



Città di
Busto Arsizio

CORSI

GUIDA INFORMATIVA

2026 • 2027





**Nel libretto sono indicati i corsi organizzati
dalle associazioni, dai privati e dalle scuole cittadine**

*Le iscrizioni e i pagamenti dovranno essere
effettuati presso i soggetti proponenti*

*L'avvio dei corsi è subordinato al raggiungimento
del numero minimo previsto*

IN COPERTINA: immagine tratta dal “**Libro d'Oro della Città di Busto Arsizio, 1924-1966**”, disegnata da L. Mocchetti in occasione dell'apertura della V° Mostra Internazionale del cotone, rayon, fibre tessili e macchinario tessile; con l'intervento di S.E. Avv. Bernardo Mattarella, Ministro del Commercio Estero il 25 settembre 1955.





CULTURA, ARTI E TEMPO LIBERO

pag. 9



BENESSERE

pag. 41



INFORMATICA E DIGITALIZZAZIONE

pag. 49



LINGUE ITALIANA E STRANIERE

pag. 61



PRIMO SOCCORSO

pag. 76



CULTURA, ARTI E TEMPO LIBERO

ASSOCIAZIONE MUSICALE "G. ROSSINI" ETS

pag. 9

ARPA CELTICA.....	9
PIANOFORTE PER ADULTI	9
PIANOFORTE PER RAGAZZI	9
FISARMONICA.....	9
CHITARRA CLASSICA PER RAGAZZI.....	10
PIANOFORTE PER BAMBINI.....	10
CHITARRA CLASSICA PER ADULTI	10
CLARINETTO PER RAGAZZI E ADULTI	10
FLAUTO TRAVERSO PER RAGAZZI E ADULTI	10
CHITARRA ELETTRICA PER ADULTI	11
CHITARRA ELETTRICA PER RAGAZZI.....	11
VIOLINO PER RAGAZZI	11
CANTO REPERTORIO POP PER ADULTI	11
CANTO REPERTORIO POP PER RAGAZZI	11
CANTO LIRICO PER ADULTI	12
BATTERIA PER RAGAZZI	12
BATTERIA PER ADULTI	12
MUSICOTERAPIA PER RAGAZZI	12
MUSICOTERAPIA PER ADULTI.....	12

MARILENA ANZINI

pag. 13

CANTO SACRO - AL CUORE DELLA VOCE CON IL CANTO GREGORIANO	13
CORSO DI CANTO CORALE - CANTA CHE TI PASSA.....	13
SEMINARIO DI CANTO E IMPROVVISAZIONE VOCALE - ABBRACCIARE L'INCERTEZZA	14
SEMINARIO DI CANTO - IMPROVVISAZIONE VOCALE ED EMISFERI CEREBRALI	14
SEMINARIO DI FUNZIONALITÀ VOCALE: I MOTI EMOTIVI NELLA VOCE E NEL CANTO	14

PRODIS S.A.S FORMULAVINO

pag. 15

CORSO DI DEGUSTAZIONE VINI.....	15
---------------------------------	----

ATELIER CLOUD9

pag. 16

CIRCOLO LETTERARIO LIB(E)RO	16
IL GIRO DEL MONDO IN 16 TECNICHE D'ARTE.....	16
CLOUD9 OPEN LAB: LA TUA BOTTEGA D'ARTE LIBERA	16
MANGA DA ZERO: DISEGNA I TUOI PERSONAGGI.....	17
POP LAB: IL TUO DESIGN FATTO A MANO.....	17
LO YOGA DELL'ARTE: ESPLORAZIONE ARTISTICA PER IL BENESSERE.....	17

ARETÈ SOCIETÀ SPORTIVA DILETTANTISTICA a R.L.

pag. 18

AVVIO ALLA DANZA (4-5 ANNI)	18
PROPEDEUTICA ALLA DANZA 1-2 (6-7 ANNI).....	18
PROPEDEUTICA MODERN (DAI 7 ANNI)	18

CORSI DI DANZA CLASSICA ACCADEMICA E CLASSICO AVANZATO.....	19
• 1° PRE-ACCADEMICO (DAGLI 8 ANNI)	
• 1° ACCADEMICO	
• 2° ACCADEMICO	
• CLASSICO AVANZATO	
CLASSICO ADULTI, MORNING PILATES E EVENING PILATES.....	20
• CLASSICO ADULTI	
• MORNING PILATES	
• EVENING PILATES	
AFRO-CONTEMPORANEA	20
CORSI DI HIP HOP E HEELS	21
• HIP HOP ENERGY (DAGLI 8 ANNI)	
• HIP HOP MASTER	
• HIP HOP PRO	
• HEELS	
CORSI DI ACRODANCE	21
• ACRODANCE MODERN - PRINCIPIANTI	
• ACRODANCE MODERN - INTERMEDIO	
CORSI DI MUSICAL	22
• MUSICAL ENERGY (DAI 7 ANNI)	
• MUSICAL MASTER	
• MUSICAL ACADEMY	
• MUSICAL ADULTI	

C.A.B. CENTROARTECULTURA BUSTESE

pag. **23**

PITTURA CON APPROFONDIMENTO DELL'USO DEGLI ACRILICI.....	23
DISEGNO BASE	23
DISEGNO AVANZATO	24
CORSO BASE DI PITTURA A OLIO E ALL'ACQUA	24
DIGITAL PAINTING CON PROCREATE	25
GRAFICA PROFESSIONALE CON AFFINITY BY CANVA	26
ACQUERELLO	26
VETRATA D'ARTE TECNICA TIFFANY	27
ARTE ALTERNATIVA 4 PICCOLE SCULTURE IN LEGNO	27
CORSO BASE COMPLETO MANIPOLAZIONE ARGILLA	28
CORSO DI CUERDA SECA	28
CORSO DI SCULTURA IN ARGILLA	29
CORSO DI MANIPOLAZIONE IN ARGILLA - LIVELLO AVANZATO	29
SCRITTURA CREATIVA - CORSO BASE 1° CICLO	29
SCRITTURA CREATIVA - CORSO BASE 2° CICLO	30
CORSO AVANZATO DI SCRITTURA CREATIVA.....	30
PALESTRA DI SCRITTURA CREATIVA - IL RACCONTO	31
PALESTRA DI SCRITTURA CREATIVA - SCRIVERE SE STESSI	31
NUDO CON MODELLA	31

ASSOCIAZIONE FOTOGRAFICA AF 35 MM	pag. 32
CORSO DI FOTOGRAFIA BASE - TECNICA, COMPOSIZIONE E PRATICA.....	32
CIRCOLO FOTOGRAFICO BUSTESE APS	pag. 33
CORSO BASE DI FOTOGRAFIA	33
OLGA FIORINI COOPERATIVA SOCIALE (ACOF)	pag. 34
CORSO BASE DI TAGLIO E CUCITO	34
SHOOTING ACADEMY SSD	pag. 35
CORSO BASE I - TIRO A SEGNO (CARABINA E PISTOLA).....	35
CORSO BASE II - TIRO A SEGNO (CARABINA)	35
CORSO BASE II - TIRO A SEGNO (PISTOLA)	35
VIANDANTI TEATRANTI	pag. 36
TEATRO PER BAMBINI (6-8 ANNI E 8-10 ANNI).....	36
TEATRO PER RAGAZZI (11-13 ANNI)	36
TEATRO PER ADOLESCENTI (14-18 ANNI)	37
TEATRO PRIMO ANNO ADULTI	37
FARINA E PASSIONE QI SNC di Laura Berardi e Barbara Esposti Apiccino	pag. 38
I SEGRETI DELLA PASTA FROLLA.....	38
LA MAGIA DELLA PASTA SFOGLIA	38
L'ARTE DELLA PASTA FRESCA	39
PIZZA IN TEGLIA: METODO SEMPLICE	39
IL PROFUMO DELLE TORTE A COLAZIONE	40

BENESSERE

ATELIER CLOUD9	pag. 41
YOGA INTEGRALE: LA GIOIA DEL MOVIMENTO E DEL RESPIRO.....	41
SMART YOGA: LA PRATICA FLUIDA DEL SABATO MATTINA	41
LO YOGA ONLINE: LA PRATICA A CASA TUA, CON LA CURA DELL'ATELIER.....	42
FIOR DI LOTO ASD	pag. 43
CORSO DI YOGA: ASANA, PRANAYAMA, MEDITAZIONE	43
CORSO DI GINNASTICA POSTURALE.....	43
PROPEDEUTICA CLASSICA/BABY DANCE (BIMBI 4-6 ANNI).....	43
DANZA, GIOCO, FANTASIA (BIMBI 4-6 ANNI)	44
DANZA CLASSICA (BIMBI 7-10 ANNI)	44
CORSO DI BOOTYBARRE	44
CORSO DI TOTAL BODY.....	44
CORSO DI BURLESQUE	44

CORSO DI PILATES.....	44
CORSO DI DANZA CONTEMPORANEA ADULTE.....	44
CORSO DI DANCE & FIT.....	44

US ACLI SPAZIO 3 OLTRE LA DANZA - Franca Nadia Castiglioni pag. **45**

G.P.S. GIOVANI DAI 10 AI 17 ANNI - GINNASTICA POSTURALE SENSORIALE.....	45
G.P.S. - GINNASTICA POSTURALE SENSORIALE.....	45
GINNASTICA DOLCE - MOVIMENTI DA ESEGUIRE SENZA SFORZI.....	46

SPEED SPORT SSDRL - Alberto Castelli pag. **47**

MINDFULNESS PER LA RIDUZIONE DELLO STRESS - PROTOCOLLO MBSR.....	47
--	----

YOGAMORE ASD pag. **48**

ANANDA YOGA.....	48
------------------	----

INFORMATICA E DIGITALIZZAZIONE

PERCORSI SENZ'ETÀ - Bosello Sabrina Katia pag. **49**

PERCORSO A: PRIMI PASSI NEL MONDO DIGITALE.....	49
• SMARTPHONE & TABLET.....	49
• PC DA ZERO.....	50
• NAVIGARE SICURI SUL WEB.....	50
• E-MAIL & WHATSAPP.....	50
• SHOPPING ONLINE SICURO.....	51
• SPID, CIE & BUROCRAZIA DIGITALE.....	51
• SOCIAL NETWORK & CHAT.....	51
• ANTI -TRUFFE ONLINE.....	52
• FOTO, MUSICA & VIDEO.....	52
PERCORSO B: IL DIGITALE NELLA VITA QUOTIDIANA.....	52
• ARCHIVIO DIGITALE & BACKUP.....	52
• VIDEOSCRITTURA & BLOG.....	53
• IL MIO CURRICULUM.....	53
• PICCOLA CONTABILITÀ DOMESTICA.....	53
• INTELLIGENZA ARTIFICIALE PER TUTTI.....	54
• SANITÀ DIGITALE.....	54
• VIAGGIARE CON LO SMARTPHONE.....	54
• RISOLVI PROBLEMI.....	55
• NONNI ONLINE.....	55

DAVIDE BRUNO pag. **56**

CORSO DI EXCEL DAL LIVELLO BASE ALL'AVANZATO (SECONDA EDIZIONE).....	56
CORSO PRATICO - BILANCIO FAMILIARE E GESTIONE DELLE SPESE PERSONALI CON EXCEL.....	57

OLGA FIORINI COOPERATIVA SOCIALE (ACOF) pag. **58**

INFORMATICA (I LIVELLO)	58
INFORMATICA (II LIVELLO)	58
INFORMATICA - MODULI DI APPROFONDIMENTO.....	58
1. MICROSOFT.....	58
2. GOOGLE	59
3. VIDEOSCRITTURA.....	59
4. FOGLIO DI CALCOLO.....	59
5. WEB & EMAIL.....	59
6. PRESENTAZIONI CARTACEE E MULTIMEDIALI	59

ALESSANDRO GHIONNA pag. **60**

CYBERSECURITY ESSENTIALS	60
CORSO BASE DI RETI E LINUX.....	60
CORSO AVANZATO DI RETI E LINUX	60

LINGUE ITALIANA E STRANIERE

ELENA ACQUANI pag. **61**

CORSI DI TEDESCO E DI ITALIANO ONLINE	61
CORSO DI TEDESCO (PER AVVICINARSI AL LIVELLO A1.1)	61
CORSO DI ITALIANO PER STRANIERI L2 (PER AVVICINARSI AL LIVELLO A1.1)	61

OLGA FIORINI Cooperativa Sociale (ACOF) pag. **62**

ELEMENTARY ENGLISH	62
INTERMEDIATE ENGLISH.....	62

CENTRO LINGUE MY OPEN SCHOOL S.R.L. pag. **63**

LINGUA INGLESE - LIVELLO BASE.....	63
LINGUA INGLESE - BASE PLUS	63
LINGUA INGLESE - LIVELLO INTERMEDIO	64
LINGUA INGLESE - LIVELLO INTERMEDIO PLUS	65
LINGUA SPAGNOLA - LIVELLO BASE.....	65
LINGUA SPAGNOLA - LIVELLO BASE PLUS	66
LINGUA FRANCESE - LIVELLO BASE	66
LINGUA ITALIANA - LIVELLO BASE.....	67
LINGUA TEDESCA - LIVELLO BASE	67
LINGUA INGLESE - PREPARAZIONE ESAME B2 FIRST	68
LINGUA INGLESE - STARTERS MODULE 1 - KIDS.....	68
LINGUA INGLESE - STARTERS MODULE 2 - KIDS.....	69
LINGUA INGLESE - MOVERS MODULE 1 - KIDS.....	69
LINGUA INGLESE - MOVERS MODULE 2 - KIDS.....	70

LINGUA INGLESE - FLYERS MODULE 1 - JUNIORS	70
LINGUA INGLESE - FLYERS MODULE 2 - JUNIORS	71
LINGUA INGLESE - A2 KEY - JUNIORS	71
LINGUA INGLESE - B1 PRELIMINARY - JUNIORS	72
LINGUA INGLESE - B2 FIRST MODULO 1 - TEENS	72
LINGUA INGLESE - B2 FIRST MODULO 2 - TEENS	73
LINGUA INGLESE - C1 ADVANCED MODULE 1 - TEENS.....	73
LINGUA INGLESE - C1 ADVANCED MODULE 2 - TEENS.....	74
LINGUA INGLESE - C2 PROFICIENCY MODULE 1	74
LINGUA INGLESE - C2 PROFICIENCY MODULE 2	75

PRIMO SOCCORSO

CROCE ROSSA ITALIANA Comitato di Busto Arsizio

pag. **76**

CORSO TEORICO - PRATICO DI PRIMO SOCCORSO.....	76
CORSO DI PRIMO SOCCORSO IN ETÀ PEDIATRICA.....	76
CORSO DI ASSISTENZA AL MALATO E ALL'ANZIANO IN FAMIGLIA.....	76
CORSO DI MANOVRE SALVAVITA PEDIATRICHE E ADULTO.....	77
AGGIORNAMENTO CORSO DI MANOVRE SALVAVITA PEDIATRICHE E ADULTO	77
CORSO DI PUBBLICO ACCESSO AL DEFIBRILLATORE (PAD).....	77
CORSO DI RETRAINING DI PUBBLICO ACCESSO AL DEFIBRILLATORE (PAD).....	77
CORSO L. 81/08 EX NOVO GRUPPI B/C	78
CORSO L. 81/08 - AGGIORNAMENTO - GRUPPI B/C	78
CORSO L. 81/08 EX NOVO GRUPPO A	78
CORSO L. 81/08 - AGGIORNAMENTO - GRUPPO A.....	79





PROPONENTE

ASSOCIAZIONE MUSICALE "G. ROSSINI" ETS

SEDE CORSO Villa Ottolini-Tosi, via Bellini 7 - Busto Arsizio

CONTATTI 0331 635 255 - amrossini.info@gmail.com

ISCRIZIONI ENTRO venerdì 9 ottobre 2026

ARPA CELTICA

Si tratta di un corso collettivo dedicato agli adulti e ragazzi che vogliono dilettarsi nell'apprendimento tecnico-pratico dell'Arpa Celtica con la finalità di suonare autonomamente brevi brani.

CONDUTTORE: M° Rossana Monico

N. ORE: 8 QUOTA: € 160

N. MIN/MAX: min 2 max 3

GIORNO: mercoledì

PAGAMENTO: in sede C/O segreteria o bonifico

DA: 21 ottobre 2026

ORARI: dalle 18.00 alle 19.00

PIANOFORTE PER ADULTI

Si tratta di un corso collettivo dedicato agli adulti che vogliono dilettarsi nell'apprendimento tecnico-pratico del pianoforte con la finalità di suonare autonomamente brevi brani.

CONDUTTORE: M° Roberto Bottini

N. ORE: 8 Quota: €160

N. MIN/MAX: min 2 max 3

GIORNO: mercoledì

PAGAMENTO: in sede C/O segreteria o bonifico

DA: 21 ottobre 2026

ORARI: dalle 20.00 alle 21.00

PIANOFORTE PER RAGAZZI

Si tratta di un corso collettivo dedicato ai ragazzi dai 10 ai 15 anni che vogliono dilettarsi nell'apprendimento tecnico-pratico del pianoforte con la finalità di suonare autonomamente brevi brani.

CONDUTTORE: M° Roberto Bertolin

N. ORE: 8 QUOTA: € 160

N. MIN/MAX: min 2 max 3

GIORNO: giovedì

PAGAMENTO: in sede C/O segreteria o bonifico

DA: 22 ottobre 2026

ORARI: dalle 16.00 alle 17.00

FISARMONICA

Il corso è finalizzato alla conoscenza di questo strumento e all'apprendimento tecnico-pratico della fisarmonica.

CONDUTTORE: M° Roberto Bottini

N. ORE: 8

QUOTA: € 160

N. MIN/MAX: min 2 max 4

GIORNO: mercoledì

PAGAMENTO: in sede C/O segreteria o bonifico

DA: 21 ottobre 2026

ORARI: dalle 19.00 alle 20.00





CHITARRA CLASSICA PER RAGAZZI

Si tratta di un corso collettivo di chitarra classica dedicato a ragazzi/e che vogliono sviluppare le proprie doti musicali.

CONDUTTORE: **M° Simone Cutuli**

N. ORE: **8** QUOTA: **€ 160**

N. MIN/MAX: **min 3 max 5**

GIORNO: **mercoledì**

PAGAMENTO: **in sede C/O segreteria o bonifico**

DA: **21 ottobre 2026**

ORARI: **dalle 17.00 alle 18.00**

PIANOFORTE PER BAMBINI

Il corso è rivolto a bambini di età tra i 5 e gli 8 anni ed è mirato all'apprendimento delle note musicali divertendosi nel suonare brevi brani.

CONDUTTORE: **M° Roberto Bertolin**

N. ORE: **8** QUOTA: **€ 160**

N. MIN/MAX: **min 2 max 3**

GIORNO: **martedì**

PAGAMENTO: **in sede C/O segreteria o bonifico**

DA: **20 ottobre 2026**

ORARI: **dalle 16.30 alle 17.30**

CHITARRA CLASSICA PER ADULTI

Si tratta di un corso collettivo di chitarra classica dedicato ad adulti che vogliono sviluppare le proprie doti musicali.

CONDUTTORE: **M° Simone Cutuli**

N. ORE: **8** QUOTA: **€ 160**

N. MIN/MAX: **min 3 max 5**

GIORNO: **mercoledì**

PAGAMENTO: **in sede C/O segreteria o bonifico**

DA: **21 ottobre 2026**

ORARI: **dalle 20.00 alle 21.00**

CLARINETTO PER RAGAZZI E ADULTI

Il corso ha come obiettivo l'insegnamento dei fondamentali della tecnica strumentale mediante la produzione di semplici brani.

CONDUTTORE: **M° Francesco Limardo**

N. ORE: **8** QUOTA: **€ 160**

N. MIN/MAX: **min 2 max 3**

GIORNO: **martedì**

PAGAMENTO: **in sede C/O segreteria o bonifico**

DA: **20 ottobre 2026**

ORARI: **dalle 19.00 alle 20.00**

FLAUTO TRAVERSO PER RAGAZZI E ADULTI

Il corso ha come obiettivo l'insegnamento dei fondamentali della tecnica strumentale mediante la produzione di semplici brani.

CONDUTTORE: **M° Roberto Bertolin**

N. ORE: **8** QUOTA: **€ 160**

N. MIN/MAX: **min 3 max 5**

GIORNO: **martedì**

PAGAMENTO: **in sede C/O segreteria o bonifico**

DA: **20 ottobre 2026**

ORARI: **dalle 19.30 alle 20.30**





CHITARRA ELETTRICA PER ADULTI

Il corso è finalizzato ad una introduzione sulle possibilità espressive ed interpretative dello strumento. Non è richiesta alcuna preparazione iniziale.

CONDUTTORE: **M° Riccardo Bianchi**

N. ORE: **8** QUOTA: **€ 160**

N. MIN/MAX: **min 3 max 5**

GIORNO: **martedì**

PAGAMENTO: **in sede C/O segreteria o bonifico**

DA: **20 ottobre 2026**

ORARI: **dalle 19.00 alle 20.00**

CHITARRA ELETTRICA PER RAGAZZI

Il corso, per ragazzi/e dai 13 anni in su, prevede un potenziamento della tecnica espressiva e una esplorazione del repertorio dello strumento.

CONDUTTORE: **M° Riccardo Bianchi**

N. ORE: **8** QUOTA: **€ 160**

N. MIN/MAX: **min 3 max 5**

GIORNO: **martedì**

PAGAMENTO: **in sede C/O segreteria o bonifico**

DA: **20 ottobre 2026**

ORARI: **dalle 18.00 alle 19.00**

VIOLINO PER RAGAZZI

Il corso, per ragazzi è finalizzato all'apprendimento dei primi elementi di tecnica violinistica attraverso lo studio di un repertorio di facile realizzazione, anche in riferimento alla Certificazione Internazionale delle Competenze Musicali (prep-test).

CONDUTTORE: **M° Daniela Zanoletti**

TOTALE ORE: **8** QUOTA: **€ 160**

N. MIN/MAX: **min 2 max 3**

GIORNO: **giovedì**

PAGAMENTO: **in sede C/O segreteria o bonifico**

DA: **22 ottobre 2026**

ORARI: **dalle 15.30 alle 16.30**

CANTO REPERTORIO POP PER ADULTI

Si tratta di un corso incentrato sul genere pop, finalizzato all'apprendimento di tecniche vocali e all'analisi della figura del cantante in riferimento allo specifico repertorio.

CONDUTTORE: **M° Elsa Biscari**

N. ORE: **8** QUOTA: **€ 160**

N. MIN/MAX: **min 4 max 6**

GIORNO: **venerdì**

PAGAMENTO: **in sede C/O segreteria o bonifico**

DA: **23 ottobre 2026**

ORARI: **dalle 19.00 alle 20.00**

CANTO REPERTORIO POP PER RAGAZZI

Si tratta di un corso incentrato sul genere pop, finalizzato all'apprendimento di tecniche vocali e all'analisi della figura del cantante in riferimento allo specifico repertorio.

