



OPEN
DAY!

SABATO 5 NOVEMBRE 2011

dalle 10.00 alle 12.30 e dalle 15.00 alle 19.00

Vuoi conoscerci meglio?
Vuoi provare i nostri corsi?
Vuoi semplicemente curiosare e dare un'occhiata?
Ti aspettiamo!

Prove gratuite di alcuni corsi!

X CULTURA
PROGETTO

Associazione Cultura e Progetto
Cultura Progetto soc. coop

Comune di Forlì
Assessorato Politiche Educative e
Formative

Università **2011/2012**
degli **Adulti**

PROGRAMMA DELLA GIORNATA

10:30

PILATES

una postura più corretta e una nuova tonicità per un benessere completo con Anna Tassinari, diplomata I.S.E.F. Bologna, esperta di motricità dell'età adulta e del metodo Pilates

11:15

YOGA DELLA RISATA

combattere gli effetti nocivi dello Stress, Ansia, Rabbia, Depressione con respirazioni yoga abbinate alle risate stimolate senza motivo come esercizio fisico con Terenzio Traisci, Teacher Internazionale di Yoga della Risata

12:00

PREPARAZIONE COCKTAIL

a seguire buffet e aperitivo per tutti

15:30

KNITTING BASE (dritto e rovescio e punto grana di riso)

lavorare a maglia, secondo autorevoli studi americani, può addirittura contrastare l'invecchiamento del cervello e rafforzare la memoria oltre che essere un hobby anti-stress!

16:00

KNITTING AVANZATO (tecnica double face)

lavorare con i ferri e sviluppare abilità manuale e creatività per imparare a realizzare caldissimi accessori

16:00

LABORATORIO DI TECNICHE TEATRALI

corso di recitazione teatrale con la regista Loretta Giovannetti

16:00

MAKE UP

dimostrazione di prove di trucco con Laura Mazzotti, diplomata presso il Beauty Centre of Milan

16:30

SEMPLICI IDEE AL MACRAMÈ

realizzare un piccolo braccialetto con il macramè

17:00

ANTICIPIAMO IL NATALE

decorare con fantasia e creatività l'Albero di Natale

17:00

CABARET CON TRENZIO TRAISCI

da Colorado e ZeligLab

Al termine sarà presentato il corso per Animatori turistici e sociali

17:30

FIORI DI CARTA

realizzare una rosa di carta tinta naturalmente

17:30

I MET AD FURLE': Armandino, Zambuten, la Veneranda

comicamente raccontati da Aurelio Angelucci, capocomico della compagnia dialettale "Cinecircolo del Gallo" di Forlì

A seguire piadina e sangiovese

al termine
dell'open day
ci saluteremo
con piadina e
sangiovese

e ancora...

LINGUE STRANIERE

per chi vuole provare il suo grado di conoscenza delle lingue straniere, durante l'intera giornata sarà possibile fare test di valutazione del livello, senza impegno!

INFORMATICA

vieni a dare un'occhiata al nuovo laboratorio informatico!

Gli orari delle prove sono indicativi. Per le prove è gradita la prenotazione.

Durante l'open day sarà possibile iscriversi ai corsi.

Per informazioni e prenotazioni:

Cultura Progetto via Orto del Fuoco 1a Forlì tel. 0543.35256 info@culturaprogetto.it

www.culturaprogetto.it - lunedì-venerdì 10.00-13.00 e 16.00-20.00 - sabato 10.00-12.30