

Con il patrocinio finanziario  
del comune di Genova  
Municipio IV Media Val Bisagno



AZIONI  
PER LA  
SOCIETÀ



# UNIVERSITÀ POPOLARE GAU

Città di Genova



2023-2024

*Non si finisce mai  
di imparare* ←

- da ottobre a maggio
- apertura anno 22 settembre 2023
- chiusura anno 31 maggio 2024

ISCRIZIONI PRESSO PIAZZA GIULIANO SUPPINI 4  
(SEDE ASSOCIAZIONE G.A.U.)



# Università popolare G.A.U. Città di Genova

## Non si finisce mai di imparare

Lo ripetiamo tutte le volte che apprendiamo qualcosa di nuovo, a volte sottolineandolo, come fosse una cosa di cui meravigliarsi.

Ma non c'è nessuna meraviglia in tutto ciò. La **conoscenza**, infatti, è un processo formativo continuo, che, indipendentemente dall'età, scandisce in modo dinamico tutta la nostra vita curandone il benessere mentale, psicologico, sociale e fisico.

Adeguati percorsi di **educazione permanente** possono essere inseriti in questo dinamismo per realizzare un cantiere formativo in cui tutti si possono trovare e che permetta:

- la salvaguardia del **diritto** di poter continuare ad apprendere, a conoscere e ad informarsi in tutte le età della vita.
- la promozione di occasioni di **confronto e socializzazione**.
- lo sviluppo di una nuova **cultura dell'invecchiamento**, inserita in una desiderata e rinnovata **visione intergenerazionale** e associata alla revisione degli stereotipi che ne alimentano la frequente narrazione negativa.

Il fine di questi percorsi è quello di creare uno spazio all'interno del quale possa trovare domicilio e svilupparsi il concetto di **vita attiva**, inteso come fenomeno di **partecipazione consapevole** del mondo e delle sue complessità, che non interessa solo l'età matura ma anche quelle precedenti, fondamentali per la costruzione della persona come individuo.

Vivere adeguatamente la complessità dell'oggi richiede necessariamente uno sforzo di approfondimento che non passa solo dall'acquisizione delle informazioni necessarie ma anche dal **confronto** costante delle conoscenze e dei convincimenti.

Attraverso la sua proposta di corsi, laboratori, incontri, seminari e conferenze l'Area Università GAU vuole tradurre in obiettivi multipli questo sforzo attraverso le sue due Sub Aree:



- **Sub Area cultura generale - Seminari - Stili di Vita - Conferenze  
- Laboratori - Corsi**
- **Sub Area socialità - Pari opportunità - Cultura - Laboratori .**

La quotidianità delle proprie mura domestiche è fatta spesso di televisione, divano e solitudine. Incontrarsi regolarmente al di fuori di questa routine stimola la voglia di protagonismo e di partecipazione attiva realizzando che, **a qualsiasi età**, chiunque può fornire un apporto sostanziale al mantenimento di una più grande casa sociale comune.



Quest'anno è entrata nel gruppo dei nostri sostenitori

**A.Se.F. - Azienda Servizi Funebri del Comune di Genova.**

La partecipata comunale, attraverso il Fondo "A.Se.F. per Genova", promuove progetti di alto valore sociale e culturale, garantendo ai partners tutti i servizi a condizioni agevolate.

# Programma anno accademico 2023-2024

**Sub Area cultura generale - Seminari - Stili di Vita  
- Conferenze - Laboratori - Corsi**

## Cultura Generale

**sede: Via Bobbio 21 D ore 16**

### ARCHITETTURA

(martedì): 3/10 – 10/10 – 17/10 – 24/10 – 31/10 – 7/11 – 21/11

**Docente: ALBERTO BOCCARDO**

#### *Breve sintesi del programma*

**1)** Le strade come percorsi nel territorio. Le strade romane, la via Francigena. **2)** Le strade, le città e i paesi. La Val di Vara, paesi della Toscana. Viaggiatori nell'Italia del Settecento. **3)** La strada come spazio privilegiato di vita civile: portici di Chiavari, portici di Bologna, portici di Torino. **4)** Strade e piazze come architettura collettiva. Case dei lanaioli a Firenze, piazza Caricamento e la Ripa Maris a Genova, via Mensa a Venaria Reale. **5)** Piazze e architettura a scala urbana: piazza Martiri a Carpi, piazza Ducale a Vigevano. **6)** Piazze straordinarie: Piazza San Marco e le Procuratie a Venezia, piazza San Pietro a Roma

## ARTE

(Martedì): 9/1 - 16/1 - 23/1 - 30/1 - 6/2 - 13/2 - 20/2 - 27/2

(uscite in città: 5/3 - 12/3)

**Docente: ALICE FERRARI**

### ***Breve sintesi del programma***

*La vita nascosta delle immagini*

Cosa può rivelare l'acconciatura presente in un ritratto? Quali storie si possono scoprire leggendo attentamente i gesti delle figure? Verso quali mondi può trasportare un dettaglio?

Le opere d'arte, che a uno sguardo distratto appaiono nella loro veste superficiale di semplici macchie di colore o di blocchi di pietra intagliati, racchiudono profondi livelli di significato: sono custodi silenziosi di usanze passate, specchio di culture, finestre su storie d'amore, di gioia o di dolore. Il corso si propone di offrire alcune chiavi attraverso cui leggere e apprezzare il complesso quanto affascinante mondo dell'arte, sollecitando ad allenare spirito d'osservazione e curiosità.

**Incontri: 1)** Nel laboratorio della storia dell'arte tra carte d'archivio, scoperte e dettagli da osservare. **2)** Il colore nell'arte. Storia, tecniche e significati simbolici (2 incontri): a) rosso, bianco e nero b) verde, blu e giallo. **3)** Luoghi del Medioevo (2 incontri). **4)** Ritratti d'artista (3 incontri): a) Jan van Eyck b) Camille Claudel c) Vincent van Gogh. **5)** Percorsi in città (2 uscite sul territorio)

## ASTRONOMIA

(Lunedì): 6/5 - 13/5 - 20/5

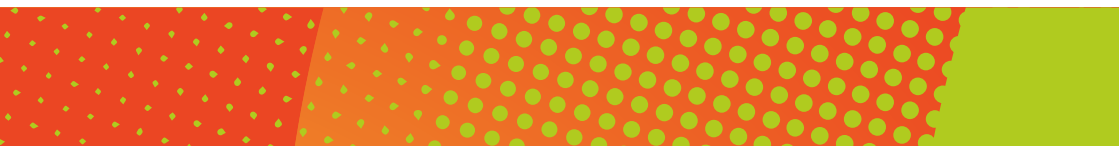
**Docenti: ALESSANDRA BRUZZI - DIEGO GUIDO TORRISI**

### ***Breve sintesi del programma***

Difficile proporre una panoramica completa delle tante tematiche affrontabili in Astronomia.

Abbiamo scelto tre temi che ci è parso potessero incuriosire gli interessati a questa scienza.

**Incontri: 1)** LA DANZA DEI PIANETI I pianeti “danzano” attorno al Sole secondo dinamiche ben precise che ne determinano la visibilità o meno nel cielo notturno. **2)** UNA, NESSUNA, CENTOMILA CIVILTÀ EXTRATERRESTRI L'eterno dilemma: siamo soli nell'Universo? Una “misteriosa” formula potrebbe darci la risposta. **3)** UN CIELO MAI VISTO Emisfero Sud: le stelle che non possiamo vedere... Quali meraviglie nascondono?



# CULTURA GENOVESE

Tutti i Mercoledì

Docente: CLAUDIO PITTALUGA

*Breve sintesi del programma*

Rudimenti di grammatica, alfabeto, avverbi, accenti. Il genovese lingua o dialetto. Ampio spazio alla conversazione, recita in genovese. Tradizioni liguri. Le spezie, "Zena a toa" nel medioevo. Poesie e sonetti dialettali. Eventi vari in aula. Storie di condottieri, ammiragli e personaggi di rilievo nella Genova Medioevale. Le infinite battaglie e vittorie sui mari dei genovesi. Analisi e conoscenza di dipinti e di artisti del 1500 genovese. Chiese, abbazie, palazzi storici, fortificazioni ecc. che verranno illustrati in aula cui farà seguito collaterali uscite nel territorio genovese ecc.

# DIETOLOGIA

(Giovedì) 9/5 – 16/5 – 23/5 – 30/5

Docente: GIULIETTA SPADAFORA

*Breve sintesi del programma*

**Incontri: 1) Alimentazione e movimento.** L'importanza di una sana alimentazione e di un giusto movimento per restare in forma ed in salute. Un appuntamento da non perdere! 2) **L'importanza della prima colazione.** Spesso non considerata tra i "pasti principali" parliamo di buone pratiche e scopriamo le abitudini alimentari di altri Paesi nel mondo 3) **Ben tornato pane sulle nostre tavole.** Il pane, nelle sue diverse forme e condimenti, come simbologia, legato a molti culti, a ritualità, tradizioni e popolazioni.4) **Antichi cereali, nuovi cereali e pseudo cereali...per il nostro benessere.** Scopriamo insieme quali sono, la loro storia, le loro caratteristiche e loro virtù

# FILOSOFIA

(Lunedì) 29/1 – 5/2 - 12/2 – 19/2 – 26/2 - 4/3 – 11/3

Docente: SILVIA BEVILACQUA

*Breve sintesi del programma*

Il progetto intende proporre un percorso formativo rivolto ad approfondire e sperimentare temi e concetti della storia della filosofia attraverso il contesto della comunità di ricerca filosofica. Contenuti del corso: per pratiche di filosofia

s'intendono alcune pratiche intese come attività di dialogo, pensiero, ricerca riflessione. Il percorso formativo propone un approfondimento di alcuni temi e concetti della filosofia e delle sue pratiche da sviluppare e approfondire.

**Obiettivi principali:** promuovere il diritto a pensare e conoscere criticamente; utilizzare il domandare come strumento di ricerca; favorire l'interazione e a partecipazione attiva di tutti/e i soggetti in gioco; valorizzare la collaborazione e adotta modalità che facilitino la ricerca comune; favorire l'indagine etica; favorire l'argomentazione come strumento di confronto e ragionamento; valorizza l'espressione della persona; favorire l'ascolto dell'altro come spazio di relazione, confronto e crescita (caring: aver cura); favorire competenze del pensiero critico e deliberativo

## FOTOGRAFIA

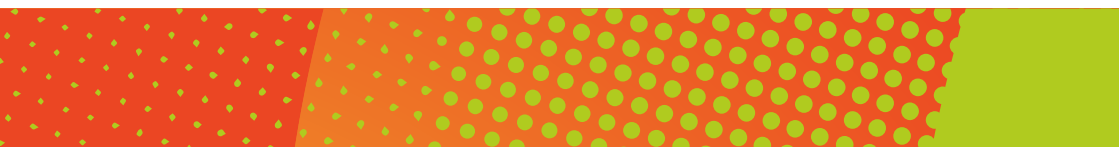
(Giovedì) 5/10 – 12/10 – 19/10 – 26/10 – 2/11 – 9/11 – 23/11 – 7/12 – 21/12 - 11/1 – 25/1 – 8/2 – 22/2 – 7/3 – 21/3

**Docente: FRANCO VALENTI**

### *Breve sintesi del programma*

**Il Corso di fotografia di base** si rivolge esclusivamente a principianti e si prefigge lo scopo di "iniziare" alla fotografia digitale chi ha nulle o scarse competenze/conoscenze su questo argomento. Si richiede che i partecipanti conoscano già le funzioni e le regolazioni principali del proprio dispositivo. Si consiglia di munirsi di blocco notes per gli appunti.

**Il Corso affronterà** i seguenti argomenti (non necessariamente nella sequenza indicata, in quanto molti argomenti sono interconnessi): - La macchina fotografica - L'immagine digitale - Messa a fuoco - Modalità di scatto - Tempo, diaframma, ISO, "stop" - Rapporti tra tempo, diaframma e ISO – Istogramma - Obiettivi grandangolari e tele - Lunghezza focale, angolo e profondità di campo - Composizione dell'immagine - Ritocchi in post-produzione con Photoshop e processo di stampa. Durante il corso verranno analizzate e commentate le foto scattate dai partecipanti. Saranno inoltre proposte semplici esercitazioni (facoltative, non obbligatorie) e, se le condizioni lo permetteranno, effettueremo prove pratiche di fotografia.



# PSICOLOGIA

(Lunedì) 2/10 – 9/10 – 16/10 – 23/10 – 30/10 – 6/11 – 13/11 – 20/11 – 27/11-  
4/12 – 11/12 – 18/12 – 8/1 – 15/1 - 22/1

**Docente: CHIARA NARDINI**

***Breve sintesi del programma***

**DECOSTRUIRE STEREOTIPI: aprire la mente e lo sguardo**

Nel nostro percorso 2023/2024 affronteremo il tema del pensiero stereotipato che, se da una parte vuole garantire sicurezza e stabilità all'essere umano, dall'altra crea percorsi obbligati che spengono aspetti vitali e creativi nell'individuo e nei contesti.

Questo tipo di pensiero riesce a generare spirali conflittuali fino a giustificare sentimenti e comportamenti distruttivi e di odio.



# SPONTANETÀ CORPOREA. COME RISCOPRIRE IL BENESSERE DEL MOVIMENTO SPONTANEO

(giovedì) 28/3- 4/4

Docente: CLAUDIA CRIVELLARI

## Breve sintesi del programma

- 1) **Dal pensare al sentire** Spontaneità Corporea “Per un attimo rallenta il pensiero e prova a sentire”. *Obiettivi:* Prendere consapevolezza delle proprie sensazioni fisiche. Riconoscere i punti di tensione e distensione muscolare. Maggiore consapevolezza e accettazione dei pensieri ed emozioni. Aumentare la connessione corpo, mente, emozione. Distendere le tensioni fisiche ed emotive. Aumentare la presenza mentale. Creare movimenti spontanei partendo dal proprio sentire. Maggiore rispetto e cura del proprio corpo. Maggiore sintonia tra mente e corpo durante la quotidianità
- 2) **Muoversi al ritmo del respiro** Spontaneità Corporea “Tutto il corpo respira”. *Obiettivi:* Prendere consapevolezza del proprio respiro. Riconoscere le varie modalità di respirazione. Imparare tecniche di respirazione rilassanti e attivanti. Aumentare la propriocezione. Distendere le tensioni fisiche ed emotive. Aumentare la connessione tra la parte fisica e la parte cognitiva. Migliorare la connessione tra respiro e movimento. Modificare la respirazione attraverso il movimento. Creare un movimento fluido partendo dal respiro. Riscoprire un benessere durante i movimenti quotidiani



**Storia delle Religioni**

16 E 30 NOVEMBRE



**Spontaneità Corporea**

28 MARZO E 4 APRILE



**Primo Soccorso**

18 E 25 MARZO



**Il mio amico Cane**

29 FEBBRAIO

# stili di vita

**sedi: Via Bobbio 21 D e Piazza G. Suppini ore 16**  
**incontri aperti alla cittadinanza**

Gli stili di vita sono l'insieme dei comportamenti e delle azioni che vengono messi in pratica dagli individui nella vita di tutti i giorni e che incidono, in modo piuttosto significativo, sulla **qualità della vita** e sul **benessere psico-fisico**.

*Incontri:*

## SALUTE DELLA BOCCA E DEI DENTI.

### IGIENE DENTALE

Venerdì 13 ottobre ore 16 Struppa

**Docente: Stefano Bobbio**

## SALUTE: PIÙ INFORMATI PIÙ PROTETTI

Venerdì 20 ottobre ore 16 Struppa

Campagna di sensibilizzazione “più informati, più protetti” per la prevenzione e la gestione del Covid-19 dedicata agli over 65 ed oltre. Persone che spesso convivono con una o più patologie croniche e che pertanto una corretta informazione sull'importanza della vaccinazione e sulla gestione corretta del Covid è fondamentale, specialmente a fronte della circolazione di fake news e può contribuire a modificare in modo sostanziale gli stili di vita.



**GLI INCONTRI DI SEGUITO PRESENTATI SONO STATI ORGANIZZATI  
IN COLLABORAZIONE CON LA SC Patologia delle Dipendenze-  
Epatologia alcol correlata, Centro Alcolologico Regionale Ligure ASL 3  
Liguria. Direttore Prof. Gianni Testino  
e si terranno in via Bobbio 21D alle ore 16**

## **FUMO, SIGARETTE ELETTRONICHE E ALTRI DISPOSITIVI**

Giovedì 18 gennaio

**Docenti: Gianni Testino – Patrizia Balbinot**

## **SALUTE E SFORTUNA**

Giovedì 1 febbraio

**Docenti: Gianni Testino – Patrizia Balbinot**

## **ALIMENTAZIONE E FALSI MITI**

Giovedì: 14 marzo

**Docenti Gianni Testino – Patrizia Balbinot**

## **FEGATO: LO SPECCHIO DELLA NOSTRA SALUTE**

Giovedì: 18 aprile

**Docenti Gianni Testino – Patrizia Balbinot**

## **DIPENDENZE DA SOSTANZE E COMPORTAMENTI**

Lunedì 27 maggio

**Docenti: Gianni Testino – Patrizia Balbinot**



# laboratori e manualità

sede Piazza G. Suppini

## MACRAMÉ - CORSO BASE

**Docente:** WANDA TASSO

Tutti i lunedì ore 9-12

### ***Breve sintesi del programma***

Il macrame' è un'antica tecnica che permette di intrecciare ed annodare diversi tipi di filati, dalla seta alla corda. Inizialmente patrimonio maschile si è poi perfezionata come decoro per tessuti preziosi. Oggi viene utilizzata soprattutto per creare gioielli, oggetti d'arredo e accessori moda.

## GESSI E PASTELLI

**Docente:** SONIA RAPALLINO

Tutti i martedì - orario 14-17,30

### ***Breve sintesi del programma***

In questo corso si potrà apprendere la tecnica del pastello da fotografia (ritratti, paesaggi). Si potrà imparare a sviluppare la propria arte e fantasia su vari supporti, in un clima sereno e amichevole.

## BOTANICA

**Docenti:** MARGHERITA PASTA E NADIA MILONE

1° e 4° martedì del mese - orario 14-17

### ***Breve sintesi del programma***

Cura delle piante di appartamento – terrazzo- giardino (come preparare talee stagionali).

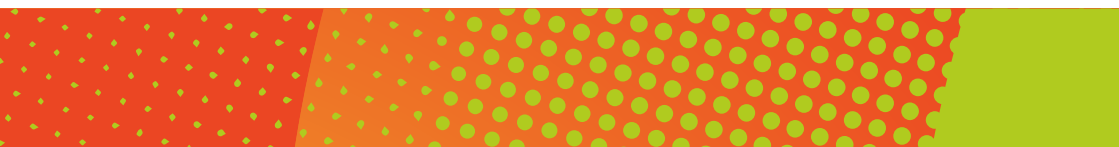
## DECORIAMO CON I FIORI

**Docenti:** MARGHERITA PASTA E NADIA MILONE

1°- 3° mercoledì del mese orario 9 – 12

### ***Breve sintesi del programma***

Come preparare un centro tavola



## RICICLO CREATIVO

**Docenti:** MARGHERITA PASTA E NADIA MILONE

2° e 4° mercoledì del mese - orario 9 - 12

**Breve sintesi del programma**

Come riutilizzare vecchi oggetti e dargli vita nuova

## FINTO TIFFANY E MOSAICO

**Docente:** ELIANA STURLA

Tutti i giovedì – orario 10-12

**Breve sintesi del programma**

Imparare a decorare in modo semplice e creativo, dando vita a creazioni particolari

## INCISIONE SU ARDESIA

**Docente:** FRANCO ROCCAMATISI

Tutti i giovedì – orario 10-12

**Breve sintesi del programma**

Apprendere le tecniche di incisione su ardesia, elaborare un proprio stile e avere la soddisfazione di creare opere uniche.

## PITTURA AD OLIO

**Docente:** DOCENTE SONIA RAPALLINO

Tutti i venerdì – orario 9-12

**Breve sintesi del programma**

In questo corso si potrà apprendere le basi necessarie per dipingere e imparare la tecnica della pittura ad olio. Verrà approfondito il metodo della preparazione alla mescolanza dei colori e l'impostazione delle immagini su tela. Ognuno dei partecipanti avrà la possibilità di realizzare su tela la propria creatività



# Corsi

sede Piazza G. Suppini

## INFORMATICA

Tutti i martedì – orario 9,30 – 11,30

**Docente: SALVATORE ALBERTI**

### ***Breve sintesi del programma***

Programma Il Computer - Presentazione corso; - Il computer come è fatto e come funziona (componenti hardware e periferiche); - Il sistema operativo Windows 10 e 11 (le finestre, cartelle, collegamenti, i menù ecc.); -

Lo smartphone è un computer (connessione, transf. di file e cartelle, ecc.). Navigare in Internet - Google motore di ricerca; - La sicurezza su internet; - E-Commerce (come fare agli acquisti, le recensioni i feedback, ecc.); - Google e le sue principali App. (Maps, Traduttore, ecc.). La posta e-mail e WhatsApp - Come fare una mail; - Gli allegati; - Il Phishing e Smishing; - WhatsApp non solo una chat; - WhatsApp sul nostro computer; - Gli allegati di WhatsApp; - Le chiamate e video chiamate. Requisiti - Notebook con sistema operativo Windows 10 o 11; - Mouse; - Pennetta o hd esterno; - Smartphone.

## INGLESE INTERMEDIO

Tutti i martedì – orario 14,30 – 16

**Docente: VIVIANA BREGA**

### ***Breve sintesi del programma***

Il corso di quest'anno prevede la continuazione del programma di grammatica, già iniziato negli anni precedenti, con approfondimenti, letture e conversazione.

Il corso è quindi adatto in primis a chi ha già frequentato negli anni precedenti e quindi a chi ha già delle basi e vuole rispolverare la lingua.

# INGLESE CONVERSAZIONE

Tutti i mercoledì – orario 14,30 – 16

**Docente: ROBERTO ARENA**

## **Breve sintesi del programma**

Il corso è composto da singoli incontri che hanno un canovaccio simile, ma che sono indipendenti l'uno dall'altro. Ciò ha il vantaggio che se un partecipante perde uno o più incontri può reinserirsi in qualsiasi momento senza perdere il contatto con la classe.

Lo schema si basa su moduli, non sempre tutti presenti nello stesso incontro per questioni sia di tempo che di affaticamento.

Moduli: 1 ascolto di un testo - 2 ascolto di una canzone - 3 lettura, comprensione, traduzione di ciò che si è ascoltato - 4 conversazione su svariati argomenti, da ciò che si è ascoltato a fatti di cronaca o su temi proposti dai partecipanti - 5 correzione di parole crociate precedentemente assegnate come compiti a casa. - 6 "pillole" di grammatica prese dalla rete

**SI PRECISA CHE TUTTI I LABORATORI E I CORSI INIZIERANNO  
SE SI RAGGIUNGONO ALMENO 5/7 ISCRITTI**



# ATTIVITÀ IN COLLABORAZIONE TRA COOP INCONTRI E ASSOCIAZIONE GAU

**sedi:**

**Sala Punto d'Incontro Coop Valbisagno il martedì dalle 15**

**Piazza G. Suppini il venerdì dalle 16**

**incontri aperti agli iscritti Coop Incontri e/o Università G.A.U.**

## ARCHITETTURA

19/3 - 21/5

**Docenti: GIOVANNONE FEDERICA**

“GIOVANI ARTISTI A GENOVA: I LORO MESSAGGI ATTRAVERSO PITTURA E SCULTURA

## ECONOMIA

14/11 – 26/3

**Docente: VALERIA MAIONE**

PROBLEMI IRRISOLTI IN ECONOMIA

## NATURA VICINO A CASA

2/4 – 9/4 - più due uscite sul territorio da stabilire

**Docente: MARIO CALBI**

***Breve sintesi del programma***

Storie delle piante della nostra città che troviamo nei prati, nelle “creuze”, tra muri e marciapiedi, tante, rigogliose, un patrimonio di forme e colori che attecchisce anche negli spazi più soffocati. Notizie sulla loro provenienza, proprietà curative, qualità alimentari, nomi scientifici e notizie che accompagnano le immagini che via via si susseguono.

Agli incontri in aula seguiranno due uscite sul territorio e si svolgeranno nei sabati o domeniche, successive alle lezioni, in dipendenza situazione meteorologica

**Martedì organizzati da Coop incontri:**

**28/11, 5/12, 12/12, 19/12, 16/4, 30/4, 14/5, 28/5**

**il programma sarà comunicato la settimana prima delle date indicate**

**incontri aperti agli iscritti Coop Incontri e/o Università G.A.U.**

# CONFERENZE

## FILOSOFIA

Giovedì 14 Dicembre ore 16

Relatore: **Simone Regazzoni**

## ATTUALITÀ

Giovedì 15 Febbraio ore 16

Relatore **Antonio Gozzi**

## GASTRONOMIA

Giovedì 11 Aprile ore 16

Relatore: **Renata Briano**

## FILOSOFIA

Martedì 7 Maggio ore 16

Relatore: **Simone Regazzoni**



## CULTURA

### LETTERATURA

(Venerdì) 6/10 – 27/10 – 3/10 – 17/11 – 1/12 – 2/2 – 16/2 – 1/3 – 5/4 – 10/5

**Docente: GIULIA MERLANO**

*Breve sintesi del programma*

**Letteratura e teatro. Specchi del mondo reale e immaginario. Da Plauto a Dario Fo.**

Primo modulo: ottobre-dicembre 2023 , 6 lezioni -- Febbraio 2024: Intermezzo di Geostoria - Secondo modulo: febbraio maggio 6 lezioni.

### PERCORSI CULTURALI

(Venerdì) 10/11 – 15/12 – 12/1 – 9/2 – 15/3 – 29/3 – 12/4 – 17/5

**Docente: ESTER BRUNENGO**

*Breve sintesi del programma*

**Il volo del Grifo. Personaggi e avvenimenti nella Genova Medievale.**

Nel lungo millennio del medioevo è il mare il protagonista e la fonte di sviluppo per i Genovesi, che riescono a prosperare e a rendere ricca e “superba” la loro città grazie al commercio e alla finanza, estendendo le loro attività nell'ampio bacini del mediterraneo.

### LA STORIA DELL'ANTICA REPUBBLICA DI GENOVA

(Venerdì) 19/1 – 23/2 – 22/3 – 19/4

**Docente: GIUSTINA OLGIATI**

*Breve sintesi del programma*

**Incontri: 1) Schiavi a Genova e in Liguria (sec. X-XIX) – 2) La Casa di San Giorgio: finanza pubblica e credito – 3) La congiura dei Fieschi – 4) L'accoglienza a Genova e il sistema dei Rolli.**

**La storia dell'antica Repubblica di Genova** non si può definire solo in termini di accordi e battaglie: è il prodotto di una società complessa, che ha saputo promuovere innovazioni nell'ambito della navigazione, della pratica commerciale e della finanza, mantenendo la propria autonomia fino alle conquiste napoleoniche. Attraverso lo studio dei documenti dell'epoca se ne ricostruiranno alcune vicende che hanno avuto profonde ripercussioni anche nel contesto storico europeo e mediterraneo.

# FILM - OPERA - SALOTTO CULTURALE

*Tutti i Mercoledì ore 16*

## **Breve sintesi del programma**

Occasione secondo programma pubblicato settimanalmente per partecipare a percorsi culturali attraverso la visione di **Film**, gli incontri del **Salotto Culturale** (letture insieme, presentazioni di libri, visite in città in città partecipazione eventi teatrali) e gli incontri di avvicinamento all'**Opera con il Docente Giancarlo Bruzzone**, il cui intento è quello di fare conoscere agli estimatori, in modo un poco più approfondito, questo genere di musica, anche attraverso proiezioni video.

## SOCIALITÀ

### TOMBOLA

*Tutti i Lunedì – Sede GAU Piazza Suppini orario: 14,30 -17,30*

## **Breve sintesi del programma**

Un momento di socialità, relazione per stare bene insieme conoscersi e partecipare come contrasto ad ogni forma di solitudine per migliorare il proprio benessere sociale

### GRUPPI DI CAMMINO

*Giovedì mattina*

## **Breve sintesi del programma**

Incontri settimanali per camminare lungo un percorso sicuro e gradevole nei territori della Città e della Provincia di Genova per conoscerli e apprezzarli, offrire occasioni e opportunità di socialità, di relazione e per contrastare la sedentarietà e promuovere nuovi stili di vita.

### SETTORE TREKKING

## **Breve sintesi del programma**

Gruppo escursionistico “amici a Zonzo”: escursioni di facile e media difficoltà che di solito si svolgono di sabato secondo programma. Per la partecipazione è richiesta l'iscrizione alla GAU costo 15 annuo 15 euro – la tessera FIE costo 20 euro annui e un contributo annuale alle spese organizzative di 20 euro.

Inoltre questo settore include coloro che svolgono attività di volontariato per la scoperta e il ripristino di antiche vie di comunicazione e la valorizzazione dei siti di particolare interesse storico e ambientale



# SETTORE TURISMO SOCIALE

*Breve sintesi del programma –*

**Promuove per i soci** in rapporto con le agenzie turistiche viaggi, visite di città, soggiorni in montagna e al mare.

## PARI OPPORTUNITÀ

### Giornata della violenza contro le donne

Venerdì 24 Novembre 2023 ore 16

### Aspettiamo insieme il Natale

Venerdì 11 Dicembre 2023

### Giornata della memoria

Venerdì 26 Gennaio 2024 ore 16

### Giornata della donna

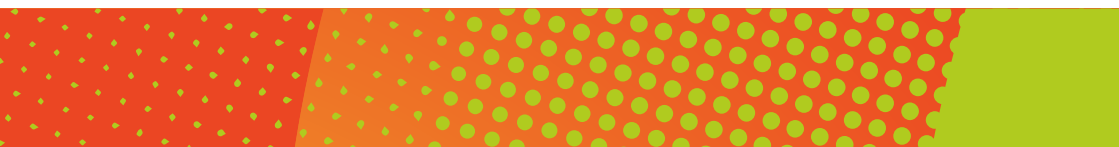
Venerdì 8 Marzo 2024 ore 16

### Festa della Liberazione

Venerdì 24 Aprile 2024 ore 16

### Conosciamoci: La cucina etnica

Venerdì 24 Maggio 2024 ore 16



**ASSEMBLEA PRESENTAZIONE  
NUOVO PROGRAMMA  
ANNO ACCADEMICO  
2023 - 2024**  
**Venerdì 22 Settembre 2023**  
**- h. 15:30**



**ASSEMBLEA CONCLUSIVA DI FINE  
ANNO ACCADEMICO  
2023 - 2024**  
**CON SALUTO E RINFRESCO**  
**Venerdì 31 Maggio 2024 -**  
**h. 15:30**



Nei mesi di Maggio e Giugno, la nostra Associazione organizzerà feste e sagre con lo scopo di raccogliere fondi per sostenere le attività associative. All'interno di queste, sarà possibile organizzare tavolate per gli iscritti ai nostri corsi e laboratori ed ai loro insegnanti per festeggiare insieme la chiusura dell'anno accademico.

# Regolamento iscrizioni e contributo ai costi organizzativi

## SUB AREA CULTURA GENERALE E LABORATORI

L'accesso ai corsi è possibile previo tesseramento all'Associazione.

Costo annuale 15 €

- **Iscrizione Cultura Generale** → 45 € con diritto di accesso gratuito a tutte le attività della sub area Socialità, cultura pari opportunità con esclusione del Trekking.
- **Iscrizione Laboratori** → 45 € per un laboratorio + 20 € ogni laboratorio aggiuntivo, con diritto di accesso gratuito a tutte le attività della sub area socialità, cultura , pari opportunità con esclusione del Trekking
- **Cultura Generale + 1 laboratorio** → 65 € (45 € + 20 €), con diritto di accesso gratuito a tutte le attività della sub area socialità, cultura , pari opportunità con esclusione del Trekking

## SUB AREA CULTURA, SOCIALITÀ, PARI OPPORTUNITÀ

L'accesso alle attività è possibile previo tesseramento all'Associazione.

Costo annuale 15 €

- **Iscrizione a Cultura, Pari Opportunità e Gruppi di Cammino:** 20 €  
*Per i gruppi di cammino è necessario versare altri 7 € per assicurazione UISP.*
- **Iscrizione Trekking.** Necessario la tessera FIE costo 20 € annui + versamento di un contributo per i costi organizzativi di 20 € annui. Gli iscritti al trekking possono partecipare ai gruppi di cammino ***Chi partecipa ai Trekking e ai Gruppi di Cammino in modo occasionale deve avere la tessera e versare per ogni escursione 3,50 € di assicurazione giornaliera.***
- **Tombola** contributo 10,00€ annui;

## Octobre 2023

L.	02-ott	<b>Psicologia</b>
M.	03-ott	<b>Architettura</b>
Me.	04-ott	Cultura genovese Salotto letterario-Struppa
G.	05-ott	<b>Fotografia</b>
V.	06-ott	Letteratura - Merlano

L.	09-ott	<b>Psicologia</b>
M.	10-ott	<b>Architettura</b>
Me.	11-ott	Cultura genovese Opera - Struppa
G.	12-ott	<b>Fotografia</b>
V.	13-ott	S.V. -Salute della nostra bocca e corretta igiene dentale

L.	16-ott	<b>Psicologia</b>
M.	17-ott	<b>Architettura</b>
Me.	18-ott	Cultura genovese Visite guidate-Struppa
G.	19-ott	<b>Fotografia</b>
V.	20-ott	S.V. -"Più informati più protetti" Per prevenzione del Covid-19

L.	23-ott	<b>Psicologia</b>
M.	24-ott	<b>Architettura</b>
Me.	25-ott	Cultura genovese Film - Struppa
G.	26-ott	<b>Fotografia</b>
V.	27-ott	Letteratura - Merlano

L.	30-ott	<b>Psicologia</b>
M.	31-ott	<b>Architettura</b>

Me.  
G.  
V.

## Novembre 2023

L.		
M.		
Me.	01-nov	<b>FESTIVITA'</b>
G.	02-nov	<b>Fotografia</b>
V.	03-nov	Letteratura - Merlano

L.	06-nov	<b>Psicologia</b>
M.	07-nov	<b>Architettura</b>
Me.	08-nov	Cultura genovese Salotto letterario-Struppa
G.	09-nov	<b>Fotografia</b>
V.	10-nov	Percorsi Cult. - Ester

L.	13-nov	<b>Psicologia</b>
M.	14-nov	Economia Coop Incontri/UniGau
Me.	15-nov	Cultura genovese Opera- Struppa
G.	16-nov	<b>Storia delle religioni</b>
V.	17-nov	Letteratura - Merlano

L.	20-nov	<b>Psicologia</b>
M.	21-nov	<b>Architettura</b>
Me.	22-nov	Cultura genovese Visite guidate-Struppa
G.	23-nov	<b>Fotografia</b>
V.	24-nov	P.O. Violenza contro le donne

L.	27-nov	<b>Psicologia</b>
M.	28-nov	Eventi in collaborazione con Coop

Me. 29-nov  
G. 30-nov  
V.

Cultura genovese  
Film - Struppa  
**Storia delle religioni**

## Dicembre 2023

L.		
M.		
Me.		
G.		
V.	01-dic	Letteratura - Merlano
L.	04-dic	Psicologia
M.	05-dic	Eventi in collaborazione con Coop
Me.	06-dic	Cultura genovese Salotto letterario-Struppa
G.	07-dic	Fotografia
V.	08-dic	FESTIVITA'
L.	11-dic	Psicologia
M.	12-dic	Eventi in collaborazione con Coop
Me.	13-dic	Cultura genovese Opera - Struppa
G.	14-dic	CONFERENZA
V.	15-dic	Percorsi Cult. - Ester
L.	18-dic	Psicologia
M.	19-dic	Eventi in collaborazione con Coop
Me.	20-dic	Cultura genovese Film - Struppa
G.	21-dic	Fotografia
V.	22-dic	P.O. Aspettiamo insieme il Natale
L.	25-dic	FESTIVITA'
M.	26-dic	FESTIVITA'
Me.	27-dic	FESTIVITA'
G.	28-dic	FESTIVITA'
V.	29-dic	FESTIVITA'

## Gennaio 2024

L.	01-gen	FESTIVITA'
M.	02-gen	FESTIVITA'
Me.	03-gen	FESTIVITA'
G.	04-gen	FESTIVITA'
V.	05-gen	FESTIVITA'
L.	08-gen	Psicologia
M.	09-gen	Arte
Me.	10-gen	Cultura genovese Salotto letterario-Struppa
G.	11-gen	Fotografia
V.	12-gen	Percorsi Cult. - Ester
L.	15-gen	Psicologia
M.	16-gen	Arte
Me.	17-gen	Cultura genovese Opera - Struppa
G.	18-gen	S.V. - Fumo, sigarette elettroniche e altri dispositivi
V.	19-gen	Storia Genova-Oligati
L.	22-gen	Psicologia
M.	23-gen	Arte
Me.	24-gen	Cultura genovese Visite guidate-Struppa
G.	25-gen	Fotografia
V.	26-gen	P.O. Giornata della memoria
L.	29-gen	Filosofia
M.	30-gen	Arte
Me.	31-gen	Cultura genovese Film - Struppa
G.		
V.		

## Febbraio 2024

L.		
M.		
Me.		
G.	01-feb	S.V. - Salute e sfortuna
V.	02-feb	Letteratura - Merlano
L.	05-feb	Filosofia
M.	06-feb	Arte
Me.	07-feb	Cultura genovese Salotto letterario-Struppa
G.	08-feb	Fotografia
V.	09-feb	Percorsi Cult. - Ester
L.	12-feb	Filosofia
M.	13-feb	Arte
Me.	14-feb	Cultura genovese Opera - Struppa
G.	15-feb	CONFERENZA
V.	16-feb	Letteratura - Merlano
L.	19-feb	Filosofia
M.	20-feb	Arte
Me.	21-feb	Cultura genovese Visita guidata-Struppa
G.	22-feb	Fotografia
V.	23-feb	Storia Genova-Olgiate
L.	26-feb	Filosofia
M.	27-feb	Arte
Me.	28-feb	Cultura genovese Film - Struppa
G.	29-feb	IL MIO AMICO CANE
V.		

## Marzo 2024

L.		
M.		
Me.		
G.		
V.	01-mar	Letteratura - Merlano
L.	04-mar	Filosofia
M.	05-mar	Arte (uscite)
Me.	06-mar	Cultura genovese Salotto letterario-Struppa
G.	07-mar	Fotografia
V.	08-mar	P.O. Giornata della donna
L.	11-mar	Filosofia
M.	12-mar	Arte (uscite)
Me.	13-mar	Cultura genovese Opera - Struppa
G.	14-mar	S.V. - Alimentazione e falsi miti
V.	15-mar	Percorsi Cult. - Ester
L.	18-mar	PRIMO SOCCORSO
M.	19-mar	Architettura Coop Incontri/UniGau
Me.	20-mar	Cultura genovese Visite guidate-Struppa
G.	21-mar	Fotografia
V.	22-mar	Storia Genova-Olgiate
L.	25-mar	PRIMO SOCCORSO
M.	26-mar	Economia Coop Incontri/UniGau
Me.	27-mar	Cultura genovese Film - Struppa
G.	28-mar	SPONTANEITA' CORPOREA
V.	29-mar	Letteratura - Merlano

## Aprile 2024

L.	01-apr	FESTIVITA'
M.	02-apr	La Natura vicino casa Coop Incontri/UniGau
Me.	03-apr	Cultura genovese Salotto letterario-Struppa
G.	04-apr	SPONTANEITA' CORPOREA
V.	05-apr	Letteratura - Merlano
L.	08-apr	I percorsi dell'acqua
M.	09-apr	La Natura vicino casa Coop Incontri/UniGau
Me.	10-apr	Cultura genovese Opera - Struppa
G.	11-apr	CONFERENZA
V.	12-apr	Percorsi Cult. - Ester
L.	15-apr	I percorsi dell'acqua
M.	16-apr	Eventi in collaborazione con Coop
Me.	17-apr	Cultura genovese Film - Struppa
G.	18-apr	S.V. - Fegato: Lo specchio della nostra salute
V.	19-apr	Storia Genova-Oligiati
L.	22-apr	I percorsi dell'acqua
M.	23-apr	Architettura Coop Incontri/UniGau
Me.	24-apr	Cultura genovese P.O. Festa Liberazione
G.	25-apr	FESTIVITA'
V.	26-apr	FESTIVITA'
L.	29-apr	I percorsi dell'acqua
M.	30-apr	Eventi in collaborazione con Coop
Me.		
G.		
V.		

## Maggio 2024

L.		
M.		
Me.	01-mag	FESTIVITA'
G.	02-mag	FESTIVITA'
V.	03-mag	FESTIVITA'
L.	06-mag	Astronomia
M.	07-mag	CONFERENZA Coop
Me.	08-mag	Cultura genovese Salotto letterario-Struppa
G.	09-mag	Dietologia
V.	10-mag	Letteratura - Merlano
L.	13-mag	Astronomia
M.	14-mag	Eventi in collaborazione con Coop
Me.	15-mag	Cultura genovese Opera - Struppa
G.	16-mag	Dietologia
V.	17-mag	Percorsi Cult. - Ester
L.	20-mag	Astronomia
M.	21-mag	Architettura Coop Incontri/UniGau
Me.	22-mag	Cultura genovese Visite guidate-Struppa
G.	23-mag	Dietologia
V.	24-mag	P.O. Conosciamoci: La cucina etnica
L.	27-mag	S.V. - Dipendenze da sostanze e comportamenti
M.	28-mag	Eventi in collaborazione con Coop
Me.	29-mag	Cultura genovese Film - Struppa
G.	30-mag	Dietologia
V.	31-mag	FINE ANNO ACCADEMICO

# I docenti

<i>Architettura</i>	Alberto Boccoardo
<i>Arte</i>	Alice Ferrari
<i>Astronomia</i>	A. Bruzzi - G. Torrissi
<i>Cultura genovese</i>	Claudio Pittaluga

<i>Letteratura</i>	Parodi
<i>Psicologia</i>	Chiara Nardini
<i>I Percorsi dell'acqua</i>	M. Pastorino - L. Rosselli
<i>Spontaneità corporea</i>	Claudia Crivellari
<i>Dietologia</i>	Giulietta Spadafora
<i>Il mio amico cane</i>	Luigi Sganga
<i>Filosofia</i>	Silvia Bevilacqua
<i>Fotografia</i>	Franco Valenti