CONDUTTORE: **M° Elsa Biscari**

N. ORE: **8** QUOTA: **€ 160**

N. MIN/MAX: **min 4 max 6**

GIORNO: **lunedì**

PAGAMENTO: **in sede C/O segreteria o bonifico**

DA: **19 ottobre 2026**

ORARI: **dalle 17.30 alle 18.30**





CANTO LIRICO PER ADULTI

Si tratta di un corso incentrato sul genere lirico, finalizzato all'apprendimento di tecniche vocali e all'analisi della figura del cantante in riferimento allo specifico repertorio.

CONDUTTORE: **Insegnante Elsa Biscari**

N. ORE: **8** QUOTA: **€ 160**

N. MIN/MAX: **min 2 max 4**

GIORNO: **lunedì**

PAGAMENTO: **in sede c/o segreteria o bonifico**

DA: **19 ottobre 2026**

ORARI: **dalle 20.30 alle 21.30**

BATTERIA PER RAGAZZI

Il corso si rivolge a ragazzi che intendono iniziare lo studio della batteria senza possedere nessuna specifica competenza iniziale.

CONDUTTORE: **M° Marco Maggiore**

N. ORE: **8** QUOTA: **€ 160**

N. MIN/MAX: **min 2 max 3**

GIORNO: **lunedì**

PAGAMENTO: **in sede c/o segreteria o bonifico**

DA: **19 ottobre 2026**

ORARI: **dalle 18.30 alle 19.30**

BATTERIA PER ADULTI

Il corso si rivolge ad adulti che intendono iniziare lo studio della batteria senza possedere nessuna specifica competenza iniziale.

CONDUTTORE: **M° Marco Maggiore**

N. ORE: **8** QUOTA: **€ 160**

N. MIN/MAX: **min 2 max 3**

GIORNO: **lunedì**

PAGAMENTO: **in sede c/o segreteria o bonifico**

DA: **19 ottobre 2026**

ORARI: **dalle 19.30 alle 20.30**

MUSICOTERAPIA PER RAGAZZI

Si tratta di un corso collettivo dedicato ai ragazzi che vogliono dilettarsi nell'apprendimento tecnico-pratico del pianoforte con la finalità di suonare autonomamente brevi brani.

CONDUTTORE: **Dott.ssa Martina Simonelli**

N. ORE: **8** QUOTA: **€ 160**

N. MIN/MAX: **min 4 max 8**

GIORNO: **mercoledì**

PAGAMENTO: **in sede c/o segreteria o bonifico**

DA: **21 ottobre 2026**

ORARI: **dalle 18.30 alle 19.30**

MUSICOTERAPIA PER ADULTI

Si tratta di un corso collettivo dedicato agli adulti che vogliono dilettarsi nell'apprendimento tecnico-pratico del pianoforte con la finalità di suonare autonomamente brevi brani.

CONDUTTORE: **Dott.ssa Martina Simonelli**

N. ORE: **8** QUOTA: **€ 160**

N. MIN/MAX: **min 4 max 8**

GIORNO: **mercoledì**

PAGAMENTO: **in sede c/o segreteria o bonifico**

DA: **21 ottobre 2026**

ORARI: **dalle 19.30 alle 20.30**



PROPONENTE

MARILENA ANZINI

SEDE CORSO **via Custoza 1 - Busto Arsizio**
CONTATTI **339 2981446 - homeandjourney@gmail.com**

CANTO SACRO - AL CUORE DELLA VOCE CON IL CANTO GREGORIANO

Il canto gregoriano è nato da cuori in preghiera, da moti dell'animo comuni a tutti gli esseri umani, di ogni tempo e di ogni dove. Non ha altro suono che la voce, individuale e corale, ed è stato cantato per secoli, quando la musica non poteva essere scritta ma solo imparata tramite ascolto e attenzione. Sebbene oggi stia quasi scomparendo dalle chiese, è ancora in grado di affascinarci, forse perché la parte più profonda dell'essere umano non cambia nei secoli e ancora anela alla quiete interiore e alla connessione con il prossimo e con l'infinito. Durante il corso ci dedicheremo al repertorio natalizio tratto soprattutto dall'Antifonale monastico secondo l'antico rito benedettino. Ci saranno pochi cenni teorici e molte esercitazioni corporee e vocali volte ad assaporare l'intrinseca bellezza del canto gregoriano che ha ancora tanto da dare all'animo umano.

N. ORE: **9** QUOTA: **€ 95**

PAGAMENTO: **bonifico all'iscrizione**

N. MIN/MAX: **min 6 max 12**

DA: **28 settembre 2026**

GIORNO: **lunedì (28 settembre, 12 e 26 ottobre, 2-16-30 novembre, 14 dicembre 2026)**

ORARI: **dalle ore 19.00 alle 20.30**

CORSO DI CANTO CORALE - CANTA CHE TI PASSA

Un cammino che unisce corpo, voce e relazione, per scoprire il canto come spazio di benessere, espressione e incontro. Il laboratorio nasce dal desiderio di esplorare l'aspetto più profondo e autentico dell'uso della voce. Attraverso esercitazioni collettive e individuali, accompagnerà i partecipanti a ritrovare la gioia, l'intimità, la profondità e anche il divertimento che abitano naturalmente il canto. Da questo approccio prenderà forma un rapporto più creativo e sincero con la propria voce, con se stessi e con gli altri, insieme a un progressivo miglioramento del senso ritmico, dell'intonazione, della tecnica vocale e dello sviluppo della creatività musicale. Il corso offrirà le basi di una formazione musicale e vocale con un taglio pratico ed esperienziale: pochissimi cenni teorici e molte attività giocose, dinamiche e coinvolgenti. Il percorso comprenderà: esperienze corporee e vocali per migliorare la relazione con la propria voce, body percussion per rafforzare il senso ritmico, giochi vocali per affinare l'intonazione, allenare la memoria musicale e riconoscere intervalli e scale, circle songs basate su improvvisazione e ripetizione per sviluppare ascolto e orecchio musicale, esercizi di improvvisazione per stimolare la creatività, realizzazione di brani corali polifonici tratti da diverse culture musicali. Il laboratorio è rivolto a giovani e adulti, anche senza preparazione musicale, ma curiosi di scoprire e sperimentare le potenzialità della propria voce: oltre agli spartiti, verranno infatti forniti files audio con cui sarà possibile studiare i brani in modo intuitivo e autonomo. È richiesta solo la disponibilità a mettersi in gioco in un contesto collettivo e la curiosità di scoprire e sperimentare le potenzialità della propria voce.



N. ORE: **9**

QUOTA: **€ 95**

PAGAMENTO: **bonifico all'iscrizione**

N. MIN/MAX: **min 6 max 12**

DA: **23 settembre 2026**

GIORNO: **mercoledì (23 settembre, 7 e 21 ottobre, 4 e 18 novembre, 2 dicembre 2026)**

ORARI: **dalle ore 19.00 alle 20.30**

SEMINARIO DI CANTO E IMPROVVISAZIONE VOCALE

ABBRACCIARE L'INCERTEZZA

Un percorso per scoprire come la voce possa fiorire proprio quando smettiamo di controllarla. Attraverso esercizi corporei, giochi vocali, circle songs e improvvisazioni guidate, i partecipanti imparano ad abitare l'incertezza come spazio creativo: un luogo dove ascoltare, rischiare, lasciarsi sorprendere. Il laboratorio allena libertà espressiva, fiducia, presenza e ascolto reciproco, alternando momenti individuali e pratiche corali. L'imprevisto diventa possibilità, la voce diventa incontro. Il seminario è rivolto a cantanti, attori, strumentisti, coristi, logopedisti, insegnanti, musicoterapisti e a chiunque senta il desiderio di cantare nella propria vita.

N. ORE: **6**

QUOTA: **€ 75**

PAGAMENTO: **bonifico all'iscrizione**

N. MIN/MAX: **min 6 max 12**

DA: **13 settembre 2026**

GIORNO: **domenica**

ORARI: **dalle ore 10.00 alle 13.00 e dalle 14.30 alle 17.30**

SEMINARIO DI CANTO

IMPROVVISAZIONE VOCALE ED EMISFERI CEREBRALI

L'improvvisazione vocale è un approccio istintivo e giocoso al canto, alleggerisce il cuore e la voce e riconnette al significato più profondo del canto che è condivisione, creatività e gioia. Non richiede conoscenze musicali o competenze particolari se non il desiderio di cantare e di mettersi in gioco con la propria voce. Stimoleremo la creatività attraverso esercitazioni pratiche volte a portare equilibrio e coordinazione tra le attività dei due emisferi cerebrali e daremo vita con il canto a piccole composizioni musicali collettive che lasceranno una scia di benessere e di gioia in chi canta e in chi ascolta. I seminari sono rivolti a cantanti, attori, strumentisti, coristi, logopedisti, insegnanti, musicoterapisti e a chiunque senta il desiderio di cantare nella propria vita.

N. ORE: **6**

QUOTA: **€ 75**

PAGAMENTO: **bonifico all'iscrizione**

N. MIN/MAX: **min 6 max 12**

DA: **7 novembre 2026**

GIORNO: **sabato**

ORARI: **dalle ore 10.00 alle 13.00 e dalle 14.30 alle 17.30**

SEMINARIO DI FUNZIONALITÀ VOCALE

I MOTI EMOTIVI NELLA VOCE E NEL CANTO

Ogni emozione che attraversa il corpo genera un movimento, una tensione, un'espansione, un ritmo: la voce è il riflesso sonoro di questi moti interiori. Attraverso esperienze corporee, esplorazioni vocali guidate e momenti di improvvisazione, i partecipanti saranno accompagnati a riconoscere come emozioni e corpo dialogano costantemente, e come



questo dialogo influenzi qualità, colore e libertà della voce. La Funzionalità vocale è una disciplina dolce che ci guida ad esplorare la stretta relazione che c'è tra voce e corpo. È un modo per conoscere meglio la propria voce, per favorirne lo sviluppo e per cantare con più facilità. Il seminario è rivolto a cantanti, attori, strumentisti, coristi, logopedisti, insegnanti, musicoterapisti e a chiunque senta il desiderio di cantare nella propria vita.

N. ORE: **6**
N. MIN/MAX: **min 6 max 12**
GIORNO: **sabato**

QUOTA: **€ 75**

PAGAMENTO: **bonifico all'iscrizione**

DA: **il giorno 6 Febbraio 2027**

ORARI: **dalle ore 10.00 alle 13.00 e dalle 14.30 alle 17.30**

PROPONENTE:

PRODIS S.A.S Formulavino

SEDE CORSO **Oratorio San Luigi - via Longù 10 - Sacconago - Busto Arsizio**
CONTATTI **0331 540 779 - 340 6632434 - prodis@formulavino.it**

CORSO DI DEGUSTAZIONE VINI

5 LEZIONI

Il Corso di Degustazione Vino è ideale per principianti e per appassionati del mondo del vino che vorrebbero saperne di più. I partecipanti potranno acquisire tutte le conoscenze base ed imparare la tecnica della degustazione e dell'abbinamento vino-cibo. I docenti del corso sono Marco e Roberto Ristori, sommelier AIS professionisti con parecchi anni di esperienza nel settore con i quali si potranno trascorrere 5 serate interessanti, piacevoli e divertenti.

PRIMA LEZIONE: **Enologia e Vinificazione**

SECONDA LEZIONE: **Tecnica della degustazione (*Esame Visivo*)**

TERZA LEZIONE: **Tecnica della degustazione (*Esame Olfattivo*)**

QUARTA LEZIONE: **Tecnica della degustazione (*Esame Gustativo*)**

QUINTA LEZIONE: **Tecnica dell'Abbinamento Vino-Cibo**

1^a SESSIONE

CONDUTTORE: **Sommelier Roberto Ristori e Marco Ristori**

N. ORE: **10** QUOTA: **€ 160**

N. MIN/MAX: **min 15 max 50**

GIORNO: **lunedì**

PAGAMENTO: **bonifico, paypal o contanti**

DA: **dal 19 ottobre 2026 al 16 novembre 2026**

ORARI: **dalle 21.00 alle 23.00**

2^a SESSIONE

CONDUTTORE: **Sommelier Roberto Ristori e Marco Ristori**

N. ORE: **10** QUOTA: **€ 160**

N. MIN/MAX: **min 15 max 50**

GIORNO: **lunedì**

PAGAMENTO: **bonifico, paypal o contanti**

DA: **dal 25 Gennaio 2027 al 22 Febbraio 2027**

ORARI: **dalle 21.00 alle 23.00**





PROPONENTE

ATELIER CLOUD9

SEDE CORSO **Atelier Cloud9 - via Corridoni 63 - Fagnano Olona**

CONTATTI **348 2802108 - ateliercloud9@gmail.com**

CIRCOLO LETTERARIO LIB(E)RO

All'ottavo anno di vita, il Circolo letterario Lib(e)ro è ormai una realtà. Un luogo dove ritrovarsi per parlare di libri, leggerli, scoprirne di nuovi e di vecchi. Dove promuovere la lettura, e la cultura in generale come veicolo per il benessere, la socialità e la condivisione reale. Un luogo di dialogo, confronto e di incontro per discutere di libri, esperienze di vita, visioni culturali, davanti ad una tazza di the o a un calice di vino. Tema di quest'anno: CIBO – Nutrimento, Identità, Mutamento. Il Circolo è aperto a tutti, iscritti o non iscritti ai corsi dell'Atelier.

N. ORE: **1 incontro al mese**

QUOTA: **gratuito per tutti**

N. MIN/MAX: **min 3 max 15**

DA: **22 settembre 2026**

GIORNO: **1 martedì al mese**

ORARI: **dalle 21.00 alle 23.00**

IL GIRO DEL MONDO IN 16 TECNICHE D'ARTE

Un viaggio creativo senza precedenti tra le culture, le epoche e gli stili più affascinanti del nostro pianeta. Il sabato diventa una via d'uscita dalla routine: a ogni incontro (due al mese) salperemo verso una nuova destinazione – dal Giappone Zen all'Africa tribale, fino ai segreti dei bestiari medievali – per rubare i segreti visivi dei grandi maestri del passato. Aperto a tutti, anche a chi parte da zero, il corso ti permetterà di sperimentare un arsenale di tecniche incredibili: linoleografia, foglia oro, gel plate, puntasecca... Usando questi strumenti in modo guidato e accessibile, darai vita alla flora, alla fauna, agli abitanti e ai paesaggi del tuo mondo interiore, collezionando le pagine di un'opera spettacolare: il tuo Atlante dell'Immaginario rilegato a mano.

N. ORE: **60**

QUOTA: **€ 30 (ogni incontro)**

PAGAMENTO: **contanti**

N. MIN/MAX: **min 3 max 8**

DA: **26 settembre 2026**

GIORNO: **due sabati al mese**

ORARI: **dalle 10.00 alle 13.00**

CLOUD9 OPEN LAB:

LA TUA BOTTEGA D'ARTE LIBERA

Da 17 anni il lunedì sera di Atelier Cloud9 è lo spazio dove la creatività prende forma, senza programmi fissi o giudizi. Un vero laboratorio in stile bottega rinascimentale aperto a tutti – da chi parte da zero a chi è già esperto – dove ognuno sviluppa il proprio percorso personale. Sarai guidato passo dopo passo nella tecnica che preferisci: pittura ad olio o acrilico, illustrazione, modellazione, stampa d'arte o incisione calcografica. Metti in campo le tue idee, sperimenta in totale libertà e fai crescere il tuo talento unico nel cuore storico del nostro atelier.

N. ORE: **dieci incontri**

QUOTA: **€ 230**

PAGAMENTO: **contanti**

N. MIN/MAX: **min 3 max 10**

DA: **7 settembre 2026**

GIORNO: **lunedì**

ORARI: **dalle 20.30 alle 22.30**





MANGA DA ZERO

DISEGNA I TUOI PERSONAGGI

Ami i manga e gli anime ma pensi di non saper disegnare? Questo è il corso perfetto per smentirti! Un percorso pensato esclusivamente per principianti assoluti, dove impareremo passo dopo passo le regole d'oro dei maestri giapponesi. Scoprirai come costruire un volto, dare espressività agli occhi, accennare il movimento dei corpi e lo stile dei capelli in modo semplice, logico e guidato. Dimentica la paura di sbagliare: vieni a divertirti e a dare vita, un tratto alla volta, ai tuoi primissimi personaggi originali!

N. ORE: **10 incontri**

QUOTA: **€ 230**

PAGAMENTO: **contanti**

N. MIN/MAX: **min 3 max 8**

DA: **3 ottobre 2026 o 30 settembre 2026**

GIORNO: **due sabati al mese o due mercoledì al mese**

ORARI: **sabato dalle 11.00 alle 13.00 oppure mercoledì orario da definire**

POP LAB

IL TUO DESIGN FATTO A MANO

Un laboratorio serale e dinamico di 10 lezioni pensato per chi vuole fare arte in modo grafico, moderno e senza l'ansia del disegno realistico. Aperto a tutti, anche a chi parte da zero, il corso ti guiderà passo dopo passo a progettare il tuo stile personale attraverso linee pulite, pattern e colori audaci. Imparerai a creare un design d'autore unico e a svilupparlo in modo versatile, scoprendo come replicarlo per personalizzare elementi di cancelleria, cartoline, borse di tela o la tua maglietta preferita.

N. ORE: **10 incontri**

QUOTA: **€ 200**

PAGAMENTO: **contanti**

N. MIN/MAX: **min 3 max 8**

DA: **2 ottobre 2026**

GIORNO: **venerdì**

ORARI: **dalle 21.00 alle 23.00**

LO YOGA DELL'ARTE

ESPLORAZIONE ARTISTICA PER IL BENESSERE

Un percorso a mercoledì alternati che unisce la presenza dello Yoga alla libertà della creazione artistica. Aperto a tutti, anche a chi non sa disegnare o modellare, il corso esplora l'uso di materiali classici e insoliti – dall'argilla alla china, dai pigmenti materici al collage – non per cercare la perfezione tecnica, ma come strumenti di ascolto interiore e rilassamento. Attraverso il contatto fisico con la materia e l'armonia del gesto, trasformerai l'atto creativo in uno spazio personale anti-stress, dove ritrovare la calma e la gioia di esprimersi senza alcun giudizio.

N. ORE: **10 incontri**

QUOTA: **€ 230**

PAGAMENTO: **contanti**

N. MIN/MAX: **min 3 max 8**

DA: **7 ottobre 2026**

GIORNO: **due mercoledì al mese**

ORARI: **dalle 20.30 alle 22.30**



PROPONENTE

ARETÈ Società Sportiva Dilettantistica a R.L.

SEDE CORSO **via Andrea Costa 29 - Busto Arsizio**

CONTATTI **339 6910855 - info@arete-oltreladanza.it**

AVVIO ALLA DANZA (4-5 ANNI)

Rivolti a bambini e bambine in età prescolare, i corsi di avvio alla danza seguono la metodologia "Giocodanza: la nuova propedeutica...ovvero...imparare giocando!", elaborata dalla Prof. Marinella Santini, riproposta da una maestra un po' magica. I bambini vivranno tante bellissime avventure danzando!

CONDUTTORE: **Zocchi Barbara Veronica**

N. ORE: **24**

QUOTA: **€ 440 (rateizzabile)**

N. MIN/MAX: **min 5 max 15**

GIORNO: **lunedì**

PAGAMENTO: **contante/pos/bonifico**

DA: **21 settembre 2026**

ORARI: **dalle 16.30 alle 17.15**

PROPEDEUTICA ALLA DANZA 1-2 (6-7 ANNI)

Come ben sanno le insegnanti di Aretè, "lo studio della propedeutica alla danza aiuta lo sviluppo armonico del fisico, contribuisce alla formazione del carattere, introduce alla scoperta delle potenzialità artistiche ed avvia ad una appropriata educazione musicale". Ma c'è di più: si balla perché è bello e ci si diverte soprattutto a farlo insieme agli altri, stimolando il senso del gruppo, dell'appartenenza ad una squadra.

CONDUTTORE: **Zocchi Barbara Veronica**

N. ORE: **64**

QUOTA: **€ 665 (rateizzabile)**

N. MIN/MAX: **min 5 max 15**

GIORNO: **lunedì e giovedì**

PAGAMENTO: **contante/pos/bonifico**

DA: **17 settembre 2026**

ORARI: **dalle 17.15 alle 18.15**

PROPEDEUTICA MODERN (DAI 7 ANNI)

La danza moderna esplora la libertà di movimento, il rapporto tra corpo e spazio, l'espressività e l'artisticità individuale. Essa nasce dalla rottura delle regole accademiche ma ne condivide alcuni aspetti tecnici. Studiare danza moderna garantisce sviluppo della disciplina e della libertà espressiva assieme.

CONDUTTORE: **Paccioletti Laura**

N. ORE: **32**

QUOTA: **€ 440 (rateizzabile)**

N. MIN/MAX: **min 5 max 15**

GIORNO: **lunedì**

PAGAMENTO: **contante/pos/bonifico**

DA: **14 settembre 2026**

ORARI: **dalle 17.15 alle 18.15**





CORSI DI DANZA CLASSICA ACCADEMICA E CLASSICO AVANZATO

Lo studio della danza classica accademica costituisce una base imprescindibile per tutti gli altri stili di ballo. La tecnica classica è complessa e richiede maturità, conoscenza del proprio corpo e consapevolezza delle proprie potenzialità motorie. Questo è l'obiettivo che Aretè persegue grazie alla professionalità ed esperienza dei suoi insegnanti. I corsi sono strutturati sulla base di criteri di età, sviluppo fisico e psicologico ed apprendimento e sono a numero chiuso. Seguono il metodo Vaganova, adottato alla Scuola di Ballo del Teatro alla Scala di Milano. Il passaggio da un livello al successivo, che avviene con scadenza annuale o biennale, è disciplinato da appositi esami di sbarramento che seguono il programma didattico elaborato dall'A.I.D.A. (Associazione Insegnanti Danza Accademica diplomati presso la Scuola del Teatro alla Scala di Milano). Durante le lezioni è previsto l'utilizzo di attrezzature specifiche come fitball, softball e bande elastiche per diversificare l'allenamento muscolare con nuove tecniche divertenti ed efficaci. Sono previste lezioni/seminari di danze popolari, storiche e di carattere, sbarra a terra e per le Allieve lezioni di tecnica delle punte; gli allievi dei corsi avanzati possono inoltre seguire seminari di tecnica Pilates, repertorio, lezioni di passo a due con ballerini professionisti e laboratori coreografici. È prevista la partecipazione a concorsi, rassegne, progetti di solidarietà (rassegne AIDA | Courmayeur in danza | progetto "Ossigeno" per Fondazione Fibrosi Cistica | Lyons Club...).

1° PRE-ACCADEMICO (DAGLI 8 ANNI)

CONDUTTORE: **Zocchi Barbara Veronica** N. ORE: **64** QUOTA: **€ 665 (rateizzabile)**
PAGAMENTO: **contante/pos/bonifico** N. MIN/MAX: **min 5 max 15** DA: **17 settembre 2026**
GIORNO: **lunedì e giovedì** ORARI: **dalle 18.30 alle 19.30**

1° ACCADEMICO

CONDUTTORE: **Elisabetta Seratoni** N. ORE: **80** QUOTA: **€ 785 (rateizzabile)**
PAGAMENTO: **contante/pos/bonifico** N. MIN/MAX: **min 5 max 15** DA: **14 settembre 2026**
GIORNO: **lunedì e giovedì** ORARI: **dalle 18.15 alle 19.30**

2° ACCADEMICO

CONDUTTORE: **Seratoni Elisabetta e Borriello Santa** N. ORE: **80** QUOTA: **€ 785 (rateizzabile)**
PAGAMENTO: **contante/pos/bonifico** N. MIN/MAX: **min 5 max 15** DA: **15 settembre 2026**
GIORNO: **martedì e venerdì**
ORARI: **martedì dalle 18.00 alle 19.15 e venerdì dalle 17.15 alle 18.30**

CLASSICO AVANZATO

CONDUTTORE: **Seratoni Elisabetta e Borriello Santa** N. ORE: **96** QUOTA: **€ 875 (rateizzabile)**
PAGAMENTO: **contante/pos/bonifico** N. MIN/MAX: **min 5 max 15** DA: **28 settembre 2026**
GIORNO: **lunedì e giovedì** ORARI: **dalle 19.30 alle 21.00**



CLASSICO ADULTI, MORNING PILATES E EVENING PILATES

Obiettivo dei corsi Aretè per adulti è il benessere fisico e psicologico per iniziare o terminare la giornata lavorativa con un'ora di lezione dedicata a se stessi. #wellness #iltempoperme. I corsi per adulti sono individuali o collettivi a numero chiuso.

CLASSICO ADULTI

CONDUTTORE: De Cardenas Renè e Seratoni Elisabetta

N. ORE: 32

QUOTA: € 440 (rateizzabile)

N. MIN/MAX: min 5 max 15

GIORNO: martedì

PAGAMENTO: contante/pos/bonifico

DA: 15 settembre 2026

ORARI: dalle 19.30 alle 20.30

MORNING PILATES

CONDUTTORE: Logorelli Ilenia

N. ORE: 32

QUOTA: € 440 (rateizzabile)

N. MIN/MAX: min 5 max 15

GIORNO: mercoledì

PAGAMENTO: contante/pos/bonifico

DA: 7 ottobre 2026

ORARI: dalle 8.30 alle 9.30

EVENING PILATES

CONDUTTORE: Seratoni Elisabetta

N. ORE: 24

QUOTA: € 440 (rateizzabile)

N. MIN/MAX: min 5 max 15

GIORNO: martedì

PAGAMENTO: contante/pos/bonifico

DA: 6 ottobre 2026

ORARI: dalle 18.45 alle 19.30

AFRO-CONTEMPORANEA

La danza contemporanea sperimenta, ricerca e trasmette attraverso il movimento tutto quello che va oltre le forme e le tecniche tradizionali del balletto classico accademico. La danza contemporanea è quindi un'avanguardia culturale che si basa su alcuni concetti universali come lo spazio, il tempo e le linee del corpo. Attraverso la danza si cerca di dare voce alle emozioni e ai sentimenti più vicini al tempo in cui viviamo: gesti, movimenti, figure e intrecci disegnano nello spazio un alternarsi di contrazioni e rilasci, che generano un flusso di energia continuamente in circolo nel corpo del ballerino che deve saper combinare abilmente concentrazione ed espressività.

CONDUTTORE: De Cardenas Renè e Logorelli Ilenia

N. ORE: 40

QUOTA: € 500 (rateizzabile)

N. MIN/MAX: min 5 max 15

GIORNO: mercoledì

PAGAMENTO: contante/pos/bonifico

DA: 16 settembre 2026

ORARI: dalle 20.00 alle 21.15





CORSI DI HIP HOP E HEELS

L'hip-hop non è solo uno stile di ballo, ma un vero e proprio movimento culturale, una filosofia di vita che ha preso piede all'Aretè ormai da anni con varie tecniche e stili.

HIP HOP ENERGY (DAGLI 8 ANNI)

CONDUTTORE: Ribolzi Sofia

N. ORE: 32

QUOTA: € 440 (rateizzabile)

N. MIN/MAX: min 5 max 15

GIORNO: mercoledì

PAGAMENTO: contante/pos/bonifico

DA: 16 settembre 2026

ORARI: dalle 17.00 alle 18.00

HIP HOP MASTER

CONDUTTORE: Ribolzi Sofia

N. ORE: 32

QUOTA: € 440 (rateizzabile)

N. MIN/MAX: min 5 max 15

GIORNO: mercoledì

PAGAMENTO: contante/pos/bonifico

DA: 16 settembre 2026

ORARI: dalle 18.00 alle 19.00

HIP HOP PRO

CONDUTTORE: Ribolzi Sofia

N. ORE: 32

QUOTA: € 440 (rateizzabile)

N. MIN/MAX: min 5 max 15

GIORNO: mercoledì

PAGAMENTO: contante/pos/bonifico

DA: 16 settembre 2026

ORARI: dalle 19.00 alle 20.00

HEELS

CONDUTTORE: Ribolzi Sofia

N. ORE: 32

QUOTA: € 440 (rateizzabile)

N. MIN/MAX: min 5 max 15

GIORNO: mercoledì

PAGAMENTO: contante/pos/bonifico

DA: 16 settembre 2026

ORARI: dalle 20.00 alle 21.00

CORSI DI ACRODANCE

La perfetta sinergia tra danza ed elementi acrobatici...la fluidità della danza moderna incontra la forza esplosiva di dinamiche acrobatiche! È una disciplina praticabile da tutti: le lezioni prevedono una routine di esercizi di riscaldamento che variano in complessità a seconda del livello. L'allenamento viene poi assemblato in coreografie.

ACRODANCE MODERN - PRINCIPIANTI

CONDUTTORE: Bozzetti Laura

N. ORE: 32

QUOTA: € 440 (rateizzabile)

N. MIN/MAX: min 5 max 15

GIORNO: giovedì

PAGAMENTO: contante/pos/bonifico

DA: 17 settembre 2026

ORARI: dalle 17.00 alle 18.00



ACRODANCE MODERN - INTERMEDIO

CONDUTTORE: **Bozzetti Laura**

N. ORE: **48**

QUOTA: **€ 575 (rateizzabile)**

N. MIN/MAX: **min 5 max 15**

GIORNO: **giovedì**

PAGAMENTO: **contante/pos/bonifico**

DA: **17 settembre 2026**

ORARI: **dalle 17.00 alle 18.30**

CORSI DI MUSICAL

Il Musical è un'arte multidisciplinare (danza, canto, recitazione) che sviluppa l'individualità a tutto tondo e in cui la socialità è un valore fondamentale per il raggiungimento dell'obiettivo; ed è anche una forma teatrale sempre più presente sui palcoscenici italiani per la capacità di attrarre pubblico di tutte le generazioni. Da Aretè puoi trovare corsi base per bambini principianti (dagli 8 anni) e corsi di livello intermedio/avanzato. Studierai danza stile modern-jazz, Broadway style e tip tap e proverai laboratori di canto e recitazione in collaborazione con performers professionisti. È prevista la partecipazione a concorsi.

MUSICAL ENERGY (DAI 7 ANNI)

CONDUTTORE: **Valli Elena**

N. ORE: **32**

QUOTA: **€ 440 (rateizzabile)**

N. MIN/MAX: **min 5 max 15**

GIORNO: **martedì**

PAGAMENTO: **contante/pos/bonifico**

DA: **15 settembre 2026**

ORARI: **dalle 17.00 alle 18.00**

MUSICAL MASTER

CONDUTTORE: **Valli Elena**

N. ORE: **48**

QUOTA: **€ 575 (rateizzabile)**

N. MIN/MAX: **min 5 max 15**

GIORNO: **venerdì**

PAGAMENTO: **contante/pos/bonifico**

DA: **18 settembre 2026**

ORARI: **dalle 17.00 alle 18.30**

MUSICAL ACADEMY

CONDUTTORE: **Valli Elena**

N. ORE: **48**

QUOTA: **€ 575 (rateizzabile)**

N. MIN/MAX: **min 5 max 15**

GIORNO: **venerdì**

PAGAMENTO: **contante/pos/bonifico**

DA: **18 settembre 2026**

ORARI: **dalle 18.30 alle 20.00**

MUSICAL ADULTI

CONDUTTORE: **Valli Elena**

N. ORE: **48**

QUOTA: **€ 575 (rateizzabile)**

N. MIN/MAX: **min 5 max 15**

GIORNO: **martedì**

PAGAMENTO: **contante/pos/bonifico**

DA: **15 settembre 2026**

ORARI: **dalle 19.30 alle 20.30**





PROPONENTE

C.A.B. CENTROARTECULTURA BUSTESE

SEDE CORSO **Centro Artecultura Bustese - via Dante 5 - Busto Arsizio**

CONTATTI **339 7980619 - corsi@bustocab.it**

OPEN DAY **sabato 3 ottobre 2026 dalle 10.00 alle 13.00
presso la sede di via Dante 5 - Busto Arsizio**

PRENOTAZIONE CONSIGLIATA ALLA MAIL: corsi@bustocab.it

PITTURA CON APPROFONDIMENTO DELL'USO DEGLI ACRILICI

Il corso mira a fornire una panoramica sulle diverse tecniche pittoriche per poi soffermarsi in particolar modo sull'uso degli acrilici. Le lezioni, prevalentemente pratiche, seguiranno brevi introduzioni teoriche sui diversi argomenti; è aperto a chiunque possieda le basi del disegno (non è necessario aver già utilizzato tecniche pittoriche ma essere a conoscenza delle nozioni fondamentali su ombre, prospettiva intuitiva e colori). Verranno studiate modalità di rappresentazione di soggetti semplici o complessi e si cercherà di guidare verso la messa a punto di un modo di esprimersi elaborato e personale.

- Differenze nell'utilizzo delle diverse tecniche pittoriche
- Sfumature e resa del volume con i colori acrilici su superfici opache, lucide o trasparenti
- Il paesaggio: l'acqua del mare: trasparenze e riflessi, le onde; acque lacustri; paesaggi di montagna e studio della neve in diverse condizioni di luce
- Rappresentazione della figura, anche stilizzata, studio del panneggio per la rappresentazione degli abiti
- Utilizzo dell'acrilico su supporti tradizionali (tele, cartoni telati, tavole) o inusuali (vetro sintetico, tessuto)
- Fluid painting
- Tecniche miste: colore acrilico utilizzato in combinazione con: paste a rilievo fatte in casa, utilizzo di foglia oro e foglia argento, creazione di colori metallizzati o glitterati

CONDUTTORE: **Elisabetta Neri**

N. ORE: **30**

QUOTA: **€ 200 + € 30 tessera**

N. MIN/MAX: **min 6 max 10**

GIORNO: **martedì**

PAGAMENTO: **contante/bonifico/bancomat**

DA: **13 ottobre 2026**

ORARI: **dalle 20.30 alle 22.30**

DISEGNO BASE

Il corso prevede brevi lezioni teoriche seguite da esercitazioni pratiche.

- I materiali necessari per realizzare disegni con tecniche di semplice utilizzo (matita, carboncino, soft pastel)
- Rappresentazione di luci ed ombre per la resa del volume: differenza tra ombre proprie e ombre portate, ombre e luci su superfici curve, sfaccettate, lisce, ruvide, lucide; resa della trasparenza di un oggetto





- Il colore: fondamenti di teoria del colore
- Nozioni di base sulla resa della profondità attraverso l'uso della prospettiva
- Proporzioni nel volto e nella figura intera
- Volto visto di fronte, di tre quarti, di profilo
- Tecniche di riproduzione di un'immagine

CONDUTTORE: **Elisabetta Neri**

N. ORE: **30**

QUOTA: **€ 200 + € 30 tessera**

N. MIN/MAX: **min 6 max 10**

GIORNO: **giovedì**

PAGAMENTO: **contante/bonifico/bancomat**

DA: **15 ottobre 2026**

ORARI: **dalle 20.30 alle 22.30**

DISEGNO AVANZATO

Il corso è aperto a chi ha già basi di disegno. Le lezioni saranno improntate sullo studio ed esecuzione del ritratto e della figura umana intera vestita e nuda con un approccio del segno più gestuale e personale rispetto al corso base. Le lezioni saranno supportate sia da tavole didattiche di anatomia pittorica, sia da modella e modello dal vivo. Si approfondirà lo studio della prospettiva come inserimento della figura nello spazio, il metodo delle proporzioni e la tecnica del chiaroscuro attraverso la matita, il carboncino e sanguigna.

CONDUTTORE: **Silvia Zaza**

N. ORE: **40**

QUOTA: **€ 200 + € 30 tessera**

N. MIN/MAX: **min 6 max 10**

GIORNO: **giovedì**

PAGAMENTO: **contante/bonifico/bancomat**

DA: **15 ottobre 2026**

ORARI: **dalle 20.30 alle 22.30**

CORSO BASE DI PITTURA A OLIO E ALL'ACQUA

MODULO 1: MATERIALI E COLORE

- **Teoria:** Chimica degli oli idrosolubili (legame con l'acqua) e teoria dei colori (primari, secondari, complementari).
- **Pratica:** organizzazione della tavolozza e scelta dei supporti; gestione e pulizia di pennelli e strumenti con acqua e sapone; creazione di una ruota cromatica e prove di diluizione.

MODULO 2: DISEGNO, VOLUMI E PRIMI STRATI

- **Teoria:** regola del "grasso su magro" (gestita con acqua o medium) e teoria del chiaroscuro.
- **Pratica:** disegno e underpainting monocromo diluito; studio del volume dipingendo un oggetto semplice (sfera o frutto) e gestione delle sfumature e delle ombre.

MODULO 3: TECNICHE E STRATIFICAZIONE

- **Teoria:** pittura "Alla Prima" (fresco su fresco) vs stratificazione (fresco su asciutto).
- **Pratica:** sperimentazione di sfumature morbide e fusione dei colori sulla tela; uso dei medium all'acqua (es. olio di lino idrosolubile) per aumentare brillantezza e fluidità.



MODULO 4: PROGETTO FINALE E RIFINITURE

- Teoria: composizione visiva, armonia cromatica e gestione dei dettagli.
- Pratica: laboratorio guidato per realizzare un dipinto completo (paesaggio o natura morta); applicazione dei tocchi di luce (highlights) con colore puro; consigli su asciugatura, conservazione e verniciatura finale.
- Nota ecologica e di sicurezza: corso completamente inodore e sicuro per la salute grazie all'assenza di solventi chimici volatili; ideale per ambienti poco ventilati o per chi soffre di allergie.

CONDUTTORE: **Silvia Zaza**

N. ORE: **40**

QUOTA: **€ 250 + € 30 tessera**

N. MIN/MAX: **min 5 max 10**

GIORNO: **mercoledì**

PAGAMENTO: **contante/bonifico/bancomat**

DA: **14 ottobre 2026**

ORARI: **dalle 18.00 alle 20.00**

DIGITAL PAINTING CON PROCREATE

Target: questo corso è rivolto ad adulti che desiderano imparare a disegnare e dipingere in digitale. Materiale per l'insegnante: monitor o proiettore per trasmettere in grande la lezione. Nel corso verranno insegnati gli strumenti e le competenze essenziali per iniziare subito a disegnare e dipingere in digitale con Procreate. Si imparerà senza far fatica perché ogni concetto verrà spiegato in modo molto chiaro e facile da seguire. Si creeranno illustrazioni per stampa e per web.

Requisiti tecnici

- Dispositivo: iPad Air o iPad Pro (recente o degli ultimi 2 anni) con Apple Pencil (2ª gen).
- Software: Procreate (licenza a pagamento: 14,99€).
- Nota: Non sono ammessi tablet Android (Procreate non è supportato).

Programma delle Lezioni

- Interfaccia di Procreate, strumenti, gesture e scorciatoie.
- Gestione dei livelli e risoluzione (dimensioni tela e metodo colore).
- Schizzo da zero e perfezionamento della line art.
- Teoria, scelta e regolazione del colore.
- Uso delle maschere di ritaglio e delle modalità di fusione per luci e ombre.

Progetto Finale

- Realizzazione di opere digitali per un video animato da proiettare in mostra, oppure creazione di un'opera d'arte unica collettiva assemblando le stampe dei singoli lavori.

CONDUTTORE: **Silvia Zaza**

N. ORE: **40**

QUOTA: **€ 250 + € 30 tessera**

N. MIN/MAX: **min 5 max 8**

GIORNO: **lunedì**

PAGAMENTO: **contante/bonifico/bancomat**

DA: **12 ottobre 2026**

ORARI: **dalle 18.00 alle 20.00**





GRAFICA PROFESSIONALE CON AFFINITY BY CANVA

Target e Requisiti

- **Destinatari:** adulti principianti (professionisti, creator, impiegati, appassionati) che cercano autonomia nella comunicazione visiva.
- **Requisiti:** PC portatile personale con app desktop Affinity (Mac/Windows) installata. Accesso tramite credenziali Canva per sbloccare la licenza.

PROGRAMMA DEL CORSO

MODULO 1: INTERFACCIA UNIFICATA

- **Teoria:** navigazione tra i tre "Studio" di Affinity (Pixel, Vector, Layout).
- **Pratica:** collegamento account Canva, configurazione dell'area di lavoro e impostazione documenti.

MODULO 2: VECTOR STUDIO (LOGHI E GRAFICA VETTORIALE)

- **Teoria:** principi del disegno vettoriale, geometria delle forme e colore.
- **Pratica:** uso dello strumento Penna e modifica nodi; operazioni booleane per creare loghi; gestione di palette e sfumature.

MODULO 3: PIXEL STUDIO (FOTORITOCCHO)

- **Teoria:** risoluzione, gestione dei pixel e fotoritocco non distruttivo.
- **Pratica:** livelli di regolazione; scontorno intelligente di oggetti e persone; maschere di livello per fotomontaggi realistici.

MODULO 4: LAYOUT STUDIO E OUTPUT

- **Teoria:** regole di impaginazione, gerarchia del testo e gestione degli spazi.
- **Pratica:** gestione testi; creazione di layout multipagina o grafiche social; esportazione in formato PNG, JPEG, SVG e PDF.

PROGETTO FINALE

- Creazione di una locandina in formato A3 per il CAB, da utilizzare per mostre ed eventi.

CONDUTTORE: **Silvia Zaza**

N. ORE: **40**

QUOTA: **€ 250 + € 30 tessera**

N. MIN/MAX: **min 5 max 8**

GIORNO: **martedì**

PAGAMENTO: **contante/bonifico/bancomat**

DA: **13 ottobre 2026**

ORARI: **dalle 18.00 alle 20.00**

ACQUERELLO

1. Introduzione alla tecnica, con spiegazione delle varie tipologie di carta, pennelli, pigmenti, differenza tra godet e acquerello in tubetto. Avvicinamento e sperimentazione alla tecnica mediante campiture piatte, sfumature, comprensione dei livelli di asciugatura della carta etc.
2. Analisi di un'immagine per zone di lavorazione. Dalla sfumatura su carta bagnata alla sovrapposizione di velature con diverse tipologie di intensità.
3. Esercitazione sulla gestione dei piani in un paesaggio semplice, con vari livelli di sovrapposizioni e velature.
4. La gestione del bianco, come comprendere meglio la leggerezza dell'acquerello.



5. La gestione del bianco "illusorio". Come leggere al meglio un'immagine e semplificarne i colori, per distaccarsi dalla ricerca ossessiva del realismo.
6. L'acquerello descrittivo, come aggiungere più dettagli su un soggetto complesso.
7. Sperimentazione con la gomma mascherante.
8. L'effetto del pelo-piume su animali.
9. Le sfumature in un'unica stesura.
10. L'acquerello più interpretativo, a macchie di colore.
11. Riproduzione dello stile di N. Magrin.
12. Soggetto libero (fornito dall'insegnante).

CONDUTTORE: **Anna Canavesi**

N. ORE: **30**

QUOTA: **€ 200 + € 30 tessera**

N. MIN/MAX: **min 6 max 10**

GIORNO: **lunedì**

PAGAMENTO: **contante/bonifico/bancomat**

DA: **12 ottobre 2026**

ORARI: **dalle 20.30 alle 22.30**

VETRATA D'ARTE TECNICA TIFFANY

Il corso mira a fornire le abilità di base per creare pregiati oggetti di arredamento in stile déco con il metodo Tiffany, ovvero mediante l'assemblaggio di elementi di vetro piano con cordonature in rame saldato a stagno. Verranno messe a disposizione dei corsisti alcune apparecchiature di base e i materiali iniziali.

1° CICLO

CONDUTTORE: **Antonella Tapella**

N. ORE: **20**

QUOTA: **€ 120 + € 30 tessera**

N. MIN/MAX: **min 6 max 10**

GIORNO: **mercoledì**

PAGAMENTO: **contante/bonifico/bancomat**

DA: **14 ottobre 2026**

ORARI: **dalle 20.30 alle 22.30**

2° CICLO

CONDUTTORE: **Antonella Tapella**

N. ORE: **20**

QUOTA: **€ 120 + € 30 tessera**

N. MIN/MAX: **min 6 max 10**

GIORNO: **mercoledì**

PAGAMENTO: **contante/bonifico/bancomat**

DA: **20 gennaio 2027**

ORARI: **dalle 20.30 alle 22.30**

ARTE ALTERNATIVA 4 PICCOLE SCULTURE IN LEGNO

La programmazione del corso nasce dallo stimolo di dare vita a tutto ciò che apparentemente sembra aver esaurito il proprio valore. Varie materie di riciclo interagiscono alla ricerca di nuovi spunti creativi. La sfida è quella di andare oltre a ciò che potremmo definire obsoleto, ma, che, grazie alla creatività approderà a vita nuova. Il reinventare nuove funzioni permetterà alle/agli iscritte/i di scoprire negli incontri settimanali in "Una stanza tutta per sè".



Le materie con cui si lavorerà sono:

1. Vari tipi di legni da assemblare fino a creare una piccola scultura su cui intervenire
2. Tessuti vari con cui creare inserti da applicare
3. Carte e cartoni colorati da inserire nella scultura
4. Bottoni e nastri di varie forme e colore
5. Materie plastiche di completamento alle sculture per una visione nuova e la possibilità di viaggiare oltre la materia

Alcuni esempi delle opere saranno visibili durante l'Open day di presentazione dei corsi. Creazione di 4 opere. Tutti i materiali saranno a carico dell'insegnante.

CONDUTTORE: Arch. Elisabetta Cusato alias Eliscus

N. ORE: 8

QUOTA: € 100 + € 30 tessera

N. MIN/MAX: min 3 max 10

GIORNO: venerdì

PAGAMENTO: contante/bonifico/bancomat

DA: 16 ottobre 2026

ORARI: dalle 17.30 alle 19.30

CORSO BASE COMPLETO MANIPOLAZIONE ARGILLA

Apprendimento di tutte le tecniche di base della manipolazione dell'argilla.

