

# Programma Gen-Mar 2026

Corsi, laboratori e incontri





# Prima di iniziare:

Per tutti i corsi, è necessaria la tessera  
**AUSER: 20€, durata annuale**

## Contatti per info e iscrizioni:

Indirizzo: Auser Associazione Centro  
Diurno, Via S.Antonio,6

Segreteria: 351 514 7054

Mail: [segreteriaauservaprio@gmail.com](mailto:segreteriaauservaprio@gmail.com)



@auser.vaprio



Auser Vaprio



Auser Vaprio

# Indice

## Musica.....5

Danze orientali  
Danze caraibiche  
Boogie Woogie  
Balli di gruppo  
Balli country

## Anima e Corpo.....9

Pilates  
Tai Chi Chuan / Ginnastica Dolce  
Yoga  
Meditazione  
Gruppo di cammino

## Arte.....12

Arteterapia  
Acquarello  
Laboratorio creativo con la carta  
Ricamo Creativo

## Svago.....15

Amici del burraco

## Supporto.....17

Consulenza e orientamento medico  
Il venerdì delle soluzioni

## Cultura.....19

Gruppo di lettura  
Corso base di inglese  
Università popolare



# Musica



*La musica è come la vita: si può fare in  
un solo modo, insieme.*

Ezio Bosso

## Danze Orientali per il benessere psicofisico

*A cura di Enrica Panzeri*

- Lunedì, dalle 20.30 alle 21.30
- Contributo: 55€ x 10 incontri
- Inizio: 12 Gennaio



## Danze Caraibiche

*A cura di Gaetano Cicio*

- Corso base: Martedì, dalle 20.00 alle 21.00
- Corso avanzato: Martedì dalle 21.00 alle 22.00
- Contributo: 50€ x 10 incontri
- Inizio: 13 Gennaio

## Boogie Woogie

*A cura di Nino Armato*

- Martedì, dalle 21.00 alle 22.00
- Contributo: 40€ x 10 incontri
- Inizio: 13 Gennaio



## Balli di gruppo

*A cura di Terry*

- Mercoledì, dalle 20.00 alle 21.00
- Contributo: 60€ x 10 incontri
- Inizio: 14 Gennaio



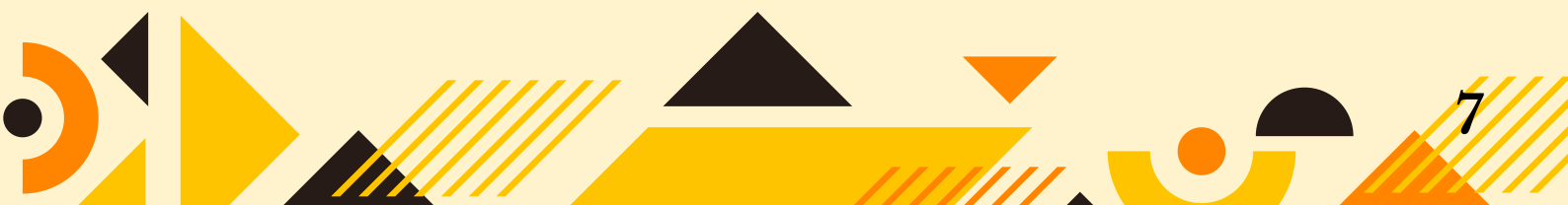
## Balli Country

*A cura di Terry*

- Mercoledì dalle 21.00 alle 22.00
- Contributo: 60€ x 10 incontri
- Inizio: 14 Gennaio

**NOVITÀ!**

**Offerta speciale per  
chi si iscrive ai due  
corsi di Terry: 110€**



## Corso amatoriale di chitarra

*A cura di Giampy e Claudio*



- Corso base: Martedì, dalle 15.15 alle 16.15
- Corso avanzato: Martedì, dalle 16.15 alle 17.30
- Contributo: 20€ x 10 incontri
- Inizio: 13 Gennaio

## Serate danzanti

Tutti i mesi proporremo cene con accompagnamento musicale

**Le relative date  
verranno comunicate  
sui social!**



# Anima e Corpo



*La vita non è vivere ma vivere in  
benessere*

Marziale

# Pilates

*A cura di Martina*



- Lunedì, dalle 18.30 alle 19.30
- Martedì dalle 9.30 alle 10.30, dalle 10.30 alle 11.30 e dalle 11.30 alle 12.30
- Contributo: 55€ x 10 incontri
- Inizio: 19 Gennaio

