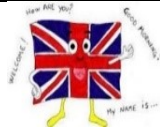


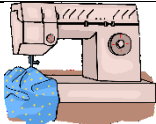
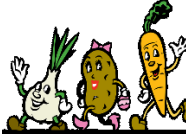
Corsi Settembre 25 - Gennaio 26

	CORSO	INIZIO	TERMINE	GIORNO ATTIVITA'	CONTRIBUTO
	Aerobica Gag	16 settembre	29 gennaio	Mart/Giov 18.00-18.50	€ 162
	Body Work Out	16 settembre	29 gennaio	Mart/Giov 18.50-19.40	€ 162
	Pilates (attività per la postura, l'elasticità e il controllo del	16 settembre	29 gennaio	Mart/Giov 19.40-20.25	€ 162
	Pilates (attività per la postura, l'elasticità e il controllo del corpo)	24 settembre	28 gennaio	Mercoledì 9.30-10.20	€ 75
	Body Work Out	24 settembre	28 gennaio	Mercoledì 10.20-11.10	€ 75
	Ginnastica tonificante per anziani	16 settembre	29 gennaio	Mart/Giov 9.00-10.00	€ 162
	Ginnastica tonificante per anziani	16 settembre	29 gennaio	Mart/Giov. 10.00-11.00	€ 162
	Ginnastica dolce per anziani	16 settembre	29 gennaio	Mart/Giov. 11.00-12.00	€ 162
	Ginnastica generale tonificante serale	15 settembre	26 gennaio	Lunedì 19.00-20.00	€ 88
	Ginnastica pelvica funzionale per prevenire o migliorare i disturbi dell' incontinenza femminile	Incontro informativo gratuito 27settembre ore :10.00 inizio 4 ottobre fine 8 novembre		Sabato 9.30-10.30 10.45-11.45	€ 58
	Yoga	15 settembre	26 gennaio	Lunedì 20.00-21.30	€ 170
	Yoga	17 settembre	28 gennaio	Mercoledì 20.00-21.30	€ 170
	Thai-Chi	25 settembre	29 gennaio	Giovedì 20.30-21.45	€ 118
	Corso di Balli di gruppo	18 settembre	29 gennaio	Giovedì 15.00-16.00	€ 108

Corsi Settembre 25 - Gennaio 26

	CORSO	INIZIO	TERMINE	GIORNO ATTIVITA'	CONTRIBUTO
	Laboratorio di Pizzica	17 ottobre	30 gennaio	Venerdì 20.30 – 21.30	€ 85
	Chitarra	1 ottobre	28 gennaio	Mercoledì 1 ora di lezione Orario da concordare in segreteria	€ 108 (con 4 iscritti) € 143 (con 3 iscritti)
	Chitarra	1 ottobre	28 gennaio	Mercoledì 45 minuti di lezione Orario da concordare in segreteria	€ 106 (con 3 iscritti) € 159 (con 2 iscritti)
	Chitarra	3 ottobre	30 gennaio	venerdì 1 ora di lezione Orario da concordare in segreteria	€ 115 (con 4 iscritti) € 150 (con 3 iscritti)
	Chitarra	3 ottobre	30 gennaio	venerdì 45 minuti di lezione Orario da concordare in segreteria	€ 114 (con 3 iscritti) € 170 (con 2 iscritti)
	Inglese principianti Test d'ingresso 6 ottobre ore 20.00	16 ottobre	8 gennaio	Giovedì 20.30-22.00	€ 160 con madrelingua
	Inglese base Test d'ingresso 6 ottobre ore 20.00	14 ottobre	13 gennaio	Martedì 20.30-22.00	€ 160 con madrelingua
	Inglese intermedio Test d'ingresso 6 ottobre ore 20.00	13 ottobre	12 gennaio	Lunedì 20.45-22.15	€ 145 con madrelingua
	Conversazione in inglese <i>per chi conosce già la lingua</i> Test d'ingresso 6 ottobre ore 20.00	13 ottobre	12 gennaio	Lunedì 20.45-22.15	€ 188 (con 5 Persone) con madrelingua
	Spazio educativo Aggregativo per minori	settembre	gennaio	Lunedì e Venerdì 15.00-18.30	Gratuito con prenotazione Trivium 3314922029
	Spazio educativo Aggregativo per minori	settembre	gennaio	Martedì 15.00-17.00	Gratuito con prenotazione Trivium 3314922029

Corsi Settembre 25 - Gennaio 26

	CORSO	INIZIO	TERMINE	GIORNO ATTIVITA'	CONTRIBUTO
	Potenziamento Italiano per ragazzi Migranti 11-18 anni	settembre	gennaio	Martedì 16.30-18.30	Gratuito con prenotazione Trivium 331 4922029
	Il thè delle mamme Laboratorio linguistico per donne migranti	settembre	gennaio	Lunedì 9.00-11.00	Gratuito con prenotazione Trivium 331 4922029
	Cucito base	6 ottobre	26 gennaio	Lunedì 20.30-22.30	€ 152
	Cucito intermedio	7 ottobre	27 gennaio	Martedì 20.30-22.30	€ 152
	Corso di cucito metodo Sitam	25 Settembre	22 gennaio	Giovedì 18.30-21.30	Informazioni in segreteria
	Riparazione sartoriale di cucito	4 ottobre	24 gennaio	Sabato 9.00-11.00	€ 152
	Modellazione creta e decorazione a Gran Fuoco	7 novembre	5 dicembre	Venerdì 20.45-22.45	€ 70 iscrizione + € 35 materiale
	Ti leggoascolta le pagine con me <i>Lecture condivise ad alta voce per adulti</i>	dal 1 Ottobre	Cadenza quindicinale (1° e 3° del mese)	Giovedì 15.00-16.00	Gratuita
	Laboratorio Teatro Principianti Aperto ai cittadini Dal 3 settembre	Per persone appassionate all'espressività teatrale che vogliano condividere la sensibilità per le tematiche della salute mentale		Settembre Mercoledì 15.00-17.00	Contributo di iscrizione in segreteria
	Mangiare bene per stare meglio <i>consigli pratici sull'alimentazione consapevole nella terza età</i>	13 ottobre		lunedì 9.30-11.45 con aperitivo	Gratuita a cura Ass. ADA Legnano