1° CICLO

CONDUTTORE: Ivana Bonura

N. ORE: 16

QUOTA: € 180 + € 30 tessera

N. MIN/MAX: min 6 max 8

GIORNO: sabato

PAGAMENTO: contante/bonifico/bancomat

DA: 24 ottobre 2026

ORARI: dalle 9.00 alle 13.00

2° CICLO

CONDUTTORE: Ivana Bonura

N. ORE: 16

QUOTA: € 180 + € 30 tessera

N. MIN/MAX: min 6 max 8

GIORNO: lunedì

PAGAMENTO: contante/bonifico/bancomat

DA: 15 febbraio 2027

ORARI: dalle ore 20.30 alle 22.30

CORSO DI CUERDA SECA

Antica tecnica di decorazione ceramica, questo corso propone l'acquisizione tecnica di dosaggio degli smalti e della cuerda a base di manganese, ottenendo disegni delineati colorati ad effetto rilievo. I supporti iniziali saranno piastrelle.

Costo per materiali e cotture 20 euro a persona.

CONDUTTORE: Sandra Cozzi

N. ORE: 12

QUOTA: € 150 + € 30 tessera

N. MIN/MAX: min 5 max 8

GIORNO: sabato

PAGAMENTO: contante/bonifico/bancomat

DA: 10 ottobre 2026

ORARI: dalle 9.00 alle 13.00



CORSO DI SCULTURA IN ARGILLA

Tecnica di svuotamento con argille semirefrattarie e lisce. Sculture moderne, studio di forme anche complesse.

Costo per materiale argilla e cotture 20 euro a persona.

CONDUTTORE: **Sandra Cozzi**

N. ORE: **12**

QUOTA: **€ 150 + € 30 tessera**

N. MIN/MAX: **min 5 max 8**

GIORNO: **sabato**

PAGAMENTO: **contante/bonifico/bancomat**

DA: **13 febbraio 2027**

ORARI: **dalle 9.00 alle 13.00**

CORSO DI MANIPOLAZIONE IN ARGILLA

LIVELLO AVANZATO

Il corso si propone di sviluppare ulteriormente e affinare le tecniche di costruzione ceramica, con uno sguardo più critico, creativo e soprattutto progettuale, prestando una maggior cura alla rifinitura della superficie, dello spessore, della forma e dei tempi di essiccazione, e imparando a progettare il pezzo già in funzione del tipo di finitura e del risultato finale che si desidera ottenere. I pezzi creati durante il corso saranno tutti cotti a biscotto, e un pezzo a testa sarà smaltato in seconda cottura.

Costo per materiale argilla e cotture 30 euro a persona.

1° CICLO

CONDUTTORE: **Stefano Garoldi**

PAGAMENTO: **contante/bonifico/bancomat**

DA: **14 novembre 2026**

N. ORE: **12**

GIORNO: **sabato**

QUOTA: **€ 150 + € 30 tessera**

N. MIN/MAX: **min 5 max 8**

ORARI: **dalle 9.00 alle 13.00**

2° CICLO

CONDUTTORE: **Stefano Garoldi**

PAGAMENTO: **contante/bonifico/bancomat**

DA: **27 febbraio 2027**

N. ORE: **12**

GIORNO: **sabato**

QUOTA: **€ 150 + € 30 tessera**

N. MIN/MAX: **min 5 max 8**

ORARI: **dalle 9.00 alle 13.00**

SCRITTURA CREATIVA

CORSO BASE 1° CICLO

Il corso prevede cinque lezioni durante le quali si affronteranno i seguenti temi:

1. **Le Parole:** sono i mattoni di qualunque narrazione: conoscerle più a fondo per sfruttare tutte le possibilità espressive e di senso che ci offrono.
2. **La Voce personale:** per creare una narrazione efficace occorre imparare a riconoscere il proprio modo inconfondibile di raccontare storie.
3. **Il Punto di vista:** essenziale in ogni narrazione è decidere da che punto di vista quella storia può e deve essere raccontata.
4. **Tema e Tono di una narrazione:** cosa voglio raccontare, come voglio raccontarlo?
5. **Lettori di sé stessi:** imparare a leggersi come se non si fosse gli autori di quel che si è scritto.



CONDUTTORE: **scrittore ed insegnante Giovanni Benzi**

N. ORE: **9**

QUOTA: **€ 150 + € 30 tessera**

N. MIN/MAX: **min 6 max 10**

GIORNO: **venerdì (5 venerdì consecutivi)**

PAGAMENTO: **contante/bonifico/bancomat**

DA: **23 ottobre 2026**

ORARI: **dalle 20.30**

SCRITTURA CREATIVA

CORSO BASE 2° CICLO

Il corso prevede quattro lezioni durante le quali si affronteranno i seguenti temi:

1. **Le descrizioni:** come e perché si fa una descrizione, l'uso dei cinque sensi, la creazione di un clima emotivo.
2. **I dialoghi:** ascoltare il silenzio dei personaggi, imparare dai dialoghi che continuamente hanno luogo nella nostra testa, catturare la voce personale dei personaggi; i contesti linguistici.
3. **L'azione:** tutto contribuisce a costruire l'azione di una storia: è azione tutto ciò che muove la storia. Come far muovere la storia, come far muovere i nostri personaggi.

CONDUTTORE: **scrittore ed insegnante Giovanni Benzi**

N. ORE: **7**

QUOTA: **€ 130 + € 30 tessera**

IN CASO DI ISCRIZIONE AD ENTRAMBI I CICLI, COSTO COMPLESSIVO **€ 270** (*oltre alla quota associativa*)

PAGAMENTO: **contante/bonifico/bancomat** N. MIN/MAX: **min 6 max 10**

DA: **27 novembre 2026**

ORARI: **dalle 20.30**

GIORNO: **venerdì (4 venerdì con cadenza quindicinale)**

CORSO AVANZATO DI SCRITTURA CREATIVA

Il laboratorio avanzato inviterà gli iscritti ad approfondire alcuni aspetti della scrittura e della narrazione. Dall'intervista immaginaria all'articolo folle, dai giochi con le parole agli antimondi, dalla parodia alle utopie, il laboratorio affronterà molte delle possibilità della scrittura, invitando gli iscritti a sfidarsi a suon di racconti. Nell'ultima lezione si affronteranno le tematiche legate all'Intelligenza Artificiale come strumento integrante del processo di scrittura. Gli argomenti verranno decisi di volta in volta su proposta del docente, seguendo i suggerimenti dei partecipanti e le suggestioni delle lezioni. Il Laboratorio è aperto ai partecipanti del precedente corso di Scrittura Creativa e/o comunque a persone che già abbiano una certa pratica nella scrittura.

CONDUTTORE: **scrittore ed insegnante Giovanni Benzi**

N. ORE: **10**

QUOTA: **€ 160 + € 30 tessera**

IN CASO DI PARTECIPAZIONE AD UN ALTRO CORSO BASE, LA QUOTA VIENE RIDOTTA A **€ 150** (*oltre alla quota associativa*).

PAGAMENTO: **contante/bonifico/bancomat** N. MIN/MAX: **min 6 max 10**

DA: **26 febbraio 2027**

GIORNO: **venerdì**

ORARI: **dalle 20.30**





PALESTRA DI SCRITTURA CREATIVA

IL RACCONTO

Il corso è rivolto a chi ha già una buona dimestichezza con la scrittura e intende migliorare le proprie abilità. All'inizio di ogni incontro l'insegnante riserverà un breve spazio all'approfondimento di determinate tematiche. Verrà quindi selezionato un tema, uno spunto oppure una sfida dalla quale partire per la stesura di un racconto, che verrà svolto individualmente a casa per poi essere oggetto di confronto durante il successivo incontro di gruppo. Qualche giorno prima della lezione l'insegnante avrà cura di condividere i racconti elaborati con tutti i partecipanti, in modo da arrivare all'incontro già preparati per un confronto costruttivo. Ognuno avrà uno spazio per ricevere feedback e potersi quindi migliorare.

CONDUTTORE: **Martina Cilento**

N. ORE: **16 (8 lezioni di 2 ore)**

QUOTA: **€ 150 + € 30 tessera**

N. MIN/MAX: **min 6 max 10**

ORARI: **dalle 20.30 alle 22.30**

PAGAMENTO: **contante/bonifico/bancomat**

DA: **21 ottobre 2026**

GIORNO: **mercoledì (con cadenza ogni 3 settimane)**

PALESTRA DI SCRITTURA CREATIVA

SCRIVERE SE STESSI

La scrittura terapeutica è un metodo che utilizza carta e penna per aiutare le persone a esplorare le proprie emozioni, i propri pensieri e le proprie esperienze. Non richiede particolari abilità linguistiche: è semplicemente un modo per esprimersi e riflettere. Utilizzando il Metodo Scarpante, il laboratorio ha proprio questo scopo. Durante ogni lezione verrà proposto un esercizio, da svolgere direttamente in aula, che vada a toccare un "nodo" fondamentale attraverso una scrittura di getto, istintiva ed emozionale. Nella seconda parte dell'incontro si potranno condividere i testi, in uno scambio costruttivo e non giudicante. Verranno anche forniti degli spunti per continuare questa pratica a casa in autonomia.

CONDUTTORE: **Martina Cilento**

N. ORE: **10 (5 lezioni da 2 ore)**

QUOTA: **€ 170 + € 30 tessera**

N. MIN/MAX: **min 3 max 4**

ORARI: **dalle 20.30 alle 22.30**

PAGAMENTO: **contante/bonifico/bancomat**

DA: **28 ottobre 2026**

GIORNO: **mercoledì (cadenza ogni 3 settimane)**

NUDO CON MODELLO

Libera sessione di nudo con modella.

N. ORE: **8**

PAGAMENTO: **contante/bonifico/bancomat**

DA: **10 gennaio 2027**

GIORNO: **domenica (ogni prima domenica del mese fino ad aprile 2027)**

QUOTA: **€ 100 + € 30 tessera**

N. MIN/MAX: **min 4 max 6**

ORARI: **dalle 10.00 alle 12.00**



PROPONENTE

ASSOCIAZIONE FOTOGRAFICA AF 35 MM

SEDE CORSO **via Andrea Costa 29 - Busto Arsizio**

CONTATTI **349 5945674 - assfotografica35mm@gmail.com**

CORSO DI FOTOGRAFIA BASE

TECNICA, COMPOSIZIONE E PRATICA

Ti piacerebbe imparare a usare meglio la tua fotocamera e scattare fotografie più consapevoli? Il nostro Corso Base di Fotografia è pensato per chi vuole avvicinarsi alla fotografia o riprendere le basi con maggiore sicurezza, senza fretta e in un ambiente semplice e amichevole. Durante il corso parleremo delle principali tecniche di scatto, dell'uso della luce, delle caratteristiche degli obiettivi, della composizione e dei primi passaggi legati allo sviluppo dei file. Non sarà solo un corso tecnico: proveremo anche a capire come una fotografia possa raccontare qualcosa, comunicare un'idea o trasmettere un'emozione. Il percorso prevede 5 incontri in aula e un'uscita fotografica, per mettere in pratica quanto visto insieme. La quota di partecipazione è di 100 € e comprende anche l'iscrizione all'associazione valida fino alla fine dell'anno, che permette di partecipare alle attività associative. Un'occasione semplice e piacevole per imparare, confrontarsi e condividere la passione per la fotografia.

N. ORE: **10**

QUOTA: **€ 100 (comprensiva di quota associativa annuale)**

PAGAMENTO: **contanti**

N. MIN/MAX: **min 6 max 15**

DA: **18 gennaio 2027**

GIORNO: **lunedì**

ORARI: **dalle 21.00 alle 22.30**



PROPONENTE

CIRCOLO FOTOGRAFICO BUSTESE APS

SEDE CORSO **via Milano 4 - Busto Arsizio**

CONTATTI **338 3246572 (SEGRETERIA: Simona Girola)**

segreteriaacfbustese@gmail.com

CORSO BASE DI FOTOGRAFIA

Il corso offre una formazione di base sulla fotografia e non richiede conoscenze pregresse; prende in esame diversi aspetti dell'arte fotografica con particolare enfasi sul suo valore comunicativo e sulla lettura della fotografia. Il corso si sviluppa con modalità di apprendimento attivo alternando lezioni frontali, approfondimento e discussione in piccoli gruppi con il supporto di tutor dedicati e uscite fotografiche pratiche. I corsisti vengono coinvolti nella produzione di immagini a tema, con un possibile concorso interno e favorendo la partecipazione alla Mostra Collettiva annuale del Circolo. I temi trattati sono: introduzione alla fotografia e alla lettura dell'immagine, conoscenza della macchina fotografica e dei suoi accessori, utilizzo del sistema digitale, tecniche di ripresa, composizione e linguaggio dell'immagine, cenni di storia della fotografia, introduzione allo sviluppo del negativo digitale, fotografia con smartphone. Vengono effettuate uscite di approccio all'utilizzo della fotocamera. Vengono proposte analisi e commento delle fotografie di grandi autori e delle fotografie proposte dai corsisti stessi.

N. ORE: **24**

QUOTA: **€ 120 (comprensiva di quota associativa annuale)**

PAGAMENTO: **bonifico**

N. MIN/MAX: **min 10 max 30**

DA: **25 gennaio 2027**

GIORNO: **lunedì e giovedì (due uscite il sabato)**

ORARI: **dalle 21.15 alle 23.15**



PROPONENTE

OLGA FIORINI Cooperativa Sociale (ACOF)

SEDE CORSO piazza Gallarini 6 - Busto Arsizio

CONTATTI 0331 624 318 - segreteria@acof.it

CORSO BASE DI TAGLIO E CUCITO

Il corso è rivolto a coloro che desiderano apprendere e realizzare in tempi brevi le tecniche di taglio e confezione. Pur non avendo alcuna preparazione di base, gli iscritti, al termine del corso, sapranno tagliare e confezionare capi di abbigliamento.

N. ORE: **60**

QUOTA: **€ 650**

PAGAMENTO: **bonifico**

N. MIN/MAX: **min 10 max 12**

DA: **20 gennaio 2027**

GIORNO: **mercoledì**

ORARI: **dalle 18.00 alle 19.30**



PROPONENTE

SHOOTING ACADEMY SSD

SEDE CORSO **via Fanti 16 - Busto Arsizio**

CONTATTI **388 8974679 solo via whatsapp**
shooting.academy.asd@gmail.com

CORSO BASE I - TIRO A SEGNO (CARABINA E PISTOLA)

Proponiamo il Corso base I di Tiro a Segno che è composto in totale da 5 lezioni da 50 minuti ciascuna: due lezioni di carabina ad aria compressa da 10 metri, due lezioni di pistola ad aria compressa da 10 metri e una lezione di carabina da 25 metri. Il corso verte sull'insegnamento delle basi per le discipline olimpiche e risulta essere propedeutico per il secondo corso eventualmente disponibile, dove è possibile approfondire gli argomenti trattati. Ci si può iscrivere a partire da 10 anni: abbiamo classi che vanno dai 10-14 anni, 14-21 e dai 21 in poi. I docenti sono istruttori ASC e/o Allenatori della Federazione di I e di II livello. Per chi lo desidera è possibile poi proseguire il percorso iscrivendosi alle classi del pre agonismo e, se ritenuti idonei, alla classe agonistica di ciascuna disciplina. La nostra scuola vanta numerosi successi sia in campo nazionale che in campo internazionale e risulta per numero di vittorie sicuramente nelle prime a livello nazionale sia nelle categorie juniores che seniores.

N. ORE: **5 (da 50 minuti)**

QUOTA: **€ 86**

PAGAMENTO: **in sede alla prima lezione oppure bonifico bancario**

DA: **tutto l'anno, ogni due settimane partono nuovi corsi**

GIORNO: **martedì oppure sabato**

N. MIN/MAX: **min 1 max 4**

ORARI: **martedì dalle 18.00 alle 18.50 o dalle 19.00 alle 19.50**

sabato dalle 9.00 alle 9.50 o dalle 10.00 alle 10.50 o dalle 11.00 alle 11.50

CORSO BASE II - TIRO A SEGNO (CARABINA) - PROPEDEUTICITÀ AL CORSO I

N. ORE: **4 (da 50 minuti)**

QUOTA: **€ 56**

PAGAMENTO: **in sede alla prima lezione oppure bonifico bancario**

DA: **tutto l'anno, ogni due settimane partono nuovi corsi**

GIORNO: **martedì oppure sabato**

N. MIN/MAX: **min 1 max 4**

ORARI: **martedì dalle 18.00 alle 18.50 o dalle 19.00 alle 19.50**

sabato dalle 9.00 alle 9.50 o dalle 10.00 alle 10.50 o dalle 11.00 alle 11.50

CORSO BASE II - TIRO A SEGNO (PISTOLA) - PROPEDEUTICITÀ AL CORSO I

N. ORE: **4 (da 50 minuti)**

QUOTA: **€ 56**

PAGAMENTO: **in sede alla prima lezione oppure bonifico bancario**

DA: **tutto l'anno, ogni due settimane partono nuovi corsi**

GIORNO: **martedì oppure sabato**

N. MIN/MAX: **min 1 max 4**

ORARI: **martedì dalle 18.00 alle 18.50 o dalle 19.00 alle 19.50**

sabato dalle 9.00 alle 9.50 o dalle 10.00 alle 10.50 o dalle 11.00 alle 11.50





PROPONENTE

VIANDANTI TEATRANTI

SEDE CORSO **corso XX Settembre 37 - Busto Arsizio**

CONTATT **327 0097066 - info@viandantiteatranti.it**

Viandanti Teatranti è Scuola di Teatro, con sede a Busto Arsizio. Proponiamo corsi per bambini, ragazzi e adulti. Per conoscere meglio la nostra realtà guarda su www.viandantiteatranti.it oppure sulle nostre pagine Facebook e Instagram.

TEATRO PER BAMBINI (6-8 ANNI E 8-10 ANNI)

Il corso è un'attività ad alto tasso di socializzazione, in cui si gioca con gli strumenti del teatro (parola, gesto, movimento, corpo, drammatizzazione, ecc.) per sviluppare l'espressività dei singoli e del gruppo.

6-8 ANNI

N. ORE: **50**

QUOTA: **€ 50 (mensili) + € 40 quota iscrizione**

N. MIN/MAX: **min 8 max 14**

GIORNO: **giovedì**

PAGAMENTO: **online**

DA: **17 settembre 2026**

ORARI: **dalle 17.00 alle 18.30**

8-10 ANNI

N. ORE: **50**

QUOTA: **€ 50 (mensili) + € 40 quota iscrizione**

N. MIN/MAX: **min 8 max 14**

GIORNO: **venerdì**

PAGAMENTO: **online**

DA: **18 settembre 2026**

ORARI: **dalle 17.00 alle 18.30**

TEATRO PER RAGAZZI (11-13 ANNI)

il teatro è uno spazio in cui si può sperimentare, fa volare l'immaginazione e fa stare ben saldi a terra i piedi. È dedicato a chi ha voglia di mettersi in gioco esprimendosi e divertendosi.

N. ORE: **50**

QUOTA: **€ 50 (mensili) + € 40 quota iscrizione**

N. MIN/MAX: **min 8 max 14**

GIORNO: **lunedì (frequenza monosettimanale)**

PAGAMENTO: **online**

DA: **14 settembre 2026**

ORARI: **dalle 17.00 alle 18.30**

N. ORE: **50**

QUOTA: **€ 50 (mensili) + € 40 quota iscrizione**

N. MIN/MAX: **min 8 max 14**

GIORNO: **mercoledì (frequenza monosettimanale)**

PAGAMENTO: **online**

DA: **16 settembre 2026**

ORARI: **dalle 17.00 alle 18.30**





TEATRO PER ADOLESCENTI (14-18 ANNI)

Il corso per adolescenti è incentrato sulla relazione con sé e gli altri in uno spazio e libero. Attraverso una serie di attività, giochi teatrali e improvvisazioni ogni partecipante trova nuove modalità di comunicazione.

14 -16 ANNI

N. ORE: **60**

QUOTA: **€ 55 (mensili) + € 40 quota iscrizione**

N. MIN/MAX: **min 8 max 14**

GIORNO: **martedì**

PAGAMENTO: **online**

DA: **29 settembre 2026**

ORARI: **dalle 17.00 alle 18.45**

14 -18 ANNI

N. ORE: **60**

QUOTA: **€ 55 (mensili) + € 40 quota iscrizione**

N. MIN/MAX: **min 8 max 14**

GIORNO: **mercoledì**

PAGAMENTO: **online**

DA: **23 settembre 2026**

ORARI: **dalle 18.45 alle 20.30**

TEATRO PRIMO ANNO ADULTI

Primo approccio con la comunicazione teatrale, vissuto dal punto di vista degli attori e della dimensione del laboratorio. Attraverso giochi teatrali e improvvisazioni si cercano spazi per liberare sentimenti ed emozioni, rispondendo così al nostro bisogno di esprimerci. Il corso è disponibile il lunedì.

N. ORE: **70**

QUOTA: **€ 60 (mensili) + € 40 quota iscrizione**

N. MIN/MAX: **min 8 max 14**

GIORNO: **lunedì**

PAGAMENTO: **online**

DA: **5 ottobre 2026**

ORARI: **dalle 19.00 alle 21.00**

N. ORE: **70**

QUOTA: **€ 60 (mensili) + € 40 quota iscrizione**

N. MIN/MAX: **min 8 max 14**

GIORNO: **martedì**

PAGAMENTO: **online**

DA: **6 ottobre 2026**

ORARI: **dalle 21.00 alle 23.00**



PROPONENTE

FARINA E PASSIONE QI SNC **di Laura Berardi e Barbara Esposti Apiccino**

SEDE CORSO via Marsala 56 - Busto Arsizio

CONTATTI 393 8386555 - info@farinaepassione.it

I SEGRETI DELLA PASTA FROLLA

Il corso è rivolto a chi vuole approcciarsi alla preparazione di biscotti in casa. Dopo un approfondimento sulla pasta frolla si presenteranno le diverse tipologie di impasti, gli ingredienti e la loro corretta bilanciatura. Verranno poi stesi e tagliati e quindi cotti i biscotti. Il corso sarà prevalentemente dimostrativo ma è prevista la possibilità di "toccare con mano" gli impasti.

1^a SESSIONE

CONDUTTORE: Laura Berardi, Barbara Esposti Apiccino

N. ORE: 3

QUOTA: € 45

PAGAMENTO: contanti/Bancomat/Satispay

N. MIN/MAX: min 8 max 12

DA: 6 dicembre 2026

GIORNO: domenica

ORARI: dalle ore 15.00 alle 18.00

2^a SESSIONE

CONDUTTORE: Laura Berardi, Barbara Esposti Apiccino

N. ORE: 3

QUOTA: € 45

PAGAMENTO: contanti/Bancomat/Satispay

N. MIN/MAX: min 8 max 12

DA: 7 marzo 2027

GIORNO: domenica

ORARI: dalle ore 15.00 alle 18.00

LA MAGIA DELLA PASTA SFOGLIA

Il corso è rivolto a chi vuole approcciarsi alla preparazione di pasta sfoglia in casa. Dopo una panoramica sulle caratteristiche dell'impasto e sulle tecniche di lavorazione, si affronteranno le varie fasi: dalla preparazione del pastello e del panetto fino alla sfogliatura e alla realizzazione di semplici golosità dolci e salate. Il corso sarà prevalentemente dimostrativo ma è prevista la possibilità di "toccare con mano" la sfoglia.

1^a SESSIONE

CONDUTTORE: Laura Berardi, Barbara Esposti Apiccino

N. ORE: 3

QUOTA: € 45

PAGAMENTO: contanti/Bancomat/Satispay

N. MIN/MAX: min 6 max 10

DA: 22 novembre 2026

GIORNO: domenica

ORARI: dalle ore 15.00 alle 18.00

2^a SESSIONE

CONDUTTORE: Laura Berardi, Barbara Esposti Apiccino

N. ORE: 3

QUOTA: € 45

PAGAMENTO: contanti/Bancomat/Satispay

N. MIN/MAX: min 6 max 10

DA: 7 febbraio 2027

GIORNO: domenica

ORARI: dalle ore 15.00 alle 18.00





L'ARTE DELLA PASTA FRESCA

Il corso è rivolto a chi vuole approcciarsi alla preparazione di pasta fresca in casa. Dopo una panoramica sulla pasta fresca e le varie tipologie, si passa alla realizzazione dell'impasto, alla stesura della sfoglia e al taglio in vari formati. Il corso sarà prevalentemente dimostrativo ma è prevista la possibilità di "toccare con mano" la pasta.

1^a SESSIONE

CONDUTTORE: **Laura Berardi, Barbara Esposti Apiccino**

N. ORE: **3**

QUOTA: **€ 45**

PAGAMENTO: **contanti/Bancomat/Satispay**

N. MIN/MAX: **min 8 max 12**

DA: **31 ottobre 2026**

GIORNO: **sabato**

ORARI: **dalle ore 15.00 alle 18.00**

2^a SESSIONE

CONDUTTORE: **Laura Berardi, Barbara Esposti Apiccino**

N. ORE: **3**

QUOTA: **€ 45**

PAGAMENTO: **contanti/Bancomat/Satispay**

N. MIN/MAX: **min 8 max 12**

DA: **30 gennaio 2027**

GIORNO: **sabato**

ORARI: **dalle ore 15.00 alle 18.00**

PIZZA IN TEGLIA: METODO SEMPLICE

Il corso è rivolto a chi vuole poter godere di una pizza in famiglia senza dover organizzare tutto giorni prima. Impasto, lievitazione diretta, farcitura e cottura: i passaggi essenziali per ottenere una pizza in teglia senza "sbatti"! Il corso sarà prevalentemente dimostrativo ma ciascuno potrà farsi la propria teglia di pizza.

1^a SESSIONE

CONDUTTORE: **Laura Berardi, Barbara Esposti Apiccino**

N. ORE: **3**

QUOTA: **€ 45**

PAGAMENTO: **contanti/Bancomat/Satispay**

N. MIN/MAX: **min 6 max 8**

DA: **4 ottobre 2026**

GIORNO: **domenica**

ORARI: **dalle ore 15.00 alle 18.00**

2^a SESSIONE

CONDUTTORE: **Laura Berardi, Barbara Esposti Apiccino**

N. ORE: **3**

QUOTA: **€ 45**

PAGAMENTO: **contanti/Bancomat/Satispay**

N. MIN/MAX: **min 6 max 8**

DA: **2 maggio 2027**

GIORNO: **domenica**

ORARI: **dalle ore 15.00 alle 18.00**





IL PROFUMO DELLE TORTE A COLAZIONE

Il corso è rivolto a chi vuole riscoprire la gioia di preparare una torta semplice ma gustosa da condividere a colazione e – perché no? – da mangiare anche a merenda. Un bel modo per avere sempre in casa un dolce sano e gustoso. Il corso sarà prevalentemente dimostrativo ma ci sarà modo di mettere “le mani in pasta”.

1^a SESSIONE

CONDUTTORE: **Laura Berardi, Barbara Esposti Apiccino**

N. ORE: **3**

QUOTA: **€ 45**

PAGAMENTO: **contanti/Bancomat/Satispay**

N. MIN/MAX: **min 8 max 12**

DA: **1 novembre 2026**

GIORNO: **domenica**

ORARI: **dalle ore 15.00 alle 18.00**

2^a SESSIONE

CONDUTTORE: **Laura Berardi, Barbara Esposti Apiccino**

N. ORE: **3**

QUOTA: **€ 45**

PAGAMENTO: **contanti/Bancomat/Satispay**

N. MIN/MAX: **min 8 max 12**

DA: **4 aprile 2027**

GIORNO: **domenica**

ORARI: **dalle ore 15.00 alle 18.00**



PROPONENTE

ATELIER CLOUD9SEDE CORSO **Atelier Cloud9 - via Corridoni 63 - Fagnano Olona**CONTATTI **348 2802108 - ateliercloud9@gmail.com**

YOGA INTEGRALE

LA GIOIA DEL MOVIMENTO E DEL RESPIRO

Da 17 anni, un appuntamento settimanale di un'ora e mezza per entrare nella vitalità dello yoga attraverso un percorso profondo di conoscenza e apprendimento. Le nostre lezioni fondono l'energia fluida e gioiosa del Vinyasa Flow (sequenze dinamiche in movimento) allo studio del respiro (Pranayama) e a momenti di rigenerante silenzio, per una pratica che poco alla volta si diffonde nella persona portando benessere. Il corso è multilivello: accoglie con piacere sia principianti assoluti che allievi storici, offrendo per ogni posizione varianti e modifiche personalizzate nel totale rispetto dei ritmi di ciascuno.

N.ORE: **6 ore al mese**QUOTA: **€ 55**PAGAMENTO: **contanti**N. MIN/MAX: **min 3 max 8**DA: **1 settembre 2026**GIORNO: **martedì o giovedì o venerdì**ORARI: **martedì - dalle 19.15 alle 20.45****giovedì - dalle 10.00 alle 11.30 o dalle 19.15 alle 20.45****venerdì - dalle 19.00 alle 20.30**

SMART YOGA

LA PRATICA FLUIDA DEL SABATO MATTINA

Una formula da un'ora pensata per chi desidera iniziare il fine settimana attraverso la profondità dello Yoga Integrale, ottimizzando i tempi. La sessione racchiude l'essenza del nostro metodo in sessanta minuti intensi e rigeneranti: muoveremo il corpo attraverso sequenze dinamiche e gioiose, esplorando l'anatomia del respiro e la concentrazione mentale. La lezione è aperta a ogni livello di esperienza, dai principianti assoluti ai praticanti storici. Ciascuna posizione viene guidata con varianti e modifiche personalizzate, offrendo un risveglio mattutino efficace, rispettoso del corpo e capace di portare equilibrio.

N. ORE: **4 ore al mese**QUOTA: **€ 45**PAGAMENTO: **contanti**N. MIN/MAX: **min 3 max 8**DA: **5 settembre 2026**GIORNO: **sabato**ORARI: **dalle 8.30 alle 9.30**



LO YOGA ONLINE:

LA PRATICA A CASA TUA, CON LA CURA DELL'ATELIER

Nata dall'esperienza maturata durante il periodo del Covid e perfezionata negli anni, questa lezione da un'ora è pensata per chi, per motivi di tempo, incastri familiari o di distanza, non può venire in presenza ma non vuole rinunciare a un insegnamento serio. Non si tratta di un video registrato: l'insegnante sarà in diretta con voi, praticherà insieme alla classe e seguirà lo svolgimento di ogni esercizio. Potrà correggere le vostre posture e indicarvi le varianti più adatte in tempo reale. Un percorso sicuro e interattivo per portare la qualità, l'attenzione e il calore del nostro Atelier direttamente nel salotto di casa vostra.

N. ORE: **4 ore al mese**

QUOTA: **€ 40**

PAGAMENTO: **contanti**

N. MIN/MAX: **min 3 max 8**

DA: **7 settembre 2026**

GIORNO: **lunedì**

ORARI: **dalle 19.00 alle 20.00**



PROPONENTE

FIOR DI LOTO ASD

SEDE CORSO **La Palestra del Centro - via San Pietro 2 - Borsano**

CONTATTI: **348 8999183 - lapalestradelcentro@yahoo.it**

Fior Di Loto ASD propone attività e discipline la cui pratica porta al benessere psico fisico della persona.

CORSO DI YOGA: ASANA, PRANAYAMA, MEDITAZIONE

1° TURNO

N. ORE: **12**

DA: **settembre 2026**

QUOTA: **€ 70**

GIORNO: **lunedì**

N. MIN/MAX: **min 5**

ORARI: **dalle 20.15 alle 21.45**

2° TURNO

N. ORE: **12**

DA: **settembre 2026**

QUOTA: **€ 70**

GIORNO: **venerdì**

N. MIN/MAX: **min 5**

ORARI: **dalle 10.00 alle 11.30**

CORSO DI GINNASTICA POSTURALE

1° TURNO

N. ORE: **10**

DA: **settembre 2026**

QUOTA: **€ 60**

GIORNO: **lunedì**

N. MIN/MAX: **min 5**

ORARI: **dalle 14.30 alle 15.45**

2° TURNO

N. ORE: **10**

DA: **settembre 2026**

QUOTA: **€ 60**

GIORNO: **lunedì**

N. MIN/MAX: **min 5**

ORARI: **dalle 19.00 alle 20.15**

3° TURNO

N. ORE: **10**

DA: **settembre 2026**

QUOTA: **€ 60**

GIORNO: **martedì**

N. MIN/MAX: **min 5**

ORARI: **dalle 16.15 alle 17.30**

4° TURNO

N. ORE: **10**

DA: **settembre 2026**

QUOTA: **€ 60**

GIORNO: **venerdì**

N. MIN/MAX: **min 5**

ORARI: **dalle 16.00 alle 17.15**

PROPEDEUTICA CLASSICA / BABY DANCE (BIMBI 4-6 ANNI)

N. ORE: **6**

DA: **settembre 2026**

QUOTA: **€ 60**

GIORNO: **mercoledì**

N. MIN/MAX: **min 5**

ORARI: **dalle 16.30 alle 17.15**





DANZA, GIOCO, FANTASIA (BIMBI 4-6 ANNI)

N. ORE: 6

DA: settembre 2026

QUOTA: € 60

GIORNO: giovedì

N. MIN/MAX: min 5

ORARI: dalle 16.45 alle 17.30

DANZA CLASSICA (BIMBI 7-10 ANNI)

N. ORE: 8

DA: settembre 2026

QUOTA: € 60

GIORNO: venerdì

N. MIN/MAX: min 5

ORARI: dalle 17.30 alle 18.30

CORSO DI BOOTYBARRE

N. ORE: 8

DA: settembre 2026

QUOTA: € 60

GIORNO: martedì

N. MIN/MAX: min 5

ORARI: dalle 18.30 alle 19.30

CORSO DI TOTAL BODY

N. ORE: 8

DA: settembre 2026

QUOTA: € 56

GIORNO: mercoledì

N. MIN/MAX: min 5

ORARI: dalle 18.00 alle 19.00

CORSO DI BURLESQUE

N. ORE: 6

DA: settembre 2026

QUOTA: € 50

GIORNO: mercoledì

N. MIN/MAX: min 5

ORARI: dalle 20.00 alle 21.30

CORSO DI PILATES

1° TURNO

N. ORE: 8

DA: settembre 2026

QUOTA: € 60

GIORNO: giovedì

N. MIN/MAX: min 5

ORARI: dalle 18.15 alle 19.15

2° TURNO

N. ORE: 8

DA: settembre 2026

QUOTA: € 60

GIORNO: giovedì

N. MIN/MAX: min 5

ORARI: dalle 19.15 alle 20.15

CORSO DI DANZA CONTEMPORANEA ADULTE

N. ORE: 8

DA: settembre 2026

QUOTA: € 60

GIORNO: giovedì

N. MIN/MAX: min 5

ORARI: dalle 20.30 alle 21.30

CORSO DI DANCE & FIT

N. ORE: 8

DA: settembre 2026

QUOTA: € 60

GIORNO: venerdì

N. MIN/MAX: min 5

ORARI: dalle 18.45 alle 19.45





PROPONENTE

US ACLI SPAZIO 3 OLTRE LA DANZA
Franca Nadia CastiglioniSEDE CORSO **Palestra della Scuola Primaria Beata Giuliana Puricelli**
via Minghetti 20 - Busto ArsizioCONTATTI **339 6370373 - spazio3oltreladanza@tiscali.it****G.P.S. GIOVANI dai 10 ai 17 anni**
Ginnastica Posturale Sensoriale**METODO MASSIMO ALFIERI - DEDICATA AI SOCI DELL'A.S.D. SPAZIO 3 OLTRE LA DANZA**

L'obiettivo di G.P.S (Ginnastica Posturale Sensoriale) è quello di educare i giovani ad una corretta postura, permettendo di prevenire e correggere atteggiamenti che favoriscono l'insorgenza di possibili problematiche motorie e situazioni dolorose, dannose per la loro crescita. Creare un efficiente schema corporeo, migliorando la mobilità articolare e l'allungamento muscolare, consente di attenuare i vizi di postura e di movimento causati da una scorretta posizione della schiena, da scarsa attività fisica, da un errato modo di camminare ad esempio per sostenere uno zaino troppo pesante e dall'uso frequente dei telefoni cellulari. La lezione G.P.S. ha la durata di 60 minuti.

CONDUTTORE: **Franca Nadia Castiglioni**N. ORE: **4 (mensili)**QUOTA: **€ 50 iscrizione annuale + € 45 mensili**PAGAMENTO: **in contanti**N. MIN/MAX: **max 10**DA: **6 ottobre 2026 (LEZIONI PROVA: 8-15-22-29 SETTEMBRE)**GIORNO: **martedì**ORARI: **dalle 18.15 alle 19.15****G.P.S. - Ginnastica Posturale Sensoriale****METODO MASSIMO ALFIERI - DEDICATA AI SOCI DELL'A.S.D. SPAZIO 3 OLTRE LA DANZA**

G.P.S. è per tutti. Il suo obiettivo è favorire il riequilibrio della postura e rendere i movimenti del corpo più fluidi e funzionali. Praticarla favorisce l'allungamento muscolare, aiuta a correggere vizi e atteggiamenti dannosi ricreando un nuovo e più efficiente schema corporeo. È utile per chi soffre di dolori cervicali, dolori lombari, dolori articolari, scoliosi, lassità tendinea e legamentosa. Per chi vuole riacquistare funzionalità e mobilità della colonna, delle spalle e braccia, delle anche, ginocchio e piede. È utile per chi soffre di osteoporosi e cerca un'attività sicura per rafforzare le proprie ossa. Aiuta chi vuole prevenire problemi legati al diaframma pelvico.

La lezione G.P.S. ha la durata di 60 minuti. Si fonda su una particolare Respirazione Consapevole che allunga e decontrae il muscolo diaframma facilitando l'esecuzione dei movimenti. Si avvale di esercizi di Rilassamento per educare all'osservazione e all'ascolto del proprio corpo.



Autoposture G.P.S. praticate con Respirazione Consapevole e Rilassamento diventano i migliori alleati per combattere ansie e stress psico-fisico.

CONDUTTORE: **Franca Nadia Castiglioni**

N. ORE: **4 (mensili)**

PAGAMENTO: **in contanti**

DA: **6 ottobre 2026 (LEZIONI PROVA: 8-15-22-29 SETTEMBRE)**

GIORNO: **martedì**

QUOTA: **€ 50 iscrizione annuale + € 45 mensili**

N. MIN/MAX: **max 10**

ORARI: **dalle 19.30 alle 20.30**

GINNASTICA DOLCE

MOVIMENTI DA ESEGUIRE SENZA SFORZI

DEDICATA AI SOCI DELL'A.S.D. SPAZIO 3 OLTRE LA DANZA

Questa disciplina utilizza movimenti dolci e leggeri, lenti e fluidi eseguiti senza sforzi. Gli esercizi sono semplici e vanno a stimolare tutte le parti del corpo rendendolo flessibile ed elastico, migliorando la forza, la coordinazione la respirazione e l'attenzione. La Ginnastica Dolce è adatta a tutte le persone che per motivi di età, tempo o salute vogliono ritrovare la forma fisica e riscoprire il valore del proprio corpo, perché è proprio da un corpo sano che dipende la propria autonomia.

CONDUTTORE: **Franca Nadia Castiglioni**

N. ORE: **8 (mensili)**

PAGAMENTO: **in contanti**

DA: **8 settembre 2026 (LEZIONI PROVA: 8-10-15-17-22-24 SETTEMBRE)**

GIORNO: **martedì e giovedì**

QUOTA: **€ 50 iscrizione annuale + € 30 mensili**

N. MIN/MAX: **max 15**

ORARI: **dalle 17.00 alle 18.00**



PROPONENTE

SPEED SPORT SSDRL - Alberto CastelliSEDE CORSO **Oratorio Sacconago, via Vicinale Longù 10 - Busto Arsizio**CONTATTI **348 2235334 - info@valentina-colombo.it**

MINDFULNESS PER LA RIDUZIONE DELLO STRESS

PROTOCOLLO MBSR

Il protocollo MBSR (Mindfulness-Based Stress Reduction) è un programma di gruppo laico e scientifico ideato dal biologo molecolare Jon Kabat-Zinn. Strutturato in un incontro di presentazione (gratuito ma obbligatorio), 8 incontri a cadenza settimanale da due ore l'uno e una giornata intensiva, insegna a sviluppare una maggiore consapevolezza del momento presente attraverso pratiche mindfulness (meditazioni di consapevolezza), semplici esercizi di ascolto del corpo ispirati allo yoga e momenti di condivisione. È indicato per chi desidera gestire meglio stress, ansia, sovraccarico mentale, difficoltà relazionali o semplicemente vivere con maggiore equilibrio e presenza. L'MBSR non è una forma di psicoterapia, né una pratica spirituale; non richiede alcuna esperienza precedente di meditazione e non ha l'obiettivo di eliminare emozioni o problemi, ma di sviluppare un modo più consapevole e funzionale di rapportarsi a essi. Numerosi studi scientifici ne supportano l'efficacia per il benessere psicofisico.

1^a SESSIONE - INCONTRO DI PRESENTAZIONE PROTOCOLLO MINDFULNESS MBSR

CONDUTTORE: **Valentina Colombo**N. ORE: **1**QUOTA: **gratuita**DA: **16 settembre 2026**GIORNO: **mercoledì**ORARI: **dalle 9.30 alle 10.30**

1^a SESSIONE - PROTOCOLLO MINDFULNESS MBSR

CONDUTTORE: **Valentina Colombo**N. ORE: **22 (8 INCONTRI DA 2 ORE + GIORNATA INTENSIVA DI 6 ORE DA DEFINIRE CON I PARTECIPANTI)**QUOTA: **€ 250**PAGAMENTO: **bonifico**N. MIN/MAX: **min 6 max 12**DA: **30 settembre 2026**GIORNO: **mercoledì**ORARI: **dalle 9.30 alle 11.30**

2^a SESSIONE - INCONTRO DI PRESENTAZIONE PROTOCOLLO MINDFULNESS MBSR

CONDUTTORE: **Valentina Colombo**N. ORE: **1**QUOTA: **gratuita**DA: **18 settembre 2026**GIORNO: **venerdì**ORARI: **dalle 18.30 alle 19.30**

2^a SESSIONE - PROTOCOLLO MINDFULNESS MBSR

CONDUTTORE: **Valentina Colombo**N. ORE: **22 (8 INCONTRI DA 2 ORE + GIORNATA INTENSIVA DI 6 ORE DA DEFINIRE CON I PARTECIPANTI)**QUOTA: **€ 250**PAGAMENTO: **bonifico**N. MIN/MAX: **min 6 max 12**DA: **2 ottobre 2026**GIORNO: **venerdì**ORARI: **dalle 18.30 alle 20.30**



PROPONENTE

YOGAMORE ASD

SEDE CORSO **viale Sicilia 6 - Busto Arsizio**

CONTATTI **340 7294112 - yogamore.ananda@gmail.com**

ANANDA YOGA

L'Ananda Yoga, creato da Swami Kriyananda, è uno stile di Hatha Yoga classico che usa ASANA, PRANAYAMA e MEDITAZIONE per il benessere del corpo, mente e spirito. Una particolarità è l'utilizzo di affermazioni silenziose durante gli ASANA, che allineano la mente al corpo per vivere una vita piena di energia, calma e gioia.

N. ORE: **18**

QUOTA: **€ 160 + € 20 tessera**

N. MIN/MAX: **min 4 max 10**

DA: **28 settembre 2026**

GIORNO: **da lunedì al sabato**

ORARI: **sede di viale Sicilia 6 - Busto Arsizio:**
(sia in presenza che online via Zoom)

lunedì: dalle 18.30 alle 20.00

martedì: dalle 20.00 alle 21.30

mercoledì: dalle 10.00 alle 11.30
dalle 18.30 alle 20.00

giovedì dalle 18.30 alle 20.00

venerdì dalle 17.30 alle 19.00

sabato dalle 10.00 alle 11.30

sede di via Libia 9 - Busto Arsizio:

lunedì: dalle 11.00 alle 12.30

mercoledì: dalle 17.30 alle 19.00



PROPONENTE

PERCORSI SENZ'ETÀ - Bosello Sabrina Katia

SEDE CORSO **c/o Auser - via Volta 5 - Busto Arsizio**

CONTATTI **392 9546470**

percorsisenzeta@gmail.com - info@percorsisenzeta.org

www.percorsisenzeta.org

PerCorsi Senza'Età propone dei corsi di alfabetizzazione digitale che intendono offrire alla cittadinanza l'opportunità di: avvicinarsi al digitale come supporto per ottimizzare le attività quotidiane, apprendere le basi dell'utilizzo dei dispositivi digitali, approfondire la conoscenza dei software utili nella vita privata e professionale e condividere riflessioni sui pericoli del digitale e definire strategie di tutela. I corsi proposti sono di livello BASE e non finalizzati a certificazioni.

Le sessioni saranno condotte da un formatore digitale certificato EIPASS.

Salvo disposizioni governative che lo impediscano, i corsi saranno svolti in presenza, ma sarà possibile, in caso di necessità individuale, seguire anche online su piattaforma configurata ad hoc.

Sarà sempre accessibile a disposizione dei partecipanti la registrazione della sessione.

Tutte le sezioni prevedono almeno 30 minuti di esercitazione pratica assistita.

Percorso A

PRIMI PASSI NEL MONDO DIGITALE

Adatto per chi desidera acquisire le competenze fondamentali per utilizzare smartphone, computer e servizi online in sicurezza.

SMARTPHONE & TABLET

Configurare smartphone e tablet, scaricare foto e contenuti e gestire le app, con l'obiettivo di acquisire padronanza con i dispositivi.

Contenuti specifici:

1. Impostare il dispositivo (configurazione e backup)
2. Gestire le app (Store, download e aggiornamenti)
3. Collegarsi ad altri dispositivi o periferiche (Wifi, Bluetooth, Hotspot)
4. Ottimizzare la rubrica contatti e l'archivio

N. ORE: **16**

QUOTA: **€ 140**

N. MIN/MAX: **min 6 max 12**

DA: **5 ottobre 2026**

ORARI: **dalle 8.30 alle 10.30 oppure dalle 16.00 alle 18.00 (su richiesta)**

PAGAMENTO: **contanti, bonifico o paypal**

GIORNO: **lunedì**



PC DA ZERO

Imparare ad usare il computer, dall'accensione ad organizzare l'archivio digitale, con l'obiettivo di apprendere i primi rudimenti per entrare in confidenza con i dispositivi digitali.

