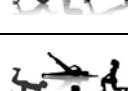
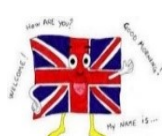


Corsi Settembre – Gennaio 27

	CORSO	INIZIO	TERMINE	GIORNO ATTIVITA'	CONTRIBUTO
	Aerobica Gag	15 settembre	28 gennaio	Mart/Giov 18.00-18.50	€ 164
	Body Work Out	15 settembre	28 gennaio	Mart/Giov 18.50-19.40	€ 164
	Pilates (attività per la postura, l'elasticità e il controllo del corpo)	15 settembre	28 gennaio	Mart/Giov 19.40-20.25	€ 164
	Pilates (attività per la postura, l'elasticità e il controllo del corpo)	16 settembre	27 gennaio	Mercoledì 9.30-10.20	€ 80
	Pilates (attività per la postura, l'elasticità e il controllo del corpo)	16 settembre	27 gennaio	Mercoledì 10.20-11.10	€ 80
	Pilates (attività per la postura, l'elasticità e il controllo del corpo)	18 settembre	29 gennaio	Venerdì 9.30-10.20	€ 85
	Ginnastica tonificante per anziani	15 settembre	28 gennaio	Mart/Giov. 9.00-10.00	€ 164
	Ginnastica tonificante per anziani	15 settembre	28 gennaio	Mart/Giov 10.00-11.00	€ 164
	Ginnastica dolce per anziani	15 settembre	28 gennaio	Mart/Giov. 11.00-12.00	€ 164
	Ginnastica tonificante per anziani	21 settembre	25 gennaio	Lunedì 9.00-10.00	€ 80
	Ginnastica generale tonificante serale	14 settembre	25 gennaio	Lunedì 19.00-20.00	€ 94
	Ginnastica pelvica funzionale previene e migliora l' incontinenza femminile	Incontro informativo gratuito 26 settembre ore 9.30 Dal 3 ottobre al 7 novembre		Sabato 9.30 -10.30	€ 60
	Ginnastica pelvica funzionale previene e migliora l' incontinenza femminile	Incontro informativo gratuito 26 settembre ore 9.30 Dal 7 ottobre all' 11 novembre		Mercoledì 9.30 -10.30	€ 60
	Yoga	14 Settembre	25 gennaio	Lunedì 20.00-21.30	€ 170

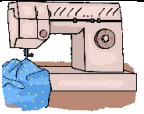
Corsi Settembre – Gennaio 27

	CORSO	INIZIO	TERMINE	GIORNO ATTIVITA'	CONTRIBUTO
	Yoga	16 Settembre	27 gennaio	Mercoledì 20.00-21.30	€ 170
	Tai-Chi	17 settembre	28 gennaio	Giovedì 20.45-22.00	€ 120
	Tai-Chi	25 settembre	29 gennaio	Venerdì 19.00-20.15	€ 120
	Qigong serale	18 settembre	29 gennaio	Venerdì 20.30-21.45	€ 130
	Qigong mattina	5 ottobre	25 gennaio	Lunedì 10.00-11.15	€ 118
	Corso di Balli di gruppo	24 settembre	28 gennaio	Giovedì 15.00-16.00	€ 98
	Laboratorio di Pizzica principianti	23 ottobre	8 gennaio	Venerdì 20.15-21.00	€ 70
	Laboratorio di Pizzica avanzato	23 ottobre	8 gennaio	Venerdì 21.00-21.45	€ 70
	Chitarra	7 ottobre	27 gennaio	Mercoledì 1 ora di lezione Orario da concordare in segreteria	€ 110 (con 4 iscritti) € 140 (con 3 iscritti)
	Chitarra	7 ottobre	27 gennaio	Mercoledì 45 minuti di lezione Orario da concordare in segreteria	€ 105 (con 3 iscritti) € 160 (con 2 iscritti)
	Conversazione in inglese <i>per chi conosce già la lingua</i> Test 12 ottobre 20.45	19 ottobre	11 gennaio	Lunedì 20.45-22.15	€ 188 con madrelingua
	Inglese base Per chi conosce l'abc Test 12 ottobre 20.45	20 ottobre	12 gennaio	Martedì 20.30-22.00	€ 145 con madrelingua
	Inglese intermedio Test 12 ottobre 20.45	19 ottobre	11 gennaio	Lunedì 20.45-22.15	€ 145 con madrelingua
	Inglese da zero Test 12 ottobre 20.45	22 ottobre	11 gennaio	Giovedì 20.30-22.00	€ 145 con madrelingua

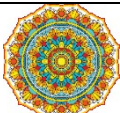
Corsi Settembre – Gennaio 27

	CORSO	INIZIO	TERMINE	GIORNO ATTIVITA'	CONTRIBUTO
	¡Vamos a hablar! Corso di conversazione di spagnolo base.	21 ottobre	13 gennaio	Mercoledì 20.45-22.15	€ 117
	Read to me book For adults Con madrelingua	8 ottobre	17 Dicembre	Giovedì 9.20-10.50	€ 120 + € 30 per libro
	Sostegno allattamento e massaggio infantile metodo Shantala con ostetrica "IBCLC"	da settembre	5 incontri a ripetizione	Martedì Mercoledì Giovedì 10.00-11.00	€ 120
	Incontri di accompagnamento alla nascita (dalla 26^ settimana) con ostetrica "IBCLC"	da settembre	8 incontri a ripetizione	Giovedì 18.15-20.15	€ 260
	Read to book Anni 0-3 Con madrelingua	8 ottobre	29 ottobre	Giovedì 11.00-12.15	€ 48 + € 44 per 4 libri
	Read to book Anni 0-3 Con madrelingua	12 novembre	3 dicembre	Giovedì 11.00-12.15	€ 48 + € 44 per 4 libri
	Read to book Anni 0-3 Con madrelingua	7 gennaio	28 gennaio	Giovedì 11.00-12.30	€ 48 + € 44 per 4 libri
	Canazza book club Dai 2 ai 5 anni Con madrelingua	17 ottobre -14 novembre 12 dicembre- 9 gennaio		Sabato 10.00-10.45	€ 40 + € 16 per libro
	Canazza book club Dai 6 ai 10 anni Con madrelingua	17 ottobre -14 novembre 12 dicembre- 9 gennaio		Sabato 11.00-12.00	€ 40 + € 36 per libro
	Spazio educativo Aggregativo per minori	4 settembre	29 gennaio	Lun./ Ven. 15.00-18.30 Mart. 15.00-17.00	Gratuito con prenotazione Trivium 3314922029
	Potenziamento Italiano per ragazzi Migranti 11-18 anni	4 settembre	29 gennaio	Martedì e Venerdì 14.00-15.00	Gratuito con prenotazione Trivium 331 4922029
	Il tè delle mamme Laboratorio Linguistico per donne migranti	7 settembre	gennaio	Lunedì 9.00-11.00	Gratuito con prenotazione Trivium 331 4922029

Corsi Settembre – Gennaio 27

	CORSO	INIZIO	TERMINE	GIORNO ATTIVITA'	CONTRIBUTO
	Cucito base	12 ottobre	25 gennaio	Lunedì 20.30-22.30	€ 140
	Cucito intermedio	13 ottobre	26 gennaio	Martedì 20.30-22.30	€ 140
	Corso di cucito metodo Sitam professionale	15 ottobre	18 febbraio	Giovedì 19.00-22.00	Informazioni in segreteria
	Riparazione sartoriale di cucito	17 ottobre	30 gennaio	Sabato 9.00-11.00	€ 140
	Modellazione creta e decorazione a Gran Fuoco	30 ottobre	27 novembre	Venerdì 20.45-22.45	€ 70 iscrizione + € 35 materiale
	Corso amatoriale di Fotografia	22 ottobre	3 dicembre	Giovedì 21.00-22.30	€ 65
	Grafica con Canva Per tutti	21 ottobre	25 novembre	Mercoledì 9.30-11.30	€ 95
	Bagno armonico con Campane Tibetane	20 ottobre	12 gennaio	Martedì 19.00-20.00	€ 70
	Tè ...insieme a lavoro a maglia, uncinetto, punto croce	29 settembre	26 gennaio	Martedì 15.00-16.30	€ 15
	Ti leggoascolta le pagine con me <i>Lecture condivise ad alta voce per adulti</i>	1 ottobre	Cadenza quindicinale (1° e 3° del mese)	Giovedì 15.00-16.30	Gratuita
	Laboratorio Teatro Principianti Aperto ai cittadini	Per persone appassionate all'espressività teatrale 16 settembre -27 gennaio		Mercoledì 15.00-17.00	€ 40
Giornata Eliminazione violenza contro le donne 	“Tutto cominciò con uno sguardo” La storia di Susanna Donne e violenza nella bibbia	Incontro con la biblista Rita Pellegrini		Sabato 14 Novembre 10.30-12.00	Gratuito con iscrizione
	HOT MAKE-UP TRENDS: i look più iconici delle celebrities	26 ottobre	18 gennaio	Lunedì 19.15- 20.30	€ 115

Corsi Settembre – Gennaio 27

	CORSO	INIZIO	TERMINE	GIORNO ATTIVITA'	CONTRIBUTO
	Corso base di self make-up per imparare a valorizzarsi	27 Ottobre	26 Gennaio	Martedì 20.30-22.30	€ 150
	“Muoversi Bene Vivere meglio” con l’osteopata	2 ottobre	6 novembre	Venerdì 10.30-11.30	Gratuito con iscrizione over 65
Invito alla Giornata 10 ottobre 2026	“Oltre l’invisibilità” Self Help l’Auto Mutuo Aiuto nella terza età	9.30: Tavola Rotonda, testimonianze con Ass. Self Help di Verona, Associazione AMALO 12.30: buffet offerto ai partecipanti iscritti		14.30: recital “Specchi di invisibilità” Storie che la società non vede	Gratuito con iscrizione in segreteria
	Qigong nel verde	14 settembre 21 settembre 28 settembre		Lunedì 10.00-11.00	Gratuito Over 65 Iscrizione in segreteria
	Qigong nel verde	16 settembre 23 settembre 30 settembre		Mercoledì 10.00-11.00	Gratuito Over 65 iscrizione in segreteria
Buongiorno Giovedì	Laboratorio creativo Insieme Stoffe, perline e fantasia ..natalizia	17 settembre	10 dicembre	Giovedì 9.00-12.00	Gratuito Over 65
MERCOLEDI' ORE 15.00	Spazio aperto per i cittadini .. gioco, chiacchiere	9 settembre	27 gennaio	Mercoledì 15.00-17.00	Gratuito
	Gruppo di meditazione ...un viaggio interiore...	25 settembre	29 gennaio	Venerdì 19.15-20.15	Banca del tempo Gratuito con Iscrizione
	Custode sociale Quartiere Canazza	Hai bisogno di aiuto per pratiche burocratiche? Vuoi prenotare una visita medica o conoscere i servizi del tuo territorio? Stai vivendo un momento difficile e hai bisogno di una mano?		Martedì 9.20-11.20	Ufficio in Via Girardi 27 B Cellulare 338 18 09 738
	Informatica per principianti nozioni di base - sistemi word e excel conoscenza di internet	da settembre a ripetizione	5 incontri di 1 ora ciascuno direttamente su pc	giorni e orari da concordare con la segreteria possibilità di corsi serali	€ 98 (con 2 iscritti)

Corsi Settembre – Gennaio 27

	CORSO	INIZIO	TERMINE	GIORNO ATTIVITA'	CONTRIBUTO
 0331 1910304	Servizio di telefonia agli anziani "Una voce amica"	settembre	gennaio	Al mattino Giovedì dalle 10 alle 12	Al pomeriggio giovedì dalle 16 alle 18
	Un tempo per supporto e condivisione di gruppo Spazio aperto per chi ha vissuto una depressione	settembre	gennaio	Giovedì (2° e 4° del mese) dalle 17.00 alle 18.30	Ogni 15 giorni Informazioni in segreteria
	Un tempo per informazioni, supporto e condivisione di gruppo Spazio aperto per chi ha vissuto un lutto	settembre	gennaio	Mercoledì 17.30 -19.00	Ogni 15 giorni Informazioni in segreteria
	Un tempo per informazioni, supporto e condivisione di gruppo Spazio aperto a familiari di pazienti psichiatrici	settembre	gennaio	Martedì dalle 17.30 alle 19	Ogni 15 giorni Informazioni in segreteria
	Gruppo GA Per giocatori anonimi	settembre	gennaio	Venerdì 20.30-22.45	Informazioni in segreteria
	Un tempo per informazioni, supporto e condivisione di gruppo <i>sulla dipendenza affettiva</i>	settembre	gennaio	Mercoledì dalle 20 alle 22	Informazioni in segreteria

**SI ACCETTANO PROPOSTE E NUOVE INIZIATIVE DA REALIZZARE PRESSO IL
CENTRO**



A PARTIRE DAL 24 AGOSTO CON I SEGUENTI ORARI:

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 Girardi 27 B , Legnano - Tel. 0331 – 1910304 cell. 393 9559186

Email: spazioincontrocanazza@etainsieme.org Sito www.etainsieme.org

Seguici su Facebook e Instagram

**DAI LA TUA ADESIONE PRESSO LO SPAZIO INCONTRO
CANAZZA**