<i>Architettura</i>	Federica Giovannone
<i>Economia</i>	Valeria Maione
<i>Natura vicino casa</i>	Mario Calbi
<i>Stili di vita</i>	G. Testino - P. Balbinot
<i>Primo Soccorso</i>	F. Sganga / L. Barbieri
<i>Letteratura - Struppa</i>	Giulia Merlano
<i>Percorsi culturali - Struppa</i>	Ester Brunengo
<i>Storia di Genova - Struppa</i>	Giustina Olgiati

<i>Macramè</i>	Wanda Tasso
<i>Gessi e Pastelli</i>	Sonia Rapallino
<i>Botanica</i>	M. Pasta e N. Milone
<i>Decoriamo con i fiori</i>	M. Pasta e N. Milone
<i>Riciclo creativo</i>	M. Pasta e N. Milone
<i>Finto Tiffany e mosaico</i>	Eliana Sturla
<i>Incisione su Ardesia</i>	Franco Roccamatisi
<i>Pittura a olio</i>	Sonia Rapallino
<i>Informatica</i>	Salvatore Alberti
<i>Inglese intermedio</i>	Viviana Brega
<i>Inglese conversazione</i>	Roberto Arena

XXXXXXXXXXXXX (O)

S.V. - SEMINARIO STILI VITA

CONFERENZA

EVENTI APERTI A TUTTI





Con il patrocinio finanziario del  
comune di Genova -  
Municipio IV Media Val Bisagno.



Municipio IV Media Val Bisagno

# Scopri i nostri progetti



**UN PROGETTO  
PER LE FAMIGLIE  
E I RAGAZZI  
DA COSTRUIRE INSIEME  
PER IL BENESSERE  
DELLA NOSTRA  
COMUNITÀ**

Inquadra il QR Code  
per saperne di più



Inquadra il QR Code  
per saperne di più



**UN PROGETTO  
REGIONALE  
RIVOLTO AI  
GIOVANI CHE  
VIVONO LA  
NOSTRA PERIFERIA  
PER DIVENTARE  
FRUITORI  
CONSAPEVOLI E  
CITTADINI ATTIVI**



Dipartimento  
per la Pubblica Amministrazione  
e il Servizio Civile Nazionale



# DONA IL 5X1000

## Aiutaci ad Aiutare



# 1

## IMPEGNO

**IL NOSTRO IMPEGNO QUOTIDIANO A FAVORE DELLA POPOLAZIONE SU DIVERSE AREE CONTINUA ORMAI DA OLTRE 50 ANNI!**

Ci occupiamo della tua sicurezza, organizziamo sagre e momenti di svago adatti a tutte le età, promuoviamo la cultura ed il suo sviluppo nel nostro quartiere, aiutiamo chi è in difficoltà e tanto altro ancora!

**DIAMO SEMPRE IL MASSIMO PER AIUTARE!**

Siamo stati in prima linea contro il covid-19 grazie alle attività della Pubblica Assistenza e di quelle al sostegno delle persone fragili!

**NON CI SIAMO MAI FERMATI!**

Adesso stiamo combattendo una battaglia ancora più grande, quella contro l'odio e l'indifferenza.



# 2

## SOLIDARIETÀ



# 3

## SVILUPPO

**LOTTIAMO OGNI GIORNO PER CONTINUARE A FAR CRESCERE IL NOSTRO QUARTIERE PROMUOVENDO LA CULTURA, LA SOLIDARIETÀ, I CORRETTI STILI DI VITA, CREANDO SPAZI AGGREGATIVI PER GIOVANI E MENO GIOVANI IN MODO CHE TUTTI SI SENTANO ACCETTATI E TROVINO IL LORO SPAZIO.**

Attualmente abbiamo un grande progetto per riqualificare uno spazio pubblico affinché diventi un luogo dove bambini, famiglie ed anziani possano ritrovarsi in sicurezza in un ambiente conviviale ed attrezzato.



I NOSTRI VOLONTARI SVOLGONO CORSI DI AGGIORNAMENTO PER CONTINUARE A MIGLIORARSI ED OFFRIRE SERVIZI SEMPRE PIU' PROFESSIONALI.

Utilizziamo mezzi ed attrezzatura sempre all'avanguardia per rispondere a tutte le nuove esigenze che ci troviamo a fronteggiare.

**COMPETENZA**

**5 È GRATIS**



IL 5 PER MILLE E' UNA QUOTA DELL'IMPOSTA SUL REDDITO E QUINDI NON COMPORTA COSTI AGGIUNTIVI!  
INFATTI, SE NON VIENE ESPRESSA UNA PREFERENZA PER LA SUA DESTINAZIONE, LA QUOTA VIENE COMUNQUE PRELEVATA DALLO STATO.

**QUINDI DESTINARE IL 5X1000 ALLA G.A.U. E' GRATIS!  
TI BASTERA' SOLAMENTE METTERE LA TUA FIRMA  
ED IL CODICE FISCALE DELL'ASSOCIAZIONE:  
PER IL 5X1000 IL C.F. E' IL SEGUENTE: **95001370105****

<b>MODELLO 730/</b>  <b>agenzia entrate</b>	<b>SCELTA PER LA DESTINAZIONE DEL CINQUE PER MILLE DELL'IRPEF</b> <small>SOSTEGNO DEL VOLONTARIATO E DELLE ALTRE ORGANIZZAZIONI NON LUCRATIVE DI UTILITA' SOCIALE, DELLE ASSOCIAZIONI DI PROMOZIONE SOCIALE E DELLE ASSOCIAZIONI E FONDAZIONI RICONOSCIUTE CHE OPERANO NEI SETTORI DI CURA ALL'ART. 10, C. 1, LETT A), DEL D.LGS. N. 460 DEL 1997</small> FIRMA <i>Marie Rossi</i> Codice fiscale del beneficiario (eventuale) <b>95001370105</b>
---	--

Con il patrocinio finanziario del comune di Genova - Municipio IV Media Val Bisagno



## Segreteria Associazione G.A.U.



010 802 344

(lunedì - mercoledì - venerdì dalle 08.30 alle 12.30  
martedì e giovedì dalle 14.30 alle 18.30)



348 521 09 88



assgau@assgau.it

www.assgau.it



Associazione G.A.U. - Giovani Amici Uniti

Troverete presso la nostra segreteria  
i programmi dettagliati di ogni attività

Tutte le attività di promozione sociale  
sono riservate ai soci

realizzato con il contributo di



AZIONI  
PER LA  
SOCIETÀ