Corsi Settembre 25 - Gennaio 26

	CORSO	INIZIO	TERMINE	GIORNO ATTIVITA'	CONTRIBUTO
	Gestire i soldi con serenità <i>rischio truffe fatti trovare pronto</i>	24 novembre		lunedì 9.30-11.45 con aperitivo	Gratuita a cura Ass. ADA Legnano
	Incontro con l'autore Mario Alzati Aperitivo letterario	"Il valtellinese di Olonia" Storia di tre giovani soldati del territorio di Tradate		Sabato 17 gennaio 10.00-11.00	Gratuita
	Tè ... lavoro a maglia, uncinetto, punto croce e altro	16 settembre	27 gennaio	Martedì 15.00-16.30	€ 15
Buongiorno Mercoledì!	Laboratorio creativo Insieme Prepariamo il Natale	24 settembre	17 dicembre	Mercoledì 10.00-12.00	Gratuito
Buon Pomeriggio Giovedì!	Laboratorio creativo Insieme Prepariamo il Natale	25 settembre	18 dicembre	Giovedì 15.00-17.00	Gratuito
MERCOLEDÌ' ORE 15.00	Spazio aperto per i cittadini .. gioco, chiacchiere,	10 settembre	28 gennaio	Mercoledì 15.00-17.00	Gratuito
	Gruppo di meditazione ...un viaggio interiore...	settembre <i>Informazioni in segreteria</i>	gennaio	Venerdì 19.15-20.15	A cura della Banca del tempo Gratuito con Iscrizione
	Custode sociale Quartiere Canazza	Hai bisogno di aiuto per pratiche burocratiche? Vuoi prenotare una visita medica o conoscere i servizi del tuo territorio? Stai vivendo un momento difficile e hai bisogno di una mano?		Martedì 9.20-11.20	Ufficio in Via Girardi 27 B Cellulare 338 18 09 738
	Informatica per principianti nozioni di base - sistemi word e excel conoscenza di internet	da ottobre a ripetizione	5 incontri di 1 ora ciascuno direttamente su pc	giorni e orari da concordare con la segreteria possibilità di corsi serali	€ 98 (con 2 iscritti)
	Informatica approfondimento di internet comunicare con la posta elettronica, ricercare e conoscere i siti	da ottobre a ripetizione	5 incontri di 1 ora ciascuno direttamente su pc	giorni e orari da concordare con la segreteria possibilità di corsi serali	€ 98 (con 2 iscritti)

Corsi Settembre 25 - Gennaio 26

	CORSO	INIZIO	TERMINE	GIORNO ATTIVITA'	CONTRIBUTO
 0331 1910304	Servizio di telefonia agli anziani "Una voce amica"	settembre	gennaio	Al mattino Giovedì dalle 10 alle 12	Al pomeriggio giovedì dalle 16 alle 18
	Un tempo per supporto e condivisione di gruppo Spazio aperto per chi ha vissuto una depressione	settembre	gennaio	Giovedì (2° e 4° del mese) dalle 16.00 alle 17.30	Ogni 15 giorni Informazioni in segreteria
	Un tempo per informazioni, supporto e condivisione di gruppo Spazio aperto per chi ha vissuto un lutto	settembre	gennaio	Mercoledì 17.30 -19.00	Ogni 15 giorni Informazioni in segreteria
	Un tempo per informazioni, supporto e condivisione di gruppo Spazio aperto a familiari di pazienti psichiatrici	settembre	gennaio	Martedì dalle 17.30 alle 19	Ogni 15 giorni Informazioni in segreteria
	Gruppo GA Per giocatori anonimi	settembre	gennaio	Venerdì 20.30-22.45	Informazioni in segreteria
	Un tempo per informazioni, supporto e condivisione di gruppo <i>sul disagio mentale</i>	settembre	gennaio	Mercoledì dalle 15 alle 17	Informazioni in segreteria
	Un tempo per informazioni, supporto e condivisione di gruppo <i>sulla dipendenza affettiva</i>	settembre	gennaio	Mercoledì dalle 20 alle 22	Informazioni in segreteria

SI ACCETTANO PROPOSTE E NUOVE INIZIATIVE DA REALIZZARE PRESSO IL CENTRO



A PARTIRE DALL' 1 SETTEMBRE 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 Girardi 27 b , Legnano - Tel. 0331 – 1910304 cell. 393 9559186

Email: spazioincontrocanazza@etainsieme.org Sito www.etainsieme.org

Seguici su Facebook e Instagram

DAI LA TUA ADESIONE PRESSO LO SPAZIO INCONTRO CANAZZA