



Città di
Baveno

UNI3 BAVENO ONLINE

Corsi 2021



LA COMUNICAZIONE ai tempi della mascherina

Lunedì 14.00-15.30 € 36,00

Docente: **Cesare GALLARINI**

Negli ultimi mesi il nostro modo di lavorare e comunicare è cambiato radicalmente: comunichiamo tramite una tastiera, una telecamera, un microfono e uno schermo. Il WebSHOW ideato dal docente vi suggerirà come comunicare meglio da casa in maniera stimolante e divertente.

Nelle seguenti date:
1 - 8 - 15 - 22 FEBBRAIO
1 - 8 - 15 - 22 MARZO



PIEMONTE conoscerlo e riscoprirlo

Lunedì 15.30-17.00 € 59,00

Docente: **Patrizia ZANETTA**

Il corso si propone la finalità di scoprire la nostra Regione partendo dalle conoscenze geografiche, le eccellenze artistiche, i vari siti patrimonio UNESCO, l'enogastronomia, le principali aziende storiche, i personaggi, le curiosità. L'obiettivo finale è quello di comprendere e approfondire la conoscenza del nostro territorio, non solo nei suoi aspetti più tecnici, ma anche nel cuore della sua personalità.

Nelle seguenti date:
1 - 8 - 15 - 22 FEBBRAIO
1 - 8 - 15 - 22 - 29 MARZO
5 - 12 - 19 - 26 APRILE



STUDIO OF ACTING Ciak si gira

Lunedì 18.00 - 20.00 € 60,00

Docente: **Cesare GALLARINI**

Un corso divertente, unico, dinamico dove creatività e talento saranno le armi vincenti. Tutti i partecipanti si trasformeranno in allievi attori. Impareranno divertendosi l'arte della recitazione cinematografica con "attività teatrali" di grande efficacia: comunicazione efficace, energia, passione, cambiamento, ironia e autoironia, lavoro di squadra e yoga della risata.

Nelle seguenti date:
1 - 8 - 15 - 22 FEBBRAIO
1 - 8 - 15 - 22 - 29 MARZO
5 APRILE



YOGA DELLA RISATA Ridere fa bene al cuore

Martedì 10.00 - 11.00 € 30,00

Docente: **Cesare GALLARINI**

Lo yoga della risata è una forma di yoga che fa uso della risata autoindotta. Questa pratica favorisce un maggior apporto di ossigeno al corpo e al cervello, perché ingloba la respirazione yoga, profonda e diaframmatica. Si basa sul fatto che il corpo, tanto sotto il profilo fisiologico che psicologico, non distingue tra risata forzata e risata autentica e pertanto i benefici che si ottengono sono identici.

Nelle seguenti date:
2 - 9 - 16 - 23 FEBBRAIO
2 - 9 - 16 - 23 - 30 MARZO
6 APRILE



CAPOLAVORI D'ARTE in Piemonte

Martedì 15.30 - 17.00 € 63,00

Docente: **Patrizia ZANETTA**

Il corso si propone l'avvicinamento alla conoscenza di alcuni periodi artistici attraverso l'analisi di opere a autori che hanno lasciato le loro testimonianze visibili ancora oggi in alcune località piemontesi.

Nelle seguenti date:
2 - 9 - 16 - 23 FEBBRAIO
2 - 9 - 16 - 23 - 30 MARZO
6 - 13 - 20 - 27 APRILE
4 MAGGIO



SOCIAL MEDIA Rendiamo accattivante la nostra comunicazione attraverso FaceBook, Instagram, LinkedIn e Youtube

Martedì 17.00-18.30 € 45,00

Docente: **Samuel PIANA**

Il corso è dedicato sia a coloro che utilizzano i social media per svago personale sia a piccole imprese. Al termine del corso ciascun allievo conoscerà le differenze di ogni singola piattaforma, apprenderà: piccoli trucchi per ottenere più visibilità, ritoccare e migliorare foto e contenuti audiovisivi, come preservare la propria privacy e discernere tra notizie e fakenews.

Nelle seguenti date:
2 - 9 - 16 - 23 FEBBRAIO
2 - 9 - 16 - 23 - 30 MARZO
6 APRILE



PITTURA Laboratorio per principianti

Mercoledì 16.00 - 18.00 € 42,00

Docente: **Giacomo RABUFFETTI**

Laboratorio interattivo nel corso del quale si apprenderanno le principali tecniche di disegno e alcune tecniche di pittura. Gli argomenti saranno: la prospettiva, con copia dal vero; il corretto utilizzo del chiaro scuro; la copia di particolari, foto e quadri d'autore attraverso l'utilizzo della griglia; tecniche varie e rudimenti di cianotipia.

Nelle seguenti date:
3 - 10 - 17 - 24 FEBBRAIO
3 - 10 - 17 MARZO



SOCIAL MEDIA MARKETING e Digital Branding

Mercoledì 18.00-19.00 € 48,00

Docente: **Massimo FALSACI**

Questo corso si propone di introdurre i partecipanti al mondo del Social Media Management e del Digital Branding da una prospettiva pratica e concreta, ovvero per strutturare una presenza efficace della rete, per sapere come e quando interagire con le piattaforme social e costruire un'identità nel web che sia efficace e contemporanea.

Nelle seguenti date:
3 - 10 - 17 - 24 FEBBRAIO
3 - 10 - 17 - 24 - 31 MARZO
7 - 14 - 21 - 28 APRILE
5 - 12 - 19 MAGGIO



VIAGGIO NEL CANTO polifonico di tradizione orale

Mercoledì 17.30 - 19.00 € 45,00

Docente: **Valentina VOLONTÈ**

Questo corso è un viaggio alla scoperta del canto popolare italiano a cavallo tra l'etnomusicologia e la storia sociale. Dal nord al sud, dalle montagne alle pianure, troviamo in Italia una diversità culturale impressionante. Ogni luogo esprime le proprie tradizioni, la propria musica, i propri balli, strumenti musicali e modalità di canto diverse.

Nelle seguenti date:
3 - 10 - 17 - 24 FEBBRAIO
3 - 10 - 17 - 24 - 31 MARZO
7 APRILE



LEGGE Essere cittadini

Mercoledì 18.00 - 19.00 € 24,00

Docente: **Federica MANFRINI**

Un modo semplice, chiaro, interattivo per permettere a chiunque partecipi al corso di formarsi come cittadino, consapevole dei propri diritti e dei propri doveri. L'obiettivo del corso è avvicinare, senza alcuna sfumatura politica, il cittadino alla sua Carta Fondamentale, rendere alla portata di tutti la base del nostro diritto, partendo proprio dalla conoscenza della Costituzione.

Nelle seguenti date:
3 - 10 - 17 - 24 FEBBRAIO
3 - 10 - 17 MARZO



INGLESE Corso livello base

Giovedì 10.00-11.30 € 41,00

Docente: **Stella VIRGILIO**

Il corso propone l'apprendimento dei rudimenti della lingua inglese attraverso un laboratorio interattivo ed è dedicato sia a coloro che non hanno mai affrontato lo studio di questa lingua, sia a chi desidera ripassare le principali regole grammaticali apprese negli anni della scuola.

Nelle seguenti date:
4 - 11 - 18 - 25 FEBBRAIO
4 - 11 - 18 - 25 MARZO
1 APRILE



RIMEDI NATURALI I Fiori di Bach

Giovedì 14.30-16.00 € 36,00

Docente: **Simona MORTARINO**

I Fiori di Bach costituiscono un sistema di cura molto interessante per esseri umani, animali e piante. Si tratta di un impiego di essenze naturali in un'ottica di sintonizzazione con noi stessi e con la natura per lavorare sull'equilibrio.

Nelle seguenti date:
4 - 11 - 18 - 25 FEBBRAIO
4 - 11 - 18 - 25 MARZO



LA CASA E IL DESIGN

Giovedì 15.30-17.00 € 45,00

Docente: **Patrizia ZANETTA**

Il '900 è il secolo del design, applicato allo studio dell'oggetto casalingo, dalla poltrona alla zucheriera, oltre che del Funzionalismo in architettura, corrente che ribalta il concetto di abitare. Il corso si propone la finalità dell'avvicinamento alla conoscenza di alcuni di questi famosi oggetti di design, molti dei quali prodotti sul nostro territorio.

