

ACTEL
Accademia Terza Età e Tempo Libero

Centro Civico Milano 2
Strada di Spina, 10 - 20054 Segrate Milano

www.actelmidue.it
e-mail: actelmidue@yahoo.it
Segreteria 339 6983725 - 340 8044298
Presidenza 327 7517206



Codice Fiscale 97185270150

**Programma
dei Corsi**

2025-2026
36° Anno Accademico



ACTEL
**Accademia Terza Età
e Tempo Libero**

Con il patrocinio di



Città di Segrate

U.T.E. Istituita dal
Lions Club Segrate
Milano Porta Orientale





Avv. Alberto Trapani
Presidente



Ing. Luciano Russo
Vice Presidente



Sig.ra Sandra Tacchini
Segretaria



Lions Sig.ra Paola Gavazzi
Tesoriera



Prof.ssa Rosella Pagani Hoffer
Consigliere



Sig.ra Bruna Cacciamali
Consigliere

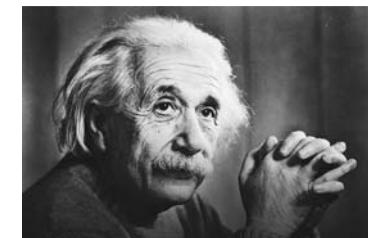


Sig. Lino Bongiorno
Consigliere

*Se smetti di imparare
cominci ad invecchiare*



*A Margherita Hack, la celebre astrofisica, recentemente scomparsa ad oltre novant'anni, è stato chiesto quale fosse il segreto per tenere in forma il cervello, nonostante l'avanzare dell'età:
“Le università della Terza età sono un'occasione straordinaria”
è stata la sua pronta risposta.*



“La mente è come un paracadute, funziona solo se si apre”
Albert Einstein



ACTEL
Accademia Terza Età e Tempo Libero

Sede operativa
Centro Civico di Milano 2 - Strada di Spina, 10 - 20054 Segrate
Tel. 02.39439803 - Cell. 339.6983725 - 327.7517206
www.actelmidue.it - e-mail: actelmidue@yahoo.it



Carissimi amici di ACTEL,

ogni anno l'arrivo del vostro opuscolo dei corsi è come una festa: lo si apre, lo si sfoglia e subito si accende la curiosità, la voglia di imparare e il desiderio di stare insieme.

Questa volta, però, per me l'emozione è particolare.

Dopo dieci anni da Sindaco, è l'ultima volta che vi scrivo con la Fascia Tricolore sul petto.

In questo tempo ACTEL non è stata soltanto una presenza preziosa, ma è stata il cuore pulsante di una Segrate più viva, più ricca e più bella.

Con voi ho costruito un legame speciale, non solo da Sindaco, ma anche da "compagno di classe".

Credevo di partecipare per insegnare, invece ogni volta sono tornato a casa arricchito. Mi avete mostrato che la curiosità è l'elisir di lunga vita e che l'entusiasmo non conosce età.

Grazie di cuore per questi dieci anni vissuti insieme.

ACTEL non è semplicemente un'associazione: è un patrimonio della nostra città, un luogo che rende Segrate più colta, solidale e umana.

Vi auguro un nuovo anno accademico 2025/26 ricco di scoperte, incontri e momenti belli da condividere insieme.

Con affetto e gratitudine,
Paolo Micheli
Sindaco di Segrate



Conoscere i Lions

L'Associazione Internazionale dei Lions Club nasce negli Stati Uniti per iniziativa di un assicuratore, Melvin Jones, membro di un club di affari, il Business Circle di Chicago. Egli ebbe il merito di bandire dal Club la connotazione di Club di affari e di indirizzarlo verso l'attività filantropica, convinto che nella vita non si può arrivare molto lontano se non si comincia a fare qualcosa anche per gli altri. Così il 7 giugno 1917 riunì i rappresentanti di altri Club analoghi, dando luogo alla **"Associazione dei Lions Club"** (dal nome "Lion" di uno dei club rappresentati). Successivamente fu scelto come emblema dell'Associazione un leone bifronte a significare che da un lato guarda al passato - cioè all'esperienza accumulata - e dall'altro al futuro.

Fu poi lo slogan **"Liberty Intelligence Our Nation's Safety"** dalle cui iniziali deriva l'acronimo **L.I.O.N.S.** Col tempo si preferì sostituire la parola **"safety"** (che sa di patriottismo armato) con la parola **"service"**, sicché l'acronimo **"Libertà, Intelligenza, Sicurezza della Nostra Nazione"** va oggi letto come **"Libertà e Intelligenza al Servizio delle Nostre Nazioni"**.

L'Associazione ebbe grande sviluppo negli USA al termine della prima guerra mondiale, quasi come riaffermazione dei principi di libertà, solidarietà e collaborazione contro quelli di tirannia, antagonismo e aggressione e vennero promulgati gli **scopi del Lionismo** ed il **Codice dell'Etica Lionistica** riportati nella pagina a fianco.