Contenuti specifici:

1. Gestire l'hardware del computer (accensione, periferiche, mouse e tastiera)
2. Prendere confidenza con l'ambiente di lavoro virtuale (desktop e finestre)
3. Conoscere i software di utilità base (calcolatrice-blocnotes-reader)
4. Salvare e stampare i documenti e gestire un archivio ordinato (files e cartelle)

N. ORE: **8**

QUOTA: **€ 80**

N. MIN/MAX: **min 6 max 12**

DA: **2 novembre 2026**

PAGAMENTO: **contanti, bonifico o paypal**

GIORNO: **lunedì**

ORARI: **dalle 8.30 alle 10.30**

NAVIGARE SICURI SUL WEB

Internet e il grande mondo delle informazioni virtuali. L'obiettivo è navigare sul web in modo consapevole e responsabile.

Contenuti specifici:

1. Ricercare informazioni e scaricare contenuti dal web
2. Proteggersi da virus, truffe online e fake news
3. Accedere a contenuti multimediali (YouTube e piattaforme di streaming)
4. Gestire recensioni e commenti

N. ORE: **8**

QUOTA: **€ 80**

N. MIN/MAX: **min 6 max 12**

DA: **14 dicembre 2026**

PAGAMENTO: **contanti, bonifico o paypal**

GIORNO: **lunedì**

ORARI: **dalle 8.30 alle 10.30**

E-MAIL & WHATSAPP

Le nuove frontiere della comunicazione. L'obiettivo è comunicare attraverso i mezzi digitali in modo efficace.

Contenuti specifici:

1. Utilizzare la webmail (creare la casella di posta elettronica/inviare e ricevere mail)
2. Gestire lo spazio di archivio, stampa e download
3. Gestire la rubrica contatti
4. App di messaggistica alternative (WhatsApp, Messenger, Telegram)

N. ORE: **8**

QUOTA: **€ 80**

N. MIN/MAX: **min 6 max 12**

DA: **1 febbraio 2027**

PAGAMENTO: **contanti, bonifico o paypal**

GIORNO: **lunedì**

ORARI: **dalle 8.30 alle 10.30**





SHOPPING ONLINE SICURO

La comodità e il risparmio dell'E-commerce. L'obiettivo è imparare a fare acquisti tramite Internet in modo sicuro.

Contenuti specifici:

1. Registrarsi nei siti di e-commerce (tutela della privacy)
2. Utilizzare servizi di pubblica utilità (spesa online / spedizioni)
3. Prenotare alberghi, trasporti e servizi
4. Compravendita online su piattaforme di marketplace (Facebook, Vinted)

N. ORE: **8**

QUOTA: **€ 80**

N. MIN/MAX: **min 6 max 12**

DA: **1 marzo 2027**

PAGAMENTO: **contanti, bonifico o paypal**

GIORNO: **lunedì**

ORARI: **dalle 8.30 alle 10.30**

SPID, CIE & BUROCRAZIA DIGITALE

Gestire l'Identità Digitale per comunicare con la PA, con l'obiettivo di gestire online i rapporti con la pubblica amministrazione.

Contenuti specifici:

1. Richiesta SPID e gestione dell'identità digitale (carta d'identità elettronica)
2. Download di modulistica da siti di pubblici servizi (Comune/Asl/Provincia/Questura)
3. Accedere ai portali di servizi di pubblica amministrazione (INPS/INAIL/fascicolo sanitario)
4. Prenotare prestazioni sanitarie e app utili

N. ORE: **8**

QUOTA: **€ 80**

N. MIN/MAX: **min 6 max 12**

DA: **5 aprile 2027**

ORARI: **dalle 8.30 alle 10.30 oppure dalle 16.00 alle 18.00 (su richiesta)**

PAGAMENTO: **contanti, bonifico o paypal**

GIORNO: **lunedì**

SOCIAL NETWORK & CHAT

Comunicare e socializzare via Internet, con l'obiettivo di rimanere connessi nel rispetto dell'altro.

Contenuti specifici:

1. Creare un account Skype/Facebook e gestire la propria identità virtuale (privacy)
2. Connettersi in virtuale con amici e famigliari (sicurezza delle comunicazioni)
3. Condividere online documenti ed elaborati multimediali (protezione dati)
4. Far parte di una community virtuale (rispetto delle relazioni)

N. ORE: **8**

QUOTA: **€ 80**

N. MIN/MAX: **min 6 max 12**

DA: **3 maggio 2027**

PAGAMENTO: **contanti, bonifico o paypal**

GIORNO: **lunedì**

ORARI: **dalle 8.30 alle 10.30**



ANTI-TRUFFE ONLINE

Riconoscere le trappole del web e imparare a difendersi dalle truffe online, con l'obiettivo di organizzarsi di apprendere insieme come evitare le insidie del web.

Contenuti specifici:

1. Phishing e trappole nella navigazione e nelle mail
2. Grooming e adescamento online
3. Fake news
4. Truffe negli acquisti online

N. ORE: **8**

QUOTA: **€ 80**

N. MIN/MAX: **min 6 max 12**

DA: **31 maggio 2027**

PAGAMENTO: **contanti, bonifico o paypal**

GIORNO: **lunedì**

ORARI: **dalle 8.30 alle 10.30**

FOTO, MUSICA & VIDEO

Intrattenersi con YouTube ed elaborare foto e video per creare album multimediali. L'obiettivo è elaborare contenuti multimediali in modo semplice ed efficace.

Contenuti specifici:

1. Collegare i dispositivi e scaricare foto/video in un archivio strutturato
2. Ridimensionare, comprimere e correggere foto
3. Creare album digitali
4. Gestire un canale YouTube

N. ORE: **8**

QUOTA: **€ 80**

N. MIN/MAX: **min 6 max 12**

DA: **28 giugno 2027**

PAGAMENTO: **contanti, bonifico o paypal**

GIORNO: **lunedì**

ORARI: **dalle 8.30 alle 10.30**

Percorso B

IL DIGITALE NELLA VITA QUOTIDIANA

Adatto per chi desidera sfruttare al meglio le tecnologie digitali per comunicare, organizzarsi, viaggiare, accedere ai servizi e semplificare le attività di tutti i giorni.

ARCHIVIO DIGITALE & BACKUP

Conservare e ricercare documenti, foto, video e musica in locale e in Cloud ed effettuare il backup d'emergenza. L'obiettivo è di conservare e proteggere i documenti digitali.

Contenuti specifici:

1. Ottimizzare il proprio archivio digitale di documenti
2. Tecniche di download e upload
3. Strutturare archivi locali e Cloud
4. Pianificare il backup



N. ORE: **8**

QUOTA: **€ 80**

N. MIN/MAX: **min 6 max 12**

DA: **5 ottobre 2026**

PAGAMENTO: **contanti, bonifico o paypal**

GIORNO: **lunedì**

ORARI: **dalle 10.30 alle 12.30**

VIDEOSCRITTURA & BLOG

Scrivere testi e redigere documenti, lettere e curriculum, con l'obiettivo di ottimizzare la scrittura a computer.

Contenuti specifici:

1. Redigere e formattare testi
2. Conoscere le principali utility
3. Gestire tabelle e oggetti/immagini
4. Salvare, stampare e pubblicare documenti

N. ORE: **8**

QUOTA: **€ 80**

N. MIN/MAX: **min 6 max 12**

DA: **2 novembre 2026**

PAGAMENTO: **contanti, bonifico o paypal**

GIORNO: **lunedì**

ORARI: **dalle 10.30 alle 12.30**

IL MIO CURRICULUM

Riepilogare la propria vita professionale in modo efficace utilizzando strumenti di presentazione innovativi e differenziati, con l'obiettivo di creare versioni di cv efficaci per la ricerca del lavoro e la memoria professionale.

Contenuti specifici:

1. Ripercorrere la propria esperienza professionale
2. Creare un curriculum moderno ed efficace
3. Valorizzare competenze e passioni
4. Condividere e conservare il proprio profilo professionale

N. ORE: **8**

QUOTA: **€ 80**

N. MIN/MAX: **min 6 max 12**

DA: **14 dicembre 2026**

PAGAMENTO: **contanti, bonifico o paypal**

GIORNO: **lunedì**

ORARI: **dalle 10.30 alle 12.30**

PICCOLA CONTABILITÀ DOMESTICA

Tenere sotto controllo spese e risparmi di famiglia, con l'obiettivo di organizzarsi al meglio e velocizzare conteggi e controlli.

Contenuti specifici:

1. Registrare entrate e uscite e controllare gli estratti conto
2. Monitorare il budget familiare di spese e risparmi e il patrimonio personale
3. Creare la rubrica telefonica digitale e gestire i contatti utili
4. Aggiornare inventari e liste (libri, film, spesa, ecc.)



N. ORE: **8**

QUOTA: **€ 80**

N. MIN/MAX: **min 6 max 12**

DA: **1 febbraio 2027**

PAGAMENTO: **contanti, bonifico o paypal**

GIORNO: **lunedì**

ORARI: **dalle 10.30 alle 12.30**

INTELLIGENZA ARTIFICIALE PER TUTTI

Scoprire ChatGPT e gli assistenti digitali, con l'obiettivo di apprendere insieme come utilizzare l'IA in modo sicuro, consapevole ed efficace.

Contenuti specifici:

1. Cos'è la IA e come utilizzarla in modo efficace e responsabile
2. Effettuare ricerche intelligenti
3. Generare contenuti affidabili
4. Limitare i rischi dell'IA

N. ORE: **8**

QUOTA: **€ 80**

N. MIN/MAX: **min 6 max 12**

DA: **1 marzo 2027**

PAGAMENTO: **contanti, bonifico o paypal**

GIORNO: **lunedì**

ORARI: **dalle 10.30 alle 12.30**

SANITÀ DIGITALE

Prenotazioni, fascicolo sanitario e ricette elettroniche. L'obiettivo è di imparare a utilizzare in autonomia i principali servizi sanitari online.

Contenuti specifici:

1. Accedere al fascicolo sanitario elettronico
2. Recuperare impegnative ed effettuare prenotazioni online
3. Scaricare ed archiviare referti digitali
4. App regionali sanitarie

N. ORE: **8**

QUOTA: **€ 80**

N. MIN/MAX: **min 6 max 12**

DA: **5 aprile 2027**

PAGAMENTO: **contanti, bonifico o paypal**

GIORNO: **lunedì**

ORARI: **dalle 10.30 alle 12.30**

VIAGGIARE CON LO SMARTPHONE

Mappe, biglietti e prenotazioni digitali. L'obiettivo è di imparare a utilizzare lo smartphone per organizzare viaggi e spostamenti.

Contenuti specifici:

1. Creare itinerari e mappe virtuali
2. Prenotare treni, aerei e bus ed effettuare il check-in online
3. Traduzioni automatiche
4. Google Lens



N. ORE: **8**

QUOTA: **€ 80**

N. MIN/MAX: **min 6 max 12**

DA: **3 maggio 2027**

PAGAMENTO: **contanti, bonifico o paypal**

GIORNO: **lunedì**

ORARI: **dalle 10.30 alle 12.30**

RISOLVI PROBLEMI

Trovare la soluzione ai piccoli grandi problemi dell'utilizzo della tecnologia, con l'obiettivo di diventare autonomi nella risoluzione di piccoli bug hw/sw.

Contenuti specifici:

1. Check-up hardware e piccole "riparazioni" software
2. Pulizia periodica e salvataggi d'emergenza
3. Ottimizzazione sistema operativo e browser
4. Trucchi per un uso efficace delle app

N. ORE: **8**

QUOTA: **€ 80**

N. MIN/MAX: **min 6 max 12**

DA: **31 maggio 2027**

PAGAMENTO: **contanti, bonifico o paypal**

GIORNO: **lunedì**

ORARI: **dalle 10.30 alle 12.30**

NONNI ONLINE

Imparare i trucchi del computer e scoprire il meglio di internet insieme a tuo nipote! Con l'obiettivo di apprendere insieme come abitare il web in modo consapevole, rispettoso, responsabile ed efficace.

Contenuti specifici:

1. Navigare in internet in modo consapevole
2. Comunicare attraverso mail, messaggistica e chat in modo rispettoso
3. Abitare i social network in modo responsabile
4. Utilizzare i dispositivi in modo efficace

N. ORE: **16**

QUOTA: **€ 140 (a coppia)**

N. MIN/MAX: **min 6 max 12**

DA: **28 giugno 2027**

PAGAMENTO: **contanti, bonifico o paypal**

GIORNO: **lunedì**

ORARI: **dalle 10.30 alle 12.30**



PROPONENTE

DAVIDE BRUNO

SEDE CORSO **Online piattaforma Teams / Google Meet**

CONTATTI **346 2153602 - davide92bruno@hotmail.com**

CORSO DI EXCEL

DAL LIVELLO BASE ALL'AVANZATO

SECONDA EDIZIONE

Utilizzi Excel solo per operazioni semplici oppure vorresti imparare a sfruttarne realmente le potenzialità per il lavoro, lo studio o la gestione delle tue attività quotidiane?

Questo corso, giunto alla seconda edizione, è pensato per chi desidera acquisire competenze pratiche e solide nell'utilizzo di Microsoft Excel, partendo dalle basi e arrivando gradualmente agli strumenti più utilizzati in ambito professionale.

Non sono richieste conoscenze avanzate del programma.

In 12 ore di lezioni serali online, i partecipanti impareranno a organizzare e analizzare dati, automatizzare calcoli, creare tabelle e report efficaci e utilizzare con sicurezza le principali funzionalità di Excel.

Tra gli argomenti trattati:

formule e funzioni, formattazione e formattazione condizionale, tabelle, filtri, tabelle Pivot e molto altro. Ogni lezione combina spiegazioni pratiche ed esercitazioni guidate, con un percorso progressivo che permette di consolidare quanto appreso passo dopo passo. Verranno inoltre presentate alcune delle più recenti funzionalità introdotte da Microsoft, inclusi cenni all'utilizzo dell'intelligenza artificiale applicata a Excel.

Durante il corso sarà fornito materiale di supporto e approfondimento. Per favorire l'apprendimento sono previsti semplici esercizi da svolgere tra una lezione e l'altra.

Il docente metterà inoltre a disposizione l'accesso all'ultima versione di Microsoft Excel per i partecipanti che non ne fossero già provvisti.

N. ORE: **12**

QUOTA: **€ 150**

PAGAMENTO: **bonifico**

N. MIN/MAX: **min 1 max 10**

DA: **indicativamente 1ª sessione ottobre 2026 - 2ª sessione febbraio 2027**

GIORNO: **giovedì**

ORARI: **dalle 20.30 alle 22.30**



CORSO PRATICO: BILANCIO FAMILIARE E GESTIONE DELLE SPESE PERSONALI CON EXCEL

Ti sei mai chiesto dove finiscono i tuoi soldi ogni mese? Vorresti gestire con maggiore consapevolezza entrate e uscite, pianificare le spese e prendere decisioni economiche più informate?

Questo corso pratico è rivolto a chi desidera migliorare la gestione del proprio bilancio personale e familiare attraverso un metodo semplice e uno strumento intuitivo basato su Microsoft Excel.

Non sono richieste competenze specifiche. I partecipanti impareranno a registrare e analizzare le spese, comprendere le proprie abitudini di consumo e pianificare un budget sostenibile. Ogni partecipante riceverà un modello Excel già predisposto e personalizzabile, utilizzabile subito nella vita quotidiana e spiegato passo dopo passo durante il corso, così da poterlo continuare a usare in autonomia. Le esercitazioni saranno basate su esempi pratici e dati semplificati, nel rispetto della riservatezza di ciascuno.

Sarà possibile analizzare una propria situazione (con numeri opportunamente modificati) per applicare concretamente il metodo.

L'obiettivo è fornire strumenti semplici e concreti per ottenere una maggiore chiarezza sulla propria situazione economica e gestire il denaro con più consapevolezza.

N. ORE: **4**

QUOTA: **€ 60**

PAGAMENTO: **bonifico** N. MIN/MAX: **min 1 max 10**

DA: **indicativamente 1^a sessione ottobre 2026 - 2^a sessione febbraio 2027**

GIORNO: **lunedì**

ORARI: **dalle 20.30 alle 22.30**



PROPONENTE

OLGA FIORINI Cooperativa Sociale (ACOF)

SEDE CORSO **piazza Gallarini 6 - Busto Arsizio**

CONTATTI **0331624318 - segreteria@acof.it**

INFORMATICA

I LIVELLO

Il corso è rivolto a coloro che non hanno esperienza e ha come finalità quella di sviluppare familiarità con il sistema operativo Windows e di insegnare l'utilizzo dei software Word e Excel. Il corso sarà condotto da docenti esperti e si svolgerà all'interno di un laboratorio che garantirà ad ogni partecipante un pc.

N. ORE: **40**

QUOTA: **€ 380**

DA: **20 ottobre 2026**

PAGAMENTO: **bonifico**

GIORNO: **martedì**

N. MIN/MAX: **min 10 max 12**

ORARI: **dalle 18.00 alle 20.00**

INFORMATICA

II LIVELLO

Il corso è rivolto a coloro che possiedono già buone e solide conoscenze di base nell'utilizzo del pc. L'obiettivo è fornire competenze avanzate nell'uso del computer, con particolare attenzione al pacchetto office. Al termine del corso, verrà rilasciato un attestato di partecipazione a coloro che avranno raggiunto almeno il 90% di frequenza.

N. ORE: **40**

QUOTA: **€ 380**

DA: **febbraio 2027**

PAGAMENTO: **bonifico**

GIORNO: **martedì**

N. MIN/MAX: **min 10 max 12**

ORARI: **dalle 18.00 alle 20.00**

INFORMATICA - MODULI DI APPROFONDIMENTO

MODULI PROPOSTI:

1. MICROSOFT

(WINDOWS, EDGE-BING-OUTLOOK, MS WORD-EXCEL)

N. ORE: **40**

QUOTA: **€ 380**

DA: **aprile 2027**

PAGAMENTO: **bonifico**

GIORNO: **martedì/mercoledì**

N. MIN/MAX: **min 10 max 12**

ORARI: **dalle 18.00 alle 20.00**





2. GOOGLE

(CHROME.OS, CHROME-SEARCH-GMAIL, MS. WORD-SHEETS)

N. ORE: 40

QUOTA: € 380

DA: aprile 2027

PAGAMENTO: bonifico

GIORNO: martedì/mercoledì

N. MIN/MAX: min 10 max 12

ORARI: dalle 18.00 alle 20.00

3. VIDEOSCRITTURA

(MS.WORD, OPEN/LIBRE.WRITER, GOOGLE.DOCS)

N. ORE: 20

QUOTA: € 220

DA: aprile 2027

PAGAMENTO: bonifico

GIORNO: martedì/mercoledì

N. MIN/MAX: min 10 max 12

ORARI: dalle 18.00 alle 20.00

4. FOGLIO DI CALCOLO

(MS.EXCEL, OPEN/LIBRE.CALC, GOOGLE.SHEET)

N. ORE: 20

QUOTA: € 220

DA: aprile 2027

PAGAMENTO: bonifico

GIORNO: martedì/mercoledì

N. MIN/MAX: min 10 max 12

ORARI: dalle 18.00 alle 20.00

5. WEB & EMAIL

(INTERNET: NAVIGARE SICURI E POSTA ELETTRONICA)

N. ORE: 20

QUOTA: € 220

DA: maggio 2027

PAGAMENTO: bonifico

GIORNO: mercoledì/giovedì

N. MIN/MAX: min 10 max 12

ORARI: dalle 18.00 alle 20.00

6. PRESENTAZIONI CARTACEE E MULTIMEDIALI

(MS.POWERPOINT&PUBLISHER, APACHE.IMPRESS&DRAW,
GOOGLE.PRESENTAZIONI & CANVA)

N. ORE: 20

QUOTA: € 220

DA: maggio 2027

PAGAMENTO: bonifico

GIORNO: mercoledì/giovedì

N. MIN/MAX: min 10 max 12

ORARI: dalle 18.00 alle 20.00



PROPONENTE

ALESSANDRO GHIONNA

SEDE CORSO **Istituto Maria Immacolata**

via Andrea Zappellini 14 - Busto Arsizio

CONTATTI **346 1416808 - dr.alessandro.ghionna@gmail.com**

CYBERSECURITY ESSENTIALS

Il corso ti immerge direttamente nel mondo della sicurezza digitale con un approccio hands-on: niente teoria fine a sé stessa, solo competenze reali, strumenti reali, scenari reali. Esplorerai le figure professionali più ricercate del settore, i fondamenti della sicurezza informatica, le vulnerabilità e le principali tecniche di attacco. Affronterai laboratori pratici attraverso piattaforme che permetteranno di simulare ed effettuare attacchi realistici. **È necessario essere muniti di un proprio portatile.**

N. ORE: **24**

QUOTA: **€ 240**

DA: **12 febbraio 2027**

PAGAMENTO: **bonifico**

GIORNO: **venerdì**

N. MIN/MAX: **min 10 max 20**

ORARI: **dalle 18.45 alle 20.15**

CORSO BASE DI RETI E LINUX

Scopri come funziona davvero internet e impara a padroneggiare il sistema operativo che fa girare il mondo, dai server aziendali ai supercomputer, passando per smartphone e dispositivi IoT. In questo corso pratico affronterai i concetti fondamentali delle reti informatiche (protocolli, indirizzi IP, routing, sicurezza) e ti muoverai con sicurezza nell'ambiente Linux: dalla riga di comando alla gestione dei file, dai permessi ai processi. Nessuna conoscenza pregressa richiesta solo curiosità e voglia di capire cosa c'è dietro ogni click.

N. ORE: **20**

QUOTA: **€ 200**

DA: **6 ottobre 2026**

PAGAMENTO: **bonifico**

GIORNO: **martedì**

N. MIN/MAX: **min 5 max 20**

ORARI: **dalle 18.45 alle 20.45**

CORSO AVANZATO DI RETI E LINUX

Vai oltre le basi ed entra nel cuore delle reti moderne e dell'amministrazione Linux professionale. Analizzerai il traffico di rete, configurerai servizi critici, gestirai firewall, automatizzerai task con scripting Bash e molto altro – con un approccio hands-on che simula scenari reali. Che tu voglia rafforzare le tue competenze per il mondo del lavoro, prepararti a certificazioni di settore o semplicemente capire come funziona davvero un'infrastruttura IT, questo corso ti darà gli strumenti per farlo.

Prerequisito: conoscenza di base di reti e Linux o aver frequentato il nostro corso base.

N. ORE: **20**

QUOTA: **€ 200**

DA: **2 febbraio 2027**

PAGAMENTO: **bonifico**

GIORNO: **martedì**

N. MIN/MAX: **min 5 max 20**

ORARI: **dalle 18.45 alle 20.45**





PROPONENTE

ELENA ACQUANI

SEDE CORSO **Online - Piattaforma Teams**

CONTATTI: **338 6677654 - e.acquani@gmail.com - e.acquani@libero.it**

CORSI DI TEDESCO E DI ITALIANO ONLINE

Imparare una nuova lingua significa poter conoscere nuove persone, nuovi luoghi, aprirsi a nuovi incontri e a nuove opportunità di lavoro.

L'obiettivo dei miei corsi di lingue (lingua tedesca e lingua italiana L2 per stranieri) è rendere l'apprendimento più divertente e spontaneo possibile, creando un ambiente dove ogni studente possa sentirsi a suo agio ed essere stimolato a partecipare attivamente alle lezioni! Questo si può realizzare, tra l'altro, con l'ascolto di dialoghi, la visione di filmati, ma anche interagendo con il video karaoke: strumenti che, presentando argomenti di vita quotidiana, coinvolgono gli studenti e aiutano ad imparare!

CORSO DI TEDESCO

PER AVVICINARSI AL LIVELLO A1.1

CONDUTTORE: **Elena Acquani**

N. ORE: **40**

QUOTA: **€ 195**

PAGAMENTO: **PostePay**

N. MIN/MAX: **min 6 max 15**

DA: **28 settembre 2026**

GIORNO: **lunedì**

ORARI: **dalle 18.00 alle 19.30**

MATERIALE DIDATTICO

A cura della docente, verrà inviato via mail ai partecipanti, senza costi aggiuntivi.

CORSO DI ITALIANO PER STRANIERI L2

PER AVVICINARSI AL LIVELLO A1.1

CONDUTTORE: **Elena Acquani**

N. ORE: **40**

QUOTA: **€ 195**

PAGAMENTO: **PostePay**

N. MIN/MAX: **min 6 max 15**

DA: **3 ottobre 2026** GIORNO: **sabato**

ORARI: **dalle 9.00 alle 10.30**

MATERIALE DIDATTICO

A cura della docente, verrà inviato via mail ai partecipanti, senza costi aggiuntivi.



PROPONENTE

OLGA FIORINI Cooperativa Sociale (ACOF)

SEDE CORSO piazza Gallarini 6 - Busto Arsizio

CONTATTI 0331624318 - segreteria@acof.it

ELEMENTARY ENGLISH

Il corso è rivolto a coloro che non hanno alcuna conoscenza della lingua inglese. L'obiettivo è di apprendere le regole fondamentali della lingua inglese attraverso spiegazioni grammaticali, esercizi di conversazioni e ascolto, letture, nonché esercizi di pronuncia e fonetica, con l'aiuto di un docente madrelingua. Il corso si concluderà con un esame e, al superamento dello stesso, verrà rilasciato un attestato di livello Elementary.

CONDUTTORE: **docente ACOF**

N. ORE: **40**

QUOTA: **€ 380**

PAGAMENTO: **bonifico**

N. MIN/MAX: **min 12 max 15**

DA: **27 ottobre 2026**

GIORNO: **martedì**

ORARI: **dalle 18.00 alle 19.30**

INTERMEDIATE ENGLISH

Il corso è rivolto a chi possiede una conoscenza sufficiente della lingua inglese. L'obiettivo è fornire le competenze necessarie per comprendere e produrre di discorsi in lingua, attraverso spiegazioni grammaticali, esercizi di conversazione e ascolto, letture, nonché esercizi di pronuncia e fonetica. Al termine del corso si svolgerà un esame e, superato, verrà rilasciato un attestato di partecipazione di livello Intermediate.

CONDUTTORE: **docente ACOF**

N. ORE: **40**

QUOTA: **€ 380**

PAGAMENTO: **bonifico**

N. MIN/MAX: **min 12 max 15**

DA: **19 gennaio 2027**

GIORNO: **martedì**

ORARI: **dalle 18.00 alle 19.30**



PROPONENTE

Centro Lingue - MY OPEN SCHOOL S.R.L.

SEDE CORSO **Centro Lingue - viale Duca D'Aosta 19 - Busto Arsizio**

CONTATTI **0331 627479 - info@myopenschool.it**

LINGUA INGLESE - Livello Base

Il corso è rivolto alle persone che non hanno alcuna conoscenza della lingua Inglese, e ha come obiettivo quello di apprendere le regole fondamentali della lingua e fornire gli elementi base per poter comunicare, sulla base dei contenuti previsti dal Quadro Europeo di Riferimento per le Lingue. Il docente sceglierà la strategia didattica più adatta alla classe, applicando le seguenti metodologie:

- Spiegazioni grammaticali
- Esercizi di conversazione
- Esercizi di ascolto
- Letture
- Esercizi di pronuncia e fonetica

È previsto l'utilizzo di un libro di testo. A fine corso verrà somministrato un test valutativo ufficiale Cambridge English comprendente listening, comprehension, and writing; al superamento della prova sarà rilasciato il certificato del livello raggiunto. Il corso sarà tenuto da docenti certificati e qualificati per l'insegnamento della lingua Inglese a Stranieri.

1^a SESSIONE

N. ORE: **20**

QUOTA: **€ 295**

DA: **ottobre 2026**

PAGAMENTO: **contanti/bancomat**

GIORNO: **mono settimanale**

N. MIN/MAX: **min 4 max 8**

ORARI: **dalle 19.00 alle 20.30**

2^a SESSIONE

N. ORE: **20**

QUOTA: **€ 295**

DA: **febbraio 2027**

PAGAMENTO: **contanti/bancomat**

GIORNO: **mono settimanale**

N. MIN/MAX: **min 4 max 8**

ORARI: **dalle 19.00 alle 20.30**

LINGUA INGLESE - Livello Base Plus

Il corso è rivolto alle persone che hanno una minima conoscenza della lingua Inglese, e ha come obiettivo quello di apprendere le regole fondamentali della lingua e fornire gli elementi base per poter comunicare, sulla base dei contenuti previsti dal Quadro Europeo di Riferimento per le Lingue. Il docente sceglierà la strategia didattica più adatta alla classe, applicando le seguenti metodologie:

- Spiegazioni grammaticali
- Esercizi di conversazione
- Esercizi di ascolto
- Letture
- Esercizi di pronuncia e fonetica



È previsto l'utilizzo di un libro di testo. A fine corso verrà somministrato un test valutativo ufficiale Cambridge English, comprendente listening, comprehension, and writing; al superamento della prova sarà rilasciato il certificato del livello raggiunto. Il corso sarà tenuto da docenti certificati e qualificati per l'insegnamento della lingua Inglese a Stranieri.

1^a SESSIONE

N. ORE: 20

QUOTA: € 295

DA: ottobre 2026

PAGAMENTO: contanti/bancomat

GIORNO: mono settimanale

N. MIN/MAX: min 4 max 8

ORARI: dalle 19.00 alle 20.30

2^a SESSIONE

N. ORE: 20

QUOTA: € 295

DA: febbraio 2027

PAGAMENTO: contanti/bancomat

GIORNO: mono settimanale

N. MIN/MAX: min 4 max 8

ORARI: dalle 19.00 alle 20.30

LINGUA INGLESE - Livello Intermedio

Il corso è rivolto alle persone che hanno una conoscenza intermedia della lingua Inglese, ed ha come obiettivo quello di fornire le competenze per la comprensione e produzione di semplici discorsi in lingua, sulla base dei contenuti previsti dal Quadro Europeo di Riferimento per le Lingue. Il docente sceglierà la strategia didattica più adatta alla classe, applicando le seguenti metodologie:

- Spiegazioni grammaticali
- Esercizi di conversazione
- Esercizi di ascolto
- Letture
- Esercizi di pronuncia e fonetica

È previsto l'utilizzo di un libro di testo. A fine corso verrà somministrato un test valutativo ufficiale Cambridge English, comprendente listening, comprehension, and writing; al superamento della prova sarà rilasciato il certificato del livello raggiunto. Il corso sarà tenuto da docenti certificati e qualificati per l'insegnamento della lingua Inglese a Stranieri.

1^a SESSIONE

N. ORE: 20

QUOTA: € 295

DA: ottobre 2026

PAGAMENTO: contanti/bancomat

GIORNO: mono settimanale

N. MIN/MAX: min 4 max 8

ORARI: dalle 19.00 alle 20.30

2^a SESSIONE

N. ORE: 20

QUOTA: € 295

DA: febbraio 2027

PAGAMENTO: contanti/bancomat

GIORNO: mono settimanale

N. MIN/MAX: min 4 max 8

ORARI: dalle 19.00 alle 20.30



LINGUA INGLESE - Livello Intermedio Plus

Il corso è rivolto alle persone che hanno una conoscenza intermedia della lingua Inglese, ed ha come obiettivo quello di fornire le competenze per la comprensione e produzione di discorsi articolati in lingua, sulla base dei contenuti previsti dal Quadro Europeo di Riferimento per le Lingue. Il docente sceglierà la strategia didattica più adatta alla classe, applicando le seguenti metodologie:

- Spiegazioni grammaticali
- Esercizi di conversazione
- Esercizi di ascolto
- Letture
- Esercizi di pronuncia e fonetica

È previsto l'utilizzo di un libro di testo. A fine corso verrà somministrato un test valutativo ufficiale Cambridge English, comprendente listening, comprehension, and writing; al superamento della prova sarà rilasciato il certificato del livello raggiunto. Il corso sarà tenuto da docenti certificati e qualificati per l'insegnamento della lingua Inglese a Stranieri.

1^a SESSIONE

QUOTA: € 295

DA: ottobre 2026

N. ORE: 20

PAGAMENTO: contanti/bancomat

GIORNO: mono settimanale

N. MIN/MAX: min 4 max 8

ORARI: dalle 19.00 alle 20.30

2^a SESSIONE

QUOTA: € 295

DA: febbraio 2027

N. ORE: 20

PAGAMENTO: contanti/bancomat

GIORNO: mono settimanale

N. MIN/MAX: min 4 max 8

ORARI: dalle 19.00 alle 20.30

LINGUA SPAGNOLA - Livello Base

Il corso è rivolto alle persone che non hanno alcuna conoscenza della lingua Spagnola, e ha come obiettivo quello di apprendere le regole fondamentali della lingua e fornire gli elementi base per poter comunicare, sulla base dei contenuti previsti dal Quadro Europeo di Riferimento per le Lingue. Il docente sceglierà la strategia didattica più adatta alla classe, applicando le seguenti metodologie:

- Spiegazioni grammaticali
- Esercizi di conversazione
- Esercizi di ascolto
- Letture
- Esercizi di pronuncia

È previsto l'utilizzo di un libro di testo. A fine corso verrà somministrato un test valutativo e sarà rilasciato il certificato del livello raggiunto.

Il corso sarà tenuto da docenti qualificati per l'insegnamento della lingua Spagnola.

N. ORE: 30

QUOTA: € 385

DA: ottobre 2026 (1^a SESSIONE)

PAGAMENTO: contanti/bancomat

GIORNO: mono settimanale

N. MIN/MAX: min 4 max 8

ORARI: dalle 19.00 alle 20.30





LINGUA SPAGNOLA - Livello Base Plus

Il corso è rivolto alle persone che hanno una conoscenza minima della lingua Spagnola, e ha come obiettivo quello di apprendere le regole fondamentali della lingua e fornire gli elementi base per poter comunicare, sulla base dei contenuti previsti dal Quadro Europeo di Riferimento per le Lingue. Il docente sceglierà la strategia didattica più adatta alla classe, applicando le seguenti metodologie:

- Spiegazioni grammaticali
- Esercizi di conversazione
- Esercizi di ascolto
- Letture
- Esercizi di pronuncia

È previsto l'utilizzo di un libro di testo. A fine corso verrà somministrato un test valutativo e sarà rilasciato il certificato del livello raggiunto.

Il corso sarà tenuto da docenti qualificati per l'insegnamento della lingua Spagnola.

N. ORE: **30**

QUOTA: **€ 385**

PAGAMENTO: **contanti/bancomat**

N. MIN/MAX: **min 4 max 8**

DA: **ottobre 2026 (1ª SESSIONE)** GIORNO: **mono settimanale**

ORARI: **dalle 19.00 alle 20.30**

LINGUA FRANCESE - Livello Base

Il corso è rivolto alle persone che non hanno alcuna conoscenza della lingua Francese, e ha come obiettivo quello di apprendere le regole fondamentali della lingua e fornire gli elementi base per poter comunicare, sulla base dei contenuti previsti dal Quadro Europeo di Riferimento per le Lingue. Il docente sceglierà la strategia didattica più adatta alla classe, applicando le seguenti metodologie:

- Spiegazioni grammaticali
- Esercizi di conversazione
- Esercizi di ascolto
- Letture
- Esercizi di pronuncia

È previsto l'utilizzo di un libro di testo. A fine corso verrà somministrato un test valutativo e sarà rilasciato il certificato del livello raggiunto. Il corso sarà tenuto da docenti certificati e qualificati per l'insegnamento della lingua Francese.

N. ORE: **30**

QUOTA: **€ 385**

PAGAMENTO: **contanti/bancomat**

N. MIN/MAX: **min 4 max 8**

DA: **ottobre 2026 (1ª SESSIONE)** GIORNO: **mono settimanale**

ORARI: **dalle 19.00 alle 20.30**



LINGUA ITALIANA - Livello Base

Il corso è rivolto alle persone che non hanno alcuna conoscenza della lingua Italiana, e ha come obiettivo quello di apprendere le regole fondamentali della lingua e fornire gli elementi base per poter comunicare, sulla base dei contenuti previsti dal Quadro Europeo di Riferimento per le Lingue. Il docente sceglierà la strategia didattica più adatta alla classe, applicando le seguenti metodologie:

- Spiegazioni grammaticali
- Esercizi di conversazione
- Esercizi di ascolto
- Letture
- Esercizi di pronuncia

È previsto l'utilizzo di un libro di testo. A fine corso verrà somministrato un test valutativo e sarà rilasciato il certificato del livello raggiunto. Il corso sarà tenuto da docenti certificati e qualificati per l'insegnamento della lingua Italiana.

N. ORE: **30**

QUOTA: **€ 385**

PAGAMENTO: **contanti/bancomat**

N. MIN/MAX: **min 4 max 8**

DA: **ottobre 2026 (1ª SESSIONE)** GIORNO: **mono settimanale**

ORARI: **dalle 19.00 alle 20.30**

LINGUA TEDESCA - Livello Base

Il corso è rivolto alle persone che non hanno alcuna conoscenza della lingua tedesca, e ha come obiettivo quello di fornire gli elementi base per poter comunicare, sulla base dei contenuti previsti dal Quadro Europeo di Riferimento per le Lingue. Il docente sceglierà la strategia didattica più adatta alla classe, applicando le seguenti metodologie:

- Spiegazioni grammaticali
- Esercizi di conversazione
- Esercizi di ascolto
- Letture
- Esercizi di pronuncia

È previsto l'utilizzo di un libro di testo. A fine corso verrà somministrato un test valutativo e sarà rilasciato il certificato del livello raggiunto. Il corso sarà tenuto da docenti certificati e qualificati per l'insegnamento della lingua Tedesca.

N. ORE: **30**

QUOTA: **€ 385**

PAGAMENTO: **contanti/bancomat**

N. MIN/MAX: **min 4 max 8**

DA: **ottobre 2026 (1ª SESSIONE)** GIORNO: **mono settimanale**

ORARI: **dalle 19.00 alle 20.30**



LINGUA INGLESE - Preparazione Esame B2 First

Il corso è rivolto ad adulti e ha come obiettivo la preparazione al sostenimento della certificazione Cambridge English B2 First. Il percorso formativo è progettato per sviluppare e consolidare le competenze linguistiche richieste dall'esame, attraverso attività mirate al potenziamento delle abilità di Reading, Writing, Listening, Speaking e Use of English. Durante il corso, gli studenti acquisiranno familiarità con la struttura e le tipologie di esercizi previste dall'esame, imparando strategie efficaci per affrontare ciascuna prova. Le lezioni alterneranno momenti di approfondimento grammaticale e lessicale ad attività pratiche di comunicazione, con particolare attenzione all'uso della lingua in contesti reali e accademici. Saranno inoltre proposte simulazioni d'esame e attività di verifica periodica, utili per monitorare i progressi e rafforzare la sicurezza nell'affrontare la certificazione. Al termine del corso, i partecipanti riceveranno una valutazione basata su quanto appreso e avranno la possibilità di iscriversi all'esame Cambridge English B2 First. Il corso sarà tenuto da docenti certificati e qualificati per l'insegnamento della lingua Inglese a Stranieri. Le lezioni si svolgeranno in presenza presso la sede di Busto Arsizio, o in modalità live online.

N. ORE: **60**

QUOTA: **€ 730**

PAGAMENTO: **contanti/bancomat** N. MIN/MAX: **min 4 max 8**

DA: **ottobre 2026 (1ª SESSIONE)** GIORNO: **bisettimanale**

ORARI: **dalle 19.00 alle 20.30**

LINGUA INGLESE - Starters Module 1 - Kids

Il corso è rivolto ai ragazzi della Scuola Primaria che stanno muovendo i primi passi nello studio di una lingua straniera, e ha come obiettivo quello di potenziare lo studio di quanto affrontato a Scuola durante le ore curriculari, sulla base dei contenuti previsti dal livello Pre-A1 del Quadro Europeo di Riferimento per le Lingue. L'insegnamento e l'apprendimento della lingua prevedono il coinvolgimento di tutte le abilità: reading, writing, listening e speaking. Il docente sceglierà la strategia didattica più adatta alla classe, applicando le seguenti metodologie:

- Spiegazioni grammaticali
- Esercizi di conversazione
- Esercizi di ascolto
- Letture
- Esercizi di pronuncia e fonetica

È previsto l'utilizzo di un libro di testo.

A fine corso i partecipanti riceveranno una valutazione basata su quanto appreso durante il corso e un certificato di partecipazione. Il corso sarà tenuto da docenti certificati e qualificati per l'insegnamento della lingua Inglese a Stranieri.

N. ORE: **42**

QUOTA: **€ 470**

PAGAMENTO: **contanti/bancomat** N. MIN/MAX: **min 4 max 8**

DA: **ottobre 2026 (1ª SESSIONE)** GIORNO: **mono settimanale**

ORARI: **dalle 17.30 alle 19.00**





LINGUA INGLESE - Starters Module 2 - Kids

Il corso è rivolto ai ragazzi della Scuola Primaria che stanno muovendo i primi passi nello studio di una lingua straniera, e ha come obiettivo la preparazione dello studente al sostenimento della certificazione Cambridge English Young Learners Pre-A1 Starters. L'insegnamento e l'apprendimento della lingua prevedono il coinvolgimento di tutte le abilità: reading, writing, listening e speaking. Il docente sceglierà la strategia didattica più adatta alla classe, applicando le seguenti metodologie:

- Spiegazioni grammaticali
- Esercizi di conversazione
- Esercizi di ascolto
- Letture
- Esercizi di pronuncia e fonetica

È previsto l'utilizzo di un libro di testo. Al termine del corso, i partecipanti riceveranno una valutazione basata su quanto appreso e avranno la possibilità di iscriversi all'esame Cambridge English Young Learners Starters. Il corso sarà tenuto da docenti certificati e qualificati per l'insegnamento della lingua Inglese.

N. ORE: **42**

QUOTA: **€ 470**

PAGAMENTO: **contanti/bancomat**

N. MIN/MAX: **min 4 max 8**

DA: **ottobre 2026 (1ª SESSIONE)**

GIORNO: **mono settimanale**

ORARI: **dalle 17.30 alle 19.00**

LINGUA INGLESE - Movers Module 1 - Kids

Il corso è rivolto ai ragazzi della Scuola Primaria che stanno muovendo i primi passi nello studio di una lingua straniera, e ha come obiettivo quello di potenziare lo studio di quanto affrontato a Scuola durante le ore curriculari, sulla base dei contenuti previsti dal livello A1 del Quadro Europeo di Riferimento per le Lingue. L'insegnamento e l'apprendimento della lingua prevedono il coinvolgimento di tutte le abilità: reading, writing, listening e speaking. Il docente sceglierà la strategia didattica più adatta alla classe, applicando le seguenti metodologie:

- Spiegazioni grammaticali
- Esercizi di conversazione
- Esercizi di ascolto
- Letture
- Esercizi di pronuncia e fonetica

È previsto l'utilizzo di un libro di testo. A fine corso i partecipanti riceveranno una valutazione basata su quanto appreso durante il corso e un certificato di partecipazione. Il corso sarà tenuto da docenti certificati e qualificati per l'insegnamento della lingua Inglese.

N. ORE: **42**

QUOTA: **€ 470**

PAGAMENTO: **contanti/bancomat**

N. MIN/MAX: **min 4 max 8**

DA: **ottobre 2026 (1ª SESSIONE)**

GIORNO: **mono settimanale**

ORARI: **dalle 17.30 alle 19.00**



LINGUA INGLESE - Movers Module 2 - Kids

Il corso è rivolto ai ragazzi della Scuola Primaria che stanno muovendo i primi passi nello studio di una lingua straniera, e ha come obiettivo la preparazione dello studente al sostenimento della certificazione Cambridge English Young Learners A1 Movers. L'insegnamento e l'apprendimento della lingua prevedono il coinvolgimento di tutte le abilità: reading, writing, listening e speaking. Il docente sceglierà la strategia didattica più adatta alla classe, applicando le seguenti metodologie:

- Spiegazioni grammaticali
- Esercizi di conversazione
- Esercizi di ascolto
- Letture
- Esercizi di pronuncia e fonetica

È previsto l'utilizzo di un libro di testo. Al termine del corso, i partecipanti riceveranno una valutazione basata su quanto appreso e avranno la possibilità di iscriversi all'esame Cambridge English Young Learners Movers. Il corso sarà tenuto da docenti certificati e qualificati per l'insegnamento della lingua Inglese.

N. ORE: **42**

QUOTA: **€ 470**

PAGAMENTO: **contanti/bancomat**

N. MIN/MAX: **min 4 max 8**

DA: **ottobre 2026 (1ª SESSIONE)**

GIORNO: **mono settimanale**

ORARI: **dalle 17.30 alle 19.00**

LINGUA INGLESE - Flyers Module 1 - Juniors

Il corso è rivolto ai ragazzi della Scuola Primaria e della Scuola Secondaria di Primo grado, e ha come obiettivo quello di potenziare lo studio di quanto affrontato a Scuola durante le ore curriculari, sulla base dei contenuti previsti dal livello A2 del Quadro Europeo di Riferimento per le Lingue. L'insegnamento e l'apprendimento della lingua prevedono il coinvolgimento di tutte le abilità: reading, writing, listening e speaking. Il docente sceglierà la strategia didattica più adatta alla classe, applicando le seguenti metodologie:

- Spiegazioni grammaticali
- Esercizi di conversazione
- Esercizi di ascolto
- Letture
- Esercizi di pronuncia e fonetica

È previsto l'utilizzo di un libro di testo. A fine corso i partecipanti riceveranno una valutazione basata su quanto appreso durante il corso e un certificato di partecipazione. Il corso sarà tenuto da docenti certificati e qualificati per l'insegnamento della lingua Inglese.

N. ORE: **42**

QUOTA: **€ 470**

PAGAMENTO: **contanti/bancomat**

N. MIN/MAX: **min 4 max 8**

DA: **ottobre 2026 (1ª SESSIONE)**

GIORNO: **mono settimanale**

ORARI: **dalle 17.30 alle 19.00**





LINGUA INGLESE - Flyers Module 2 - Juniors

Il corso è rivolto ai ragazzi della Scuola Primaria e della Scuola Secondaria di Primo grado, e ha come obiettivo la preparazione dello studente al sostenimento della certificazione Cambridge English Young Learners A2 Flyers. L'insegnamento e l'apprendimento della lingua prevedono il coinvolgimento di tutte le abilità: reading, writing, listening e speaking. Il docente sceglierà la strategia didattica più adatta alla classe, applicando le seguenti metodologie:

- Spiegazioni grammaticali
- Esercizi di conversazione
- Esercizi di ascolto
- Letture
- Esercizi di pronuncia e fonetica

È previsto l'utilizzo di un libro di testo. Al termine del corso, i partecipanti riceveranno una valutazione basata su quanto appreso e avranno la possibilità di iscriversi all'esame Cambridge English Young Learners Flyers. Il corso sarà tenuto da docenti certificati e qualificati per l'insegnamento della lingua Inglese.

N. ORE: **42**

QUOTA: **€ 470**

PAGAMENTO: **contanti/bancomat** N. MIN/MAX: **min 4 max 8**

DA: **ottobre 2026 (1ª SESSIONE)** GIORNO: **mono settimanale** ORARI: **dalle 17.30 alle 19.00**

LINGUA INGLESE - A2 Key - Juniors

Il corso è rivolto ai ragazzi della Scuola Secondaria di Primo grado, e ha come obiettivo la preparazione dello studente al sostenimento della certificazione Cambridge English A2 Key. L'insegnamento e l'apprendimento della lingua prevedono il coinvolgimento di tutte le abilità: reading, writing, listening e speaking.

Il docente sceglierà la strategia didattica più adatta alla classe, applicando le seguenti metodologie:

- Spiegazioni grammaticali
- Esercizi di conversazione
- Esercizi di ascolto
- Letture
- Esercizi di pronuncia e fonetica

È previsto l'utilizzo di un libro di testo. Al termine del corso, i partecipanti riceveranno una valutazione basata su quanto appreso e avranno la possibilità di iscriversi all'esame Cambridge English A2 Key. Il corso sarà tenuto da docenti certificati e qualificati per l'insegnamento della lingua Inglese.

N. ORE: **42**

QUOTA: **€ 470**

PAGAMENTO: **contanti/bancomat** N. MIN/MAX: **min 4 max 8**

DA: **ottobre 2026 (1ª SESSIONE)** GIORNO: **mono settimanale** ORARI: **dalle 17.30 alle 19.00**





LINGUA INGLESE - B1 Preliminary - Juniors

Il corso è rivolto ai ragazzi della Scuola Secondaria di Primo e Secondo grado, e ha come obiettivo la preparazione dello studente al sostenimento della certificazione Cambridge English B1 Preliminary. L'insegnamento e l'apprendimento della lingua prevedono il coinvolgimento di tutte le abilità: reading, writing, listening e speaking. Il docente sceglierà la strategia didattica più adatta alla classe, applicando le seguenti metodologie:

- Spiegazioni grammaticali
- Esercizi di conversazione
- Esercizi di ascolto
- Letture
- Esercizi di pronuncia e fonetica

È previsto l'utilizzo di un libro di testo. Al termine del corso, i partecipanti riceveranno una valutazione basata su quanto appreso e avranno la possibilità di iscriversi all'esame Cambridge English B1 Preliminary. Il corso sarà tenuto da docenti certificati e qualificati per l'insegnamento della lingua Inglese.

N. ORE: **42**

QUOTA: **€ 470**

PAGAMENTO: **contanti/bancomat**

N. MIN/MAX: **min 4 max 8**

DA: **ottobre 2026 (1ª SESSIONE)**

GIORNO: **mono settimanale**

ORARI: **dalle 17.30 alle 19.00**

LINGUA INGLESE - B2 First Modulo 1 - Teens

Il corso è rivolto ai ragazzi della Scuola Secondaria di Secondo grado, e ha come obiettivo quello di potenziare lo studio di quanto affrontato a Scuola durante le ore curricolari, sulla base dei contenuti previsti dal livello B2 del Quadro Europeo di Riferimento per le Lingue. L'insegnamento e l'apprendimento della lingua prevedono il coinvolgimento di tutte le abilità: reading, writing, listening e speaking. Il docente sceglierà la strategia didattica più adatta alla classe, applicando le seguenti metodologie:

- Spiegazioni grammaticali
- Esercizi di conversazione
- Esercizi di ascolto
- Letture
- Esercizi di pronuncia e fonetica

È previsto l'utilizzo di un libro di testo. A fine corso verrà somministrato un test valutativo ufficiale Cambridge English, comprendente listening, comprehension, and writing; al superamento della prova sarà rilasciato il certificato del livello raggiunto. Il corso sarà tenuto da docenti certificati e qualificati per l'insegnamento della lingua Inglese.

N. ORE: **42**

QUOTA: **€ 470**

PAGAMENTO: **contanti/bancomat**

N. MIN/MAX: **min 4 max 8**

DA: **ottobre 2026 (1ª SESSIONE)**

GIORNO: **mono settimanale**

ORARI: **dalle 17.30 alle 19.00**





LINGUA INGLESE - B2 First Modulo 2 - Teens

Il corso è rivolto ai ragazzi della Scuola Secondaria di Secondo grado, e ha come obiettivo la preparazione dello studente al sostenimento della certificazione Cambridge English B2 First. L'insegnamento e l'apprendimento della lingua prevedono il coinvolgimento di tutte le abilità: reading, writing, listening e speaking. Il docente sceglierà la strategia didattica più adatta alla classe, applicando le seguenti metodologie:

- Spiegazioni grammaticali
- Esercizi di conversazione
- Esercizi di ascolto
- Letture
- Esercizi di pronuncia e fonetica

È previsto l'utilizzo di un libro di testo. Al termine del corso, i partecipanti riceveranno una valutazione basata su quanto appreso e avranno la possibilità di iscriversi all'esame Cambridge English B2 First. Il corso sarà tenuto da docenti certificati e qualificati per l'insegnamento della lingua Inglese.

N. ORE: **42**

QUOTA: **€ 470**

PAGAMENTO: **contanti/bancomat**

N. MIN/MAX: **min 4 max 8**

DA: **ottobre 2026 (1ª SESSIONE)**

GIORNO: **mono settimanale**

ORARI: **dalle 17.30 alle 19.00**

LINGUA INGLESE - C1 Advanced Module 1 - Teens

Il corso è rivolto ai ragazzi della Scuola Secondaria di Secondo grado che desiderano consolidare le competenze linguistiche acquisite durante il percorso scolastico, sulla base dei contenuti previsti dal livello C1 del Quadro Europeo di Riferimento per le Lingue.

Le attività didattiche coinvolgeranno tutte le principali abilità linguistiche – reading, writing, listening e speaking – attraverso:

- Spiegazioni grammaticali
- Esercizi di conversazione
- Esercizi di ascolto
- Letture
- Esercizi di pronuncia e fonetica

È previsto l'utilizzo di un libro di testo.

A fine corso verrà somministrato un test valutativo ufficiale Cambridge English, comprendente listening, comprehension, and writing; al superamento della prova sarà rilasciato il certificato del livello raggiunto. Il corso sarà tenuto da docenti certificati e qualificati per l'insegnamento della lingua Inglese.

N. ORE: **42**

QUOTA: **€ 470**

PAGAMENTO: **contanti/bancomat**

N. MIN/MAX: **min 4 max 8**

DA: **ottobre 2026 (1ª SESSIONE)**

GIORNO: **mono settimanale**

ORARI: **dalle 17.30 alle 19.00**





LINGUA INGLESE - C1 Advanced Module 2 - Teens

Il corso è rivolto ai ragazzi della Scuola Secondaria di Secondo grado che desiderano consolidare le competenze linguistiche acquisite durante il percorso scolastico. L'insegnamento e l'apprendimento della lingua prevedono il coinvolgimento di tutte le abilità: reading, writing, listening e speaking. Le attività didattiche coinvolgeranno tutte le principali abilità linguistiche – reading, writing, listening e speaking – attraverso:

- Spiegazioni grammaticali
- Esercizi di conversazione
- Esercizi di ascolto
- Letture
- Esercizi di pronuncia e fonetica

È previsto l'utilizzo di un libro di testo.

Al termine del corso, i partecipanti riceveranno una valutazione basata su quanto appreso e avranno la possibilità di iscriversi all'esame Cambridge English C1 Advanced. Il corso sarà tenuto da docenti certificati e qualificati per l'insegnamento della lingua Inglese.

N. ORE: **42**

QUOTA: **€ 470**

PAGAMENTO: **contanti/bancomat**

N. MIN/MAX: **min 4 max 8**

DA: **ottobre 2026 (1ª SESSIONE)** GIORNO: **mono settimanale**

ORARI: **dalle 17.30 alle 19.00**

LINGUA INGLESE - C2 Proficiency Module 1

Il corso è rivolto ai ragazzi della Scuola Secondaria di Secondo grado e Universitari, e ha come obiettivo quello di potenziare la consapevolezza linguistica di ognuno, sulla base dei contenuti previsti dal livello C2 del Quadro Europeo di Riferimento per le Lingue.

L'insegnamento e l'apprendimento della lingua prevedono il coinvolgimento di tutte le abilità: reading, writing, listening e speaking. Il docente sceglierà la strategia didattica più adatta alla classe, applicando le seguenti metodologie:

- Spiegazioni grammaticali
- Esercizi di conversazione
- Esercizi di ascolto
- Letture
- Esercizi di pronuncia e fonetica

È previsto l'utilizzo di un libro di testo.

A fine corso verrà somministrato un test valutativo ufficiale Cambridge English, comprendente listening, comprehension, and writing; al superamento della prova sarà rilasciato il certificato del livello raggiunto. Il corso sarà tenuto da docenti certificati e qualificati per l'insegnamento della lingua Inglese.

N. ORE: **42**

QUOTA: **€ 470**

PAGAMENTO: **contanti/bancomat**

N. MIN/MAX: **min 4 max 8**

DA: **ottobre 2026 (1ª SESSIONE)** GIORNO: **mono settimanale**

ORARI: **dalle 17.30 alle 19.00**



LINGUA INGLESE - C2 Proficiency Module 2

Il corso è rivolto ai ragazzi della Scuola Secondaria di Secondo grado e Universitari, e ha come obiettivo la preparazione dello studente al sostenimento della certificazione Cambridge English C2 Proficiency. L'insegnamento e l'apprendimento della lingua prevedono il coinvolgimento di tutte le abilità: reading, writing, listening e speaking. Il docente sceglierà la strategia didattica più adatta alla classe, applicando le seguenti metodologie:

- Spiegazioni grammaticali
- Esercizi di conversazione
- Esercizi di ascolto
- Letture
- Esercizi di pronuncia e fonetica

È previsto l'utilizzo di un libro di testo.

Al termine del corso, i partecipanti riceveranno una valutazione basata su quanto appreso e avranno la possibilità di iscriversi all'esame Cambridge English C2 Proficiency. Il corso sarà tenuto da docenti certificati e qualificati per l'insegnamento della lingua Inglese.

N. ORE: **42**

QUOTA: **€ 470**

PAGAMENTO: **contanti/bancomat**

N. MIN/MAX: **min 4 max 8**

DA: **ottobre 2026 (1ª SESSIONE)**

GIORNO: **mono settimanale**

ORARI: **dalle 17.30 alle 19.00**



PROPONENTE

CROCE ROSSA ITALIANA Comitato di Busto Arsizio

SEDE CORSO **via Savona 2 - Busto Arsizio**

CONTATTI: **0331 685 050 (int. 1)**

CORSO PRIMO SOCCORSO: corsipopolazione@cribustoarsizio.it

CORSO MANOVRE SALVAVITA: corsimsp@cribustoarsizio.it

CORSO PAD E CORSO 81/2008: infocorsi.referenteareu@cribustoarsizio.it

CORSO TEORICO-PRATICO DI PRIMO SOCCORSO

Attraverso lezioni frontali e pratiche, i partecipanti acquisiscono nozioni di anatomia e fisiologia degli apparati e imparano ad intervenire in caso di emergenza eseguendo le manovre di primo soccorso: rianimazione cardiopolmonare, manovre di disostruzione, medicazione delle ferite, immobilizzazione delle fratture, ecc.

Viene rilasciato attestato. I docenti del corso sono Monitori di Croce Rossa Italiana.

N. ORE: **20**

QUOTA: **€ 45** PAGAMENTO: **bonifico**

N. MIN/MAX: **min 20 max 30**

DA: **autunno 2026 (1ª SESSIONE) - primavera 2027 (2ª SESSIONE)**

GIORNO: **lunedì e mercoledì** ORARI: **dalle 20.45 alle 22.45**

ISCRIZIONI: corsipopolazione@cribustoarsizio.it

CORSO DI PRIMO SOCCORSO IN ETÀ PEDIATRICA

Il presente corso è integrativo del corso di manovre salvavita pediatriche e rappresenta un approfondimento sul primo soccorso in caso di incidenti e malori in età pediatriche (prevenzione, manovre salvavita e di disostruzione, annegamento, ferite, emorragie, ustioni, febbre, coliche, fratture, trauma cranico e malori).

Viene rilasciato attestato. I docenti del corso sono Monitori di Croce Rossa Italiana.

N. ORE: **6**

QUOTA: **€ 35** PAGAMENTO: **bonifico**

N. MIN/MAX: **min 15 max 30**

DA: **primo trimestre 2027** GIORNO: **lunedì**

ORARI: **dalle 20.45 alle 22.45**

ISCRIZIONI: corsipopolazione@cribustoarsizio.it

CORSO DI ASSISTENZA AL MALATO E ALL'ANZIANO IN FAMIGLIA

Attraverso lezioni frontali e pratiche, i partecipanti acquisiscono nozioni di igiene, patologia alimentazione, modalità per la somministrazione dei farmaci, per la movimentazione del malato e per l'organizzazione della camera.

I docenti del corso sono Monitori di Croce Rossa Italiana.

N. ORE: **16**

QUOTA: **€ 45** PAGAMENTO: **bonifico**

N. MIN/MAX: **min 15 max 30**

DA: **secondo trimestre 2027** GIORNO: **sabato o domenica** ORARI: **Orari: diurno**

ISCRIZIONI: corsipopolazione@cribustoarsizio.it





CORSO DI MANOVRE SALVAVITA PEDIATRICHE E ADULTO

Il percorso formativo di 4 ore fornisce ai partecipanti le nozioni per eseguire le manovre di disostruzione e di rianimazione cardiopolmonare. Seguono anche consigli per la prevenzione e indicazioni su come allertare il soccorso (chiamata al 112). Viene rilasciato attestato. I docenti del corso sono Istruttori Manovre salvavita di Croce Rossa Italiana.

N. ORE: **4** QUOTA: **€ 35** PAGAMENTO: **bonifico** N. MIN/MAX: **min 15 max 30**
DA: **1 corso al mese** GIORNO: **sabato pomeriggio o domenica mattina** ORARI:
sabato dalle 14.00 alle 18.00 - domenica dalle 9.00 alle 13.00
ISCRIZIONI: corsimsp@cribustoarsizio.it

AGGIORNAMENTO CORSO DI MANOVRE SALVAVITA PEDIATRICHE E ADULTO

Il percorso formativo di 2 ore fornisce ai partecipanti l'aggiornamento per l'esecuzione delle manovre di disostruzione e di rianimazione cardio polmonare. Seguono anche consigli per la prevenzione e indicazioni su come allertare il soccorso (chiamata al 112). Viene rilasciato attestato. I docenti del corso sono Istruttori Manovre salvavita di Croce Rossa Italiana.

N. ORE: **2** QUOTA: **€ 15** PAGAMENTO: **bonifico** N. MIN/MAX: **min 15 max 30**
DA: **al raggiungimento del numero minimo di partecipanti** GIORNO: **venerdì**
ORARI: **dalle 20.45 alle 22.45**
ISCRIZIONI: corsimsp@cribustoarsizio.it

CORSO DI PUBBLICO ACCESSO AL DEFIBRILLATORE (PAD)

Il percorso formativo di 5 ore fornisce ai partecipanti le nozioni per eseguire le manovre di rianimazione cardiopolmonare e l'utilizzo del defibrillatore. Viene rilasciata certificazione AREU. I docenti del corso sono Istruttori AREU.

N. ORE: **5** QUOTA: **€ 60** PAGAMENTO: **bonifico** N. MIN/MAX: **min 4 max 24**
DA: **settembre a giugno** GIORNO: **sabato e/o giorni infrasettimanali**
ORARI: **dalle 8.30 alle 13.30**
ISCRIZIONI: infocorsi.referenteareu@cribustoarsizio.it

CORSO DI RETRAINING DI PUBBLICO ACCESSO AL DEFIBRILLATORE (PAD)

Il percorso formativo di 3 ore fornisce ai partecipanti l'aggiornamento previsto ogni due anni per l'uso del defibrillatore e per l'esecuzione delle manovre di rianimazione cardiopolmonare. Viene rilasciata certificazione AREU. I docenti del corso sono Istruttori AREU.

N. ORE: **3** QUOTA: **€ 40** PAGAMENTO: **bonifico** N. MIN/MAX: **min 4 max 24**
DA: **settembre a giugno** GIORNO: **sabato e/o giorni infrasettimanali**
ORARI: **dalle 8.30 alle 13.30 e dalle 20.00 alle 23.00**
ISCRIZIONI: infocorsi.referenteareu@cribustoarsizio.it



CORSO L. 81/08 - EX NOVO - GRUPPI B/C

Il corso è rivolto a coloro che sono stati incaricati dal datore di lavoro per lo svolgimento delle attività di primo soccorso e relativa gestione delle situazioni di emergenza, esteso ai datori di lavoro che svolgono direttamente i compiti di primo soccorso: modalità di riconoscimento di un'emergenza sanitaria; procedure di allertamento del sistema di soccorso; procedure per l'attuazione di intervento di primo soccorso.

La durata del corso per addetti al primo soccorso è variabile in base alla classificazione delle attività lavorative riportata nel D.M. n. 388 del 15 luglio 2003.

Corso ex novo - Aziende Gruppo B/C - Medio e Basso Rischio = 12 ore.

N. ORE: **12** QUOTA: **€ 120** PAGAMENTO: **bonifico** N. MIN/MAX: **min 5 max 10**
DA: **al raggiungimento del numero minimo di partecipanti**
GIORNO: **da settembre a giugno** ORARI: **dalle 8.00 alle 18.00**
ISCRIZIONI: infocorsi.referenteareu@cribustoarsizio.it

CORSO L. 81/08 - AGGIORNAMENTO - GRUPPI B/C

Il corso è rivolto a coloro che sono stati incaricati dal datore di lavoro per lo svolgimento delle attività di primo soccorso e relativa gestione delle situazioni di emergenza, esteso ai datori di lavoro che svolgono direttamente i compiti di primo soccorso: modalità di riconoscimento di un'emergenza sanitaria; procedure di allertamento del sistema di soccorso; procedure per l'attuazione di intervento di primo soccorso. La durata del corso per addetti al primo soccorso è variabile in base alla classificazione delle attività lavorative riportata nel D.M. n. 388 del 15 luglio 2003.

Corso ripasso - aggiornamento - Aziende Gruppo B/C - Medio e Basso Rischio = 4 ore

N. ORE: **4** QUOTA: **€ 80** PAGAMENTO: **bonifico** N. MIN/MAX: **min 5 max 10**
DA: **al raggiungimento del numero minimo di partecipanti**
GIORNO: **da settembre a giugno** ORARI: **dalle 8.00 alle 12.00**
ISCRIZIONI: infocorsi.referenteareu@cribustoarsizio.it

CORSO L. 81/08 - EX NOVO - GRUPPO A

Il corso è rivolto a coloro che sono stati incaricati dal datore di lavoro per lo svolgimento delle attività di primo soccorso e relativa gestione delle situazioni di emergenza, esteso ai datori di lavoro che svolgono direttamente i compiti di primo soccorso: modalità di riconoscimento di un'emergenza sanitaria; procedure di allertamento del sistema di soccorso; procedure per l'attuazione di intervento di primo soccorso. La durata del corso per addetti al primo soccorso è variabile in base alla classificazione delle attività lavorative riportata nel D.M. n. 388 del 15 luglio 2003.

Corso ex novo - Aziende Gruppo A - Alto Rischio = 16 ore.

N. ORE: **16** QUOTA: **€ 150** PAGAMENTO: **bonifico** N. MIN/MAX: **min 5 max 10**
DA: **al raggiungimento del numero minimo di partecipanti**
GIORNO: **da settembre a giugno** ORARI: **dalle 8.00 alle 18.00 e dalle 8.00 alle 14.00**
ISCRIZIONI: infocorsi.referenteareu@cribustoarsizio.it



CORSO L. 81/08 - AGGIORNAMENTO - GRUPPO A

Il corso è rivolto a coloro che sono stati incaricati dal datore di lavoro per lo svolgimento delle attività di primo soccorso e relativa gestione delle situazioni di emergenza, esteso ai datori di lavoro che svolgono direttamente i compiti di primo soccorso: modalità di riconoscimento di un'emergenza sanitaria; procedure di allertamento del sistema di soccorso; procedure per l'attuazione di intervento di primo soccorso.

La durata del corso per addetti al primo soccorso è variabile in base alla classificazione delle attività lavorative riportata nel D.M. n. 388 del 15 luglio 2003.

Corso ripasso - aggiornamento - Aziende Gruppo A - Alto Rischio = 6 ore.

N. ORE: **6** QUOTA: **€ 90** PAGAMENTO: **bonifico** N. MIN/MAX: **min 5 max 10**

DA: **al raggiungimento del numero minimo di partecipanti**

GIORNO: **da settembre a giugno** ORARI: **dalle 8.00 alle 14.00**

ISCRIZIONI: infocorsi.referenteareu@cribustoarsizio.it



25-9-1955

Apertura della V.
Mostra Internazionale del
Cotone, Rajon, Fibre Tessili
e Macchinario Tessile
con l'intervento di
S.E. Avv. BERNARDO MATTEARELLI
Ministro del Commercio Estero

Benigno Zaccaria
Presidente
Mostra

A. Lauerbach

L. Moechetti

Mostra **I**nternazionale del
Cotone, **R**ajon, **F**ibre **T**essili
e **M**acchinario **T**essile

S. E. AVV. BERNARDO MATTEARELLA

Ministro del Comercio Estero

Servant's name is

Benjamin Arnold, President
Boston

A. Laurent-Hodier Cykaria



informazioni e aggiornamenti

Ufficio Politiche Culturali

tel 0331 390 220

www.comune.bustoarsizio.va.it

ufficiocultura@comune.bustoarsizio.va.it 

www.facebook.com/citta.bustoarsizio 

www.instagram.com/cittadibustoarsizio 