Nelle seguenti date:
4 - 11 - 18 - 25 FEBBRAIO
4 - 11 - 18 - 25 MARZO
1 - 8 APRILE



BIOENERGETICA e digitopressione dinamica

Venerdì 10.00-11.30 € 36,00

Docente: **Stella VIRGILIO**

Il corso si propone di fornire le basi ai neofiti di tale disciplina olistica, al fine di poter raggiungere un livello di conoscenza basilare della digitopressione dinamica quale tecnica manuale della medicina naturopatica, un sapere che permetterà un'autoanalisi fisica, psicosomatica ed energetica.

Nelle seguenti date:
5 - 12 - 19 - 26 FEBBRAIO
5 - 12 - 19 - 26 MARZO



FRANCESE Corso livello base

Venerdì 14-15.30 € 41,00

Docente: **Stella VIRGILIO**

Il corso propone l'apprendimento dei rudimenti della lingua francese attraverso un laboratorio interattivo ed è dedicato sia a coloro che non hanno mai affrontato lo studio di questa lingua, sia a chi desidera ripassare le principali regole grammaticali apprese negli anni della scuola.

Nelle seguenti date:
5 - 12 - 19 - 26 FEBBRAIO
5 - 12 - 19 - 26 MARZO
2 APRILE



L'ABC del perfetto Host Corso di Hospitality Management in chiave responsabile per gli host della micro-ricettività

Venerdì 18.00 - 19.00 € 20,00

Docente: **Francesco Maria SCAPPINI**

La concorrenza nel campo della micro-ricettività è molto forte e per questo occorre restare aggiornati. Il corso propone di migliorare il servizio di accoglienza e di conoscere alcuni elementi chiave del marketing territoriale per proporre al momento giusto e in maniera accattivante il territorio locale.

Nelle seguenti date:
5 - 12 - 19 - 26 FEBBRAIO
5 - 12 MARZO



FOTOGRAFIA Dalla macchina fotografica allo smartphone con il Fotografo professionista

Martedì 17.00 - 18.30 € 59,00

Docente: **Roberto BIANCHETTI**

Corso di fotografia pensato per chi vuole imparare facilmente e divertendosi, con esempi concreti, consigli pratici e fotografie dimostrative, partendo dalle nozioni di base fino a un livello medio, utilizzando la macchina fotografica e lo smartphone.

Nelle seguenti date:
16 - 23 FEBBRAIO
2 - 9 - 16 - 23 - 30 MARZO
6 - 13 - 20 - 27 APRILE
4 - 11 MAGGIO



MEDICINA NATURALE È tempo di pensare alla nostra salute in modo più naturale

Mercoledì 20.30 - 21.30 € 25,00

Docente: **Alberta MOLARE**

Senza sostituirsi al medico, dare informazioni per vivere in modo più salutare e affrontare i piccoli malanni con terapie meno invasive e più rispettose del nostro corpo fisico ed energetico.

Nelle seguenti date:
3 - 10 - 17 - 24 - 31 MARZO
7 - 14 - 21 APRILE



PSICOLOGIA Laboratorio COVID

Martedì 15.30 - 17.30 € 36,00

Docente: **Simona OLIVARI**

Appare sempre più evidente quanto l'emergenza COVID stia lasciando pesanti tracce anche dal punto di vista sociale e psicologico. Diviene allora fondamentale, in una prospettiva di protezione, sostenere un lavoro di espressione e di elaborazione dei propri vissuti. Il gruppo è un alveo estremamente funzionale perché condividere i propri sentimenti con altri permette di ritrovarsi e sentirsi meno soli.

Nelle seguenti date:
6 - 13 - 20 - 27 APRILE
4 - 11 MAGGIO

NOTE

- 1) Ciascun corso in programma si terrà con un minimo di 10/12 partecipanti.
- 2) Le iscrizioni dovranno avvenire almeno 4 giorni prima dell'inizio di ciascun corso
- 3) Non è previsto il rilascio di diplomi o attestati di frequenza

INFORMAZIONI E ISCRIZIONI

Comune di Baveno - Biblioteca
Piazza della Chiesa, 8
tel. 0323925120 - e-mail: baveno@bibliotechevco.it
sito web: www.bavenoturismo.it