Nel 1925 Helen Keller, scrittrice ed attivista sorda, cieca e muta, sfidò i Lions a diventare **"cavalieri dei non vedenti nella crociata contro le tenebre"** e da allora l'Associazione si impegnò in campagne contro la cecità e la sordità, di cui le campagne Sight First (la vista innanzi tutto) sono l'esempio più fulgido, che ha consentito di salvare dalla cecità diversi milioni di persone in tutto il mondo ed ha loro valso l'appellativo di **cavalieri della luce**.

Dagli Stati Uniti l'Associazione si propagò a macchia d'olio in Canada, Cina, Panama, Sud America e Australia. Dopo la seconda guerra mondiale approdò in Europa: nel 1948 venne fondato a Stoccolma il primo Lions Club Europeo e nel 1951 a Milano il primo Club italiano: il Milano Host.

Nel 1954 venne adottato il motto **"we serve"** (che ci piace tradurre **"noi siamo al servizio"**, piuttosto che con il letterale **"noi serviamo"**) che sintetizza e caratterizza la missione dei Lions come **"Club di servizio"**.

È l'unica Associazione non governativa ad aver partecipato alla stesura della Carta dell'ONU per le attività di servizio.

Oggi i Lions sono la più grande Associazione umanitaria non governativa esistente al mondo, con circa 1.400.000 soci, distribuiti in 45.000 Club, presenti in 206 Paesi. Il loro impegno, oltre alla lotta contro la cecità e la sordità, si estende alla lotta contro la droga, il diabete, l'analfabetismo, la trivellazione di pozzi per dare l'acqua ai Paesi più poveri, la costruzione di orfanotrofii e ospedali, fornendo le apparecchiature necessarie e addestrando personale medico ed infermieristico.



Nella nostra provincia i Lions posseggono inoltre un'apprezzatissima scuola di cani guida, che fornisce ogni anno gratuitamente almeno 50 cani a persone non vedenti.

Scopi del Lionismo

- Creare e promuovere uno spirito di comprensione fra i popoli del mondo.
- Promuovere i principi di buon governo e di buona cittadinanza.
- Prendere attivo interesse al bene civico, culturale, sociale e morale della Comunità.
- Unire i club con i vincoli dell'amicizia, del cameratismo e della reciproca comprensione.
- Stabilire una sede per la libera ed aperta discussione di tutti gli argomenti di interesse pubblico, con la sola eccezione della politica di parte e del settarismo confessionale.
- Incoraggiare le persone che si dedicano al servizio a migliorare la loro Comunità senza scopo di lucro e promuovere un costante elevamento del livello di efficienza e di serietà morale nel commercio, nell'industria, nelle professioni, negli incarichi pubblici e nel comportamento in privato.

Il Codice Etico dei Lions

- Dimostrare con l'eccellenza delle opere e la solerzia del lavoro la serietà della vocazione al Servire.
- Perseguire il successo, domandare le giuste retribuzioni e conseguire i giusti profitti senza pregiudicare dignità e l'onore con atti sleali ed azioni meno che corrette;
- Ricordare che nello svolgere la propria attività non si deve danneggiare quella degli altri: essere leali con tutti e sinceri con se stessi.
- Affrontare con spirito di altruismo ogni dubbio o pretesa nei confronti di altri e, se necessario, risolverli anche contro il proprio interesse.
- Considerare l'amicizia un fine e non un mezzo, nella convinzione che la vera amicizia non esiste per i vantaggi che può offrire, ma per accettare i benefici dello spirito che la anima.
- Avere sempre presenti i doveri di cittadino verso la Patria, lo Stato, la Comunità nella quale ciascuno vive: prestare loro con lealtà sentimenti, opere, lavoro, tempo e denaro.
- Essere solidali con il prossimo mediante l'aiuto ai deboli, i soccorsi ai bisognosi, la simpatia ai sofferenti.
- Essere cauto nella critica, generoso nella lode, mirando a costruire e non a distruggere.



L'ACTEL - Accademia della Terza Età e del Tempo Libero

È stata istituita dal Lions Club Segrate Milano Porta Orientale nell'ambito del programma delle proprie attività di servizio culturale svolte nel territorio di Segrate fin dal 1975.

Uno degli scopi statutari dell'Associazione Internazionale dei Lions Club è infatti quello di **“prendere attivo interesse al bene civico, culturale, sociale e morale della comunità”**.

Inaugurata il 3 marzo 1990, ACTEL è un'associazione di volontariato *no profit*, iscritta fin dall'inizio nei Registri Regionali e Provinciali delle Associazioni di Promozione Sociale (APS) e nell'Albo Comunale delle Associazioni di Volontariato di Segrate. Essa è oggi un'Associazione del Terzo Settore (ATS) regolarmente iscritta nel Registro Unico Nazionale del Terzo Settore (RUNTS).

L'ACTEL si rivