




















corsi settembre '21 - gennaio '22

Tutti i corsi prevedono iscritti in numero ridotto a causa del distanziamento richiesto						
	CORSO	INIZIO	TERMINE	GIORNO ATTIVITA'	CONTRIBUTO	DOCENTE
	Aerobica Gag	21 settembre	27 gennaio	Mart/Giov 18.00-18.50	€ 153 (con 7 iscritti)	Flora Bollati
	Body Work Out	21 settembre	27 gennaio	Mart/Giov 18.50-19.40	€ 153 (con 7 iscritti)	Flora Bollati
	Pilates (attività per la postura, l'elasticità e il controllo del corpo)	21 settembre	27 gennaio	Mart/Giov 19.40-20.30	€ 153 (con 7 iscritti)	Flora Bollati
	Ginnastica tonificante diurna per anziani	20 settembre	31 gennaio	Lun/Giov. 9.00-10.00	€ 153 (con 7 iscritti)	Paola Borgonovo
	Ginnastica tonificante diurna per anziani	20 settembre	31 gennaio	Lun/Giov. 10.00-11.00	€ 153 (con 7 iscritti)	Paola Borgonovo
	Ginnastica dolce diurna per anziani	20 settembre	31 gennaio	Lun/Giov. 11.00-12.00	€ 153 (con 7 iscritti)	Paola Borgonovo
	Ginnastica generale tonificante serale	20 settembre	31 gennaio	Lunedì 19.00-20.00	€ 75 (con 7 iscritti)	Federico Lualdi
	Ginnastica generale tonificante diurna	25 settembre	29 gennaio	Sabato 9.00-10.00	€ 75 (con 7 iscritti)	Elisa Cencini
	Ginnastica pelvica funzionale per prevenire o migliorare i disturbi dell'incontinenza femminile	Incontro informativo gratuito 6 ottobre inizio: 13 ottobre fine: 24 novembre		Mercoledì 19.00-20.15	€ 46 (con 7 iscritti) € 50 (con 6 iscritti)	Silvia Torretta
Tutti i corsi prevedono iscritti in numero ridotto a causa del distanziamento richiesto						










corsi settembre '21 - gennaio '22

Tutti i corsi prevedono iscritti in numero ridotto a causa del distanziamento richiesto						
	CORSO	INIZIO	TERMINE	GIORNO ATTIVITA'	CONTRIBUTO	DOCENTE
	Yoga	20 settembre	31 gennaio	Lunedì 20.00-21.30	€ 160 (con 7 iscritti)	Anna Mancin
	Yoga	22 settembre	26 gennaio	Mercoledì 20.30-22.00	€ 160 (con 7 iscritti)	Anna Mancin
	Taichichuan	30 settembre	16 dicembre	Giovedì 20.45-21.45	€ 45 (con 7 iscritti)	A cura dello spazio incontro
	Taichichuan	21 settembre	25 gennaio	Martedì 20.45-21.45	€ 75 (con 7 iscritti)	Miranda Re Depaolini
	Il suono del silenzio, la musica dell'anima con campane tibetane	Incontro informativo gratuito 13 ottobre h 21.00 inizio: 20 ottobre fine: 15 dicembre		Mercoledì 21.00-22.30	€ 112 (con 7 iscritti)	Gianluca Musazzi Livia Schiavetto
	Meditazione e relax in pausa pranzo	Incontro informativo gratuito 12 ottobre h. 13.00 inizio: 19 ottobre fine: 21 dicembre		Martedì 12.45/13.00 13.45/14.00	€ 42 (con 7 iscritti)	Gianluca Musazzi
	Balli di gruppo pomeridiani	21 ottobre	27 gennaio	Giovedì 15.00/16.00	€ 60 (con 7 iscritti)	a cura dello Spazio Incontro
Tutti i corsi prevedono iscritti in numero ridotto a causa del distanziamento richiesto						








corsi settembre '21 - gennaio '22

Tutti i corsi prevedono iscritti in numero ridotto a causa del distanziamento richiesto						
	CORSO	INIZIO	TERMINE	GIORNO ATTIVITA'	CONTRIBUTO	DOCENTE
	Chitarra	6 ottobre	26 gennaio	Mercoledì 45' di lezione dalle 16.30 a ripetizione per ragazzi	€ 138 (con 2 iscritti)	Davide Grazioli
	Chitarra	6 ottobre	26 gennaio	Mercoledì 45' di lezione dalle 20.00 a ripetizione per adulti	€ 138 (con 2 iscritti)	Davide Grazioli
	Chitarra	8 ottobre	28 gennaio	Venerdì 45' di lezione dalle 21.00 a ripetizione per adulti	€ 138 (con 2 iscritti)	Davide Grazioli
	Inglese Base	5 ottobre	18 gennaio	Martedì 20.30-22.00	€ 95 (con 7 iscritti)	A cura dello Spazio Incontro
	Inglese <i>per chi ha una base di lingua</i>	5 ottobre	18 gennaio	Martedì 19 .00-20.30	€ 95 (con 7 iscritti)	Alessia Morelli
	Conversazione in inglese <i>per chi conosce già la lingua</i>	Test ingresso: 4 ottobre h 20.30 inizio: 11 ottobre fine: 10 gennaio		Lunedì 20.30-22.00	€ 185 (minimo 4 iscritti)	con madrelingua inglese
	Atelier di Piccole Cose	Incontro informativo gratuito 5 ottobre alle 17.00 Incontri Sabati 16/10 - 20/11 dalle 9.30 alle 11.30 Martedì 26/10 - 9/11 - 30/11 - 14/12 dalle 17.00 alle 19.00			€ 75 (con 6 iscritti)	Maria Rosaria Memoli Consulente autobiografica
Tutti i corsi prevedono iscritti in numero ridotto a causa del distanziamento richiesto						

corsi settembre '21 - gennaio '22

Tutti i corsi prevedono iscritti in numero ridotto a causa del distanziamento richiesto						
	ATTIVITA'	INIZIO	TERMINE	GIORNO ATTIVITA'	CONTRIBUTO	DOCENTE
	Taglio e cucito con lo sviluppo di cartamodelli (per chi ha già una base)	12 ottobre	25 gennaio	Martedì 20.30-22.30	€ 135 (con 5 iscritti)	Cetty Cavaleri
	Taglio e cucito con lo sviluppo di cartamodelli base	21 ottobre	27 gennaio	Giovedì 20.30-22.30	€ 135 (con 5 iscritti)	Cetty Cavaleri
	Taglio e cucito con lo sviluppo di cartamodelli (per chi ha già una base)	8 ottobre	28 gennaio	Venerdì 20.30-22.30	€ 135 (con 5 iscritti)	Cetty Cavaleri
	Tè ... e lavoro a maglia	19 ottobre	25 gennaio	Martedì 15.00-16.30	€ 15	Danila Merelli
	Educazione cinofila	3 Novembre	22 Dicembre	mercoledì 21.00-22.00	€ 45 (con 5 iscritti)	Sara Gorletta
	Gruppo di meditazione ...un viaggio interiore...	da settembre <i>Informazioni in segreteria</i>		Venerdì 19.00-20.00	Gratuito con iscrizione	Maurizio Bellinelli
	Informatica per principianti nozioni di base - sistemi word e excel conoscenza di internet	da ottobre a ripetizione	5 incontri di 1 ora ciascuno	giorni e orari da concordare con la segreteria possibilità di corsi serali	€ 98 (con 2 iscritti)	Gianluca Musazzi
	Informatica approfondimento di internet comunicare con la posta elettronica, ricercare e conoscere i siti	da ottobre a ripetizione	5 incontri di 1 ora ciascuno	giorni e orari da concordare con la segreteria possibilità di corsi serali	€ 98 (con 2 iscritti)	Gianluca Musazzi
Tutti i corsi prevedono iscritti in numero ridotto a causa del distanziamento richiesto						

corsi settembre '21 - gennaio '22

 SPAZIO INCONTRO CANAZZA	ATTIVITA'	INIZIO	TERMINE	GIORNO ATTIVITA'	GIORNO ATTIVITA'	DOCENTE
 0331541516	Servizio di telefonia agli anziani "Una voce amica"	settembre	gennaio	Al mattino Lunedì e giovedì dalle 10 alle 12	Al pomeriggio Mercoledì dalle 15 alle 17	A cura di Auser e Spazio Incontro Canazza
	Spazio di automisurazione della pressione	settembre	gennaio	Lunedì e giovedì dalle 9 alle 12	Giovedì dalle 15 alle 17	A cura di Spazio Incontro Canazza
	Un tempo per supporto e condivisione di gruppo Spazio aperto per chi ha vissuto un lutto	settembre	gennaio	Mercoledì e giovedì dalle 17.30 alle 19.00	Informazioni in segreteria	Gruppo AMA Auto Mutuo Aiuto referente Cristina Cozzi
	Un tempo per informazioni, supporto e condivisione di gruppo Spazio aperto a familiari di pazienti psichiatrici	settembre	gennaio	Martedì dalle 17.30 alle 19.00	Ogni 15 giorni Informazioni in segreteria	Gruppo AMA Auto Mutuo Aiuto familiari pazienti psichiatrici
	Gruppo GA Per giocatori anonimi	settembre	gennaio	Venerdì 20.30-22.45	Informazioni in segreteria	Gruppo AMA Auto Mutuo Aiuto Giocatori anonimi
	Un tempo per informazioni, supporto e condivisione di gruppo sul disagio mentale	settembre	gennaio	Mercoledì dalle 15.00 alle 17.00	Informazioni in segreteria	Gruppo AMA Auto Mutuo Pariedispari

SI ACCETTANO PROPOSTE E NUOVE INIZIATIVE DA REALIZZARE PRESSO IL CENTRO



**DAI LA TUA ADESIONE PRESSO LO SPAZIO INCONTRO CANAZZA
A PARTIRE DAL 30 AGOSTO CON I SEGUENTI ORARI:**

Lunedì 17.30-20.30 Martedì e Giovedì 16.00-19.00 Mercoledì e Venerdì 18.00-20.00 Sabato 10.00-12.00
Spazio Incontro Canazza - Via Colombes 69, Legnano - Telefono 0331 - 541516
Email: spazioincontrocanazza@etainsieme.org Sito www.etainsieme.org

*Sono assicurati il triage e le misure di sanificazione
per la prevenzione della diffusione del covid-19*