maggio	Mercoledì 17.30-18.30	€ 128 (con 4 iscritti) € 170 (con 3 iscritti)	Scuola Jubilate Legnano D. Grazioli
	Chitarra base /avanzato per bambini e ragazzi	7 febbraio	30 maggio	Mercoledì 18.30-19.30	€ 128 (con 4 iscritti) € 170 (con 3 iscritti)	Scuola Jubilate Legnano D. Grazioli
	Chitarra base /avanzato per bambini e ragazzi	7 febbraio	30 maggio	Mercoledì 19.30-20.30	€ 128 (con 4 iscritti) € 170 (con 3 iscritti)	Scuola Jubilate Legnano D. Grazioli
	Chitarra base /avanzato per bambini e ragazzi	1 febbraio	31 maggio	Giovedì 17.00-18.00	€ 128 (con 4 iscritti) € 170 (con 3 iscritti)	Scuola Jubilate Legnano D. Grazioli
	Chitarra base /avanzato per bambini e ragazzi	1 febbraio	31 maggio	Giovedì 18.00-19.00	€ 128 (con 4 iscritti) € 170 (con 3 iscritti)	Scuola Jubilate Legnano D. Grazioli
	Chitarra base /avanzato per bambini e ragazzi	1 febbraio	31 maggio	Giovedì 19.00-20.00	€ 128 (con 4 iscritti) € 170 (con 3 iscritti)	Scuola Jubilate Legnano D. Grazioli
	Chitarra serale adulti	1 febbraio	31 maggio	Giovedì 20.00-21.00	€ 128 (con 4 iscritti) € 170 (con 3 iscritti)	Scuola Jubilate Legnano D. Grazioli
	Chitarra serale adulti	1 febbraio	31 maggio	Giovedì 21.00-22.00	€ 128 (con 4 iscritti) € 170 (con 3 iscritti)	Scuola Jubilate Legnano D. Grazioli
	Chitarra serale Adulti	7 febbraio	30 maggio	Mercoledì 20.30-21.30	€ 128 (con 4 iscritti) € 170 (con 3 iscritti)	Scuola Jubilate Legnano D. Grazioli





corsi febbraio - maggio '18

	CORSO	INIZIO	TERMINE	GIORNO ATTIVITA'	CONTRIBUTO	DOCENTE
	Chitarra serale adulti	7 febbraio	30 maggio	Mercoledì 21.30-22.30	€ 128 (con 4 iscritti) € 170 (con 3 iscritti)	Scuola Jubilate Legnano D. Grazioli
	Chitarra serale adulti	9 febbraio	25 maggio	Venerdì 21.45-22.30	€ 128 (con 3 iscritti) € 192 (con 2 iscritti)	Scuola Jubilate Legnano D. Grazioli
	Lo spagnolo in valigia per chi non conosce o vuole riprendere l'abc in giro per il mondo base	7 marzo	23 maggio	Mercoledì 20.30-22.00	€ 77 (con 8 iscritti) € 100 (con 6 iscritti)	Madrelingua International Language Corner
	L'inglese in valigia per chi non conosce o vuole riprendere l'abc in giro per il mondo base	5 marzo	28 maggio	Lunedì 20.30-22.00	€ 77 (con 8 iscritti) € 100 (con 6 iscritti)	Madrelingua International Language Corner
	Lo spagnolo in valigia ... per chi già conosce la lingua (avanzato)	1 febbraio	5 aprile	Giovedì 20.30-22.00	€ 120 (con 5 iscritti)	Madrelingua International Language Corner
	L'inglese in valigia ... per chi già conosce la lingua (avanzato)	6 febbraio	29 maggio	Martedì 20.30-22.00	€ 72 (con 8 iscritti) € 95 (con 6 iscritti)	Madrelingua International Language Corner
	Educazione cinofila	6 aprile	18 maggio	Venerdì 21.00-22.00	€ 32 (con 8 iscritti) € 40 (con 6 iscritti)	Sara Gorletta








corsi febbraio - maggio '18

	CORSO	INIZIO	TERMINE	GIORNO ATTIVITA'	CONTRIBUTO	DOCENTE
	<p>Corso pratico di erboristeria</p> <p>Impariamo a fare: stick per labbra, unguento all'arnica, argilla per il viso, sapone alle erbe....</p>	2 marzo	23 marzo	Venerdì 20.30-22.30	€ 65 (con 8 iscritti) € 85 (con 6 iscritti)	Ermanno Spinelli
	<p>Il giardino sul balcone e sui terrazzi</p> <p>come realizzare il tuo angolo verde</p>	5 aprile	19 aprile	Giovedì 20.30-22.00	€ 23 (con 8 iscritti) € 28 (con 6 iscritti)	Roberta Naggi
	<p>Skincare e self makeup</p> <p>come cambia la pelle e come prendersene cura dopo i 40 anni</p>	28 Febbraio	28 marzo	Mercoledì 20.30-22.00	€ 54 (con 5 iscritti)	Silvia Torretta
	<p>Lavoriamo l'argilla</p> <p>A mano, con tornio e tecnica raku</p>	5 aprile	24 maggio	Giovedì 20.30-22.30	€ 70 (con 8 iscritti) € 90 (con 6 iscritti) Materiale incluso	Daniela Bottacini
	Corso di fotografia	5 marzo	21 maggio	Lunedì 21.00-22.00	€ 45 (con 8 iscritti) € 57 (con 6 iscritti)	Giulia Turri
<p>PHOTOSHOP photoshop photoshop photoshop</p>	Corso di photoshop	2 maggio	27 giugno	Mercoledì 20.30-22.00	€ 55 (con 8 iscritti) € 75 (con 6 iscritti)	Giulia Turri
	Corso di baetmaking e produzione musicale	19 marzo	28 maggio	Lunedì 20.30-22.00	€ 75 (con 6 iscritti) € 110 (con 4 iscritti)	Enrico Laface







corsi febbraio - maggio '18

 SPAZIO INCONTRO C A N A Z Z A	CORSO	INIZIO	TERMINE	GIORNO ATTIVITA'	CONTRIBUTO	DOCENTE
	Corso di produzione birra artigianale All Grain	A scelta: 11 marzo 15 aprile 13 maggio		Domenica 10.00-17.00	€ 32 <i>(con 8 iscritti)</i> € 40 <i>(con 6 iscritti)</i>	Davide Grazioli
	Taglio e cucito con l'utilizzo di cartamodelli	5 marzo	28 maggio	Lunedì 20.30-22.30	€ 72 <i>(con 8 iscritti)</i> € 97 <i>(con 6 iscritti)</i>	Miralba Celozzi
	Taglio e cucito con l'utilizzo di cartamodelli	6 febbraio	29 maggio	Martedì 20.30-22.30	€ 104 <i>(con 8 iscritti)</i> € 140 <i>(con 6 iscritti)</i>	Miralba Celozzi
	Taglio e cucito con l'utilizzo di cartamodelli	2 febbraio	25 maggio	Venerdì 20.30-22.30	€ 98 <i>(con 8 iscritti)</i> € 130 <i>(con 6 iscritti)</i>	Miralba Celozzi
	"Caffè letterario" <i>brani di letteratura e non solo ... insieme al caffè</i>	7 febbraio	30 maggio	Mercoledì 15.00-17.00	Gratuito con iscrizione	Alfonso Borelli
	Tè ... e lavoro a maglia	6 febbraio	29 maggio	Martedì 15.00-16.30	€ 15	Danila Merelli
	Gruppo di meditazione ...un viaggio interiore...	2 febbraio	25 maggio	Venerdì 19.00-20.00	Gratuito con iscrizione	Maurizio Bellinelli
	Corso di educazione al parto <i>(dalla 26^a settimana)</i>	da febbraio	9 incontri a ripetizione	Sabato 9.30-11.30	€ 121 <i>(con 6 iscritti)</i>	Ostetrica Sabina Marletta
	Corso per lo svezzamento/massaggio	da febbraio	6 incontri a ripetizione	Mercoledì 10.00-11.00	€ 55 <i>(con 6 iscritti)</i> € 78 <i>(con 4 iscritti)</i>	Ostetrica Sabina Marletta