## Tai Chi Chuan - Ginnastica Dolce

*A cura dell'associazione ASD HATA MOTO  
MUMON APS con il maestro Carlo Rocco*

- Mercoledì e venerdì su due turni, dalle 17.00 alle 18.00 e dalle 18.00 alle 19.00
- Contributo: 50€ x 10 incontri (sono previsti sconti per chi fa più incontri)
- Inizio: 14 gennaio

**Per chi vuole approfondire, 10  
lezioni il lunedì dalle 17 alle 18,  
con un contributo di 50€**

## Yoga

*A cura dell'associazione ASD HATA MOTO MUMON APS con il maestro Carlo Rocco*

- Martedì dalle 18.00 alle 19.00
- Giovedì, dalle 9.00 alle 10.00 e dalle 10.00 alle 11.00
- Contributo: 50€ x 10 incontri
- Inizio: 13 Gennaio



## Meditazione

*A cura dell'associazione ASD HATA MOTO MUMON APS con il maestro Carlo Rocco*

- Lunedì dalle 18.00 alle 19.00
- Contributo: 50€ x 10 incontri
- Inizio: 12 gennaio

## Gruppo di cammino

*A cura di Paolo Pirotta con la collaborazione della Casa di Comunità*

- Martedì, partenza dall'Auser alle 9.30
- Contributo: gratuito (con tessera)

**NOVITÀ!**

# Arte



*Non si può esaurire la creatività: più  
ne usi, più ne hai!*

Maya Angelou



## Arteterapia per Adulti

*A cura di Viviana Visconti*

- **Contributo:** 60€ x 6 incontri, comprensivo di materiale
- Gli incontri saranno i seguenti venerdì dalle 9.30 alle 11.00:
  - 16, 23 e 30 gennaio
  - 6, 13, 20 febbraio

## Corso di Acquarello

*A cura di Chiara Cerea*

- **Giovedì dalle 17.30 alle 19.30**
- **Contributo:** 70€ x 10 incontri
- **Inizio:** 22 gennaio (minimo 10 persone)



## Laboratorio creativo con la carta

*A cura di Chiara Cerea*

- Lunedì dalle 9.30 alle 11.00
- Contributo: 50€ x 10 incontri
- Inizio: 19 gennaio (minimo 10 persone)

**NOVITÀ!**

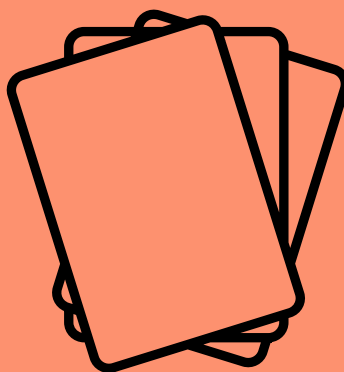
## Corso di Ricamo Creativo

*A cura di Chiara Cerea*

- Lunedì dalle 14.30 alle 16.30
- Contributo: 50€ x 10 incontri
- Inizio: 19 gennaio (minimo 10 persone)



# Svago



*La vita non consiste nell'avere buone  
carte, ma nel saper giocare bene quelle  
che si hanno.*

# Amici del Burraco

Ci si ritrova tutti i lunedì a partire dalle ore 20.30, è attivo il servizio bar.

## Torneo di burraco

Vieni a sfidare la fortuna e a dimostrare la tua strategia nei nostri tornei domenicali.

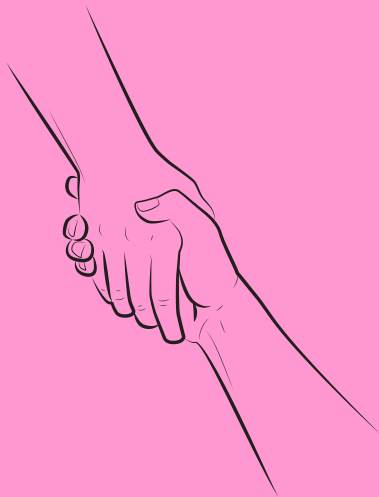
Da Auser troverai un'atmosfera accogliente e amichevole, ma anche competitiva!

Qui sotto le date dei tornei:

**Domenica 25 gennaio, ore 14.30**  
**Domenica 22 febbraio, ore 14.30**  
**Domenica 29 marzo, ore 14.30**



# Supporto

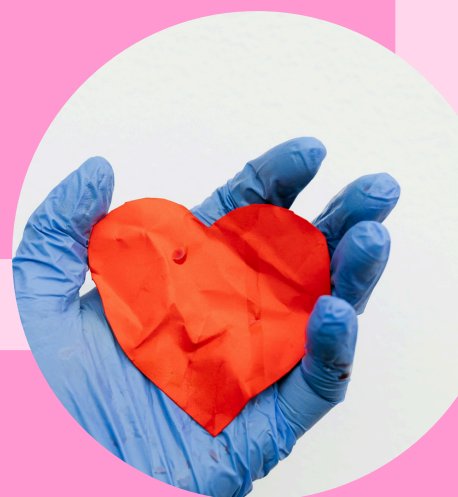


*Dopo il verbo “amare” il verbo  
“aiutare” è il più bello del mondo.*

Anonimo

# Consulenza e orientamento medico

- Il primo e il terzo mercoledì del mese, dalle 9.15 alle 10.15
- Il servizio sarà garantito da un gruppo di medici volontari in pensione:
  - Cardiologo
  - Pneumologo
  - Radiologo
  - Medico di base
  - Anatomopatologo
  - Ortopedico



## Il venerdì delle soluzioni

- Venerdì dalle 11.00 alle 12.00 (oppure dalle 14.00 alle 16.00 PREVIA RICHIESTA)
- Qui troverai qualcuno ad aiutarti per:
  - Richiedere e creare lo SPID;
  - Presentare domanda per i servizi;
  - Accedere al Fascicolo Sanitario;
  - Prenotare le visite;
  - Risolvere problemi con il cellulare;
  - E molto altro ancora, chiedi e ti aiuteremo!

# Cultura



*Sono ancora convinto che la cultura  
salverà il mondo*

Philippe Daverio

## Gruppo di lettura

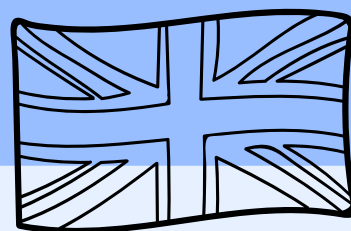
- Incontri mensili il martedì dalle 20.30 alle 21.30
- Ad ogni incontro si discuterà del libro letto nel mese e si sceglie quello per il successivo
- Da quest'anno, ci saranno anche degli esclusivi incontri con gli autori!
- Inizio: 13 gennaio



## Corso base di inglese

*A cura di Marco Casati*

- Livello 1: Mercoledì dalle 17.00 alle 18.00
- Livello 2: Mercoledì dalle 18.00 alle 19.00
- Contributo: 30€ x 10 incontri
- Inizio: 14 gennaio



# Università Popolare

Le lezioni inizieranno **martedì 13  
gennaio** e saranno:

- **Tutti i martedì alle ore 17.00  
presso AUSER Vaprio d'Adda**
- **Tutti i giovedì alle ore 15.30  
presso Auditorium Biblioteca  
Vaprio d'Adda**

Per informazioni, iscrizioni e per il  
programma dettagliato:

**3515147054**

**[vapriouniversità.popolare@gmail.com](mailto:vapriouniversità.popolare@gmail.com)**

# IL PROGRAMMA COMPLETO

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
9.30-11.00 Laboratorio Creativo con la Carta	9.30 Gruppo di Cammino	9.15-10.15 Consulenza medica (1° e 3° del mese)	9.00-11.00 Yoga (due turni)	9.30-11.00 Arteterapia (secondo calendario)
14.30-16.30 Ricamo Creativo	9.30-12.30 Pilates (3 turni)	17.00-18.00 Inglese Livello 1	15.30 Università Popolare	11.00-12.00 Venerdì delle soluzioni
18.00-19.00 Meditazione	15.15-16.15 Chitarra Base	18.00-19.00 Inglese Livello 2	17.30-19.30 Acquarello	14.00-16.00 Venerdì delle soluzioni (solo su appuntamento)
18.30-19.30 Pilates	16.15-17.30 Chitarra Avanzata	17.00-19.00 Tai Chi Chuan (due turni)		17.00-19.00 Tai Chi Chuan (due turni)
20.30-21.30 Danze Orientali	17.00 Università Popolare	20.00-21.00 Balli di Gruppo		
20.30 Amici del Burraco	18.00-19.00 Yoga	21.00-22.00 Balli Country		
	20.00-21.00 Caraibiche base			
	21.00-22.00 Boogie Woogie			
	21.00-22.00 Caraibiche avanzato			





*Quando cammini, cammina  
Quando mangi, mangia*