corsi febbraio - maggio '18

	ATTIVITA'	INIZIO	TERMINE	GIORNO ATTIVITA'	CONTRIBUTO	A CURA DI
	<p>Io e il mio bambino</p> <p>La relazione mamma-bambino dai 6 ai 12 mesi</p> <p>2 incontri guidati nella condivisione tra mamme e bambini</p>	<p>7 aprile Alla scoperta del mondo, cibo, gioco e relazioni</p> <p>21 aprile Esploriamo il mondo insieme: educazione, limiti e libertà</p>		<p>Sabato 15.00-16.30</p>	<p>€ 30 <i>(con 4 iscritti)</i> € 20 <i>(con 6 iscritti)</i></p>	<p>Laura Volontieri</p>
	<p>Informatica per principianti</p> <p>nozioni di base - sistemi word e excel - conoscenza di internet</p>	<p>da febbraio a ripetizione</p>	<p>10 incontri di 1 ora ciascuno</p>	<p>giorni e orari da concordare con la segreteria</p> <p>possibilità di corsi serali</p>	<p>€ 80 <i>(con 4 iscritti)</i> € 100 <i>(con 3 iscritti)</i> Massimo 4 persone per corso</p>	<p>Paolo Galimberti</p>
	<p>Informatica approfondimento di internet</p> <p>comunicare con la posta elettronica, ricercare e conoscere i siti</p>	<p>da febbraio a ripetizione</p>	<p>10 incontri di 1 ora ciascuno</p>	<p>giorni e orari da concordare con la segreteria</p> <p>possibilità di corsi serali</p>	<p>€ 80 <i>(con 4 iscritti)</i> € 100 <i>(con 3 iscritti)</i> Massimo 4 persone per corso</p>	<p>Paolo Galimberti</p>
	<p>Informatica creatività al computer</p> <p>scaricare, elaborare foto, video e ..altro</p>	<p>da febbraio a ripetizione</p>	<p>10 incontri di 1 ora ciascuno</p>	<p>giorni e orari da concordare con la segreteria</p> <p>possibilità di corsi serali</p>	<p>€ 80 <i>(con 4 iscritti)</i> € 100 <i>(con 3 iscritti)</i> massimo 4 persone per corso</p>	<p>Paolo Galimberti</p>
	<p>Informatica uso del tablet o iPhone</p>	<p>da febbraio a ripetizione</p>	<p>10 incontri di 1 ora ciascuno</p>	<p>giorni e orari da concordare con la segreteria</p> <p>possibilità di corsi serali</p>	<p>€ 80 <i>(con 4 iscritti)</i> € 100 <i>(con 3 iscritti)</i> massimo 4 persone per corso</p>	<p>Paolo Galimberti</p>
	<p>Informatica l'uso dell' iPad</p>	<p>da febbraio a ripetizione</p>	<p>10 incontri di 1 ora ciascuno</p>	<p>giorni e orari da concordare con la segreteria</p> <p>possibilità di corsi serali</p>	<p>€ 80 <i>(con 4 iscritti)</i> € 100 <i>(con 3 iscritti)</i> massimo 4 persone per corso</p>	<p>Paolo Galimberti</p>

corsi febbraio - maggio '18

	ATTIVITA'	INIZIO	TERMINE	GIORNO ATTIVITA'	GIORNO ATTIVITA'	A CURA DI
 Un anziano chiama, la solidarietà risponde.  800-995988 0331 541516	Servizio di telefonia agli anziani Una voce amica” ...	da febbraio	a maggio	Lunedì e giovedì dalle 10 alle 12	mercoledì dalle 15 alle 17	A cura di Auser e Spazio Incontro Canazza
	Spazio di Automisurazione della Pressione	da febbraio	a maggio	Lunedì e giovedì dalle 10 alle 12	mercoledì dalle 15 alle 17	A cura di Spazio Incontro Canazza
	Un tempo per informazioni, supporto e condivisione di gruppo Spazio aperto ai familiari di pazienti psichiatrici	da febbraio	a maggio	Martedì dalle 17.30 alle 19.00	Ogni 15 giorni Informazioni in segreteria	Gruppo AMA Auto Mutuo Aiuto familiari pazienti psichiatrici
	Un tempo per supporto e condivisione di gruppo Spazio aperto per chi ha vissuto un lutto	da febbraio	a maggio	Mercoledì dalle 17.00 alle 18.30	Informazioni in segreteria	Gruppo AMA Auto Mutuo Aiuto referente Cristina Cozzi

SI ACCETTANO PROPOSTE E NUOVE INIZIATIVE DA REALIZZARE PRESSO IL CENTRO



**DAI LA TUA ADESIONE PRESSO LO SPAZIO INCONTRO CANAZZA
A PARTIRE DAL 15 GENNAIO 2018**

ORARI DI SEGRETERIA DEL CENTRO:

Lunedì 17.30-20.30 Martedì e Giovedì 16.00-19.00 Mercoledì e Venerdì 18.00-20.00
Sabato 10.00-12.00

Spazio Incontro Canazza - Via Colombes 69, Legnano - Telefono 0331 - 541516

Email: spazioincontrocanazza@etainsieme.org

Sito www.etainsieme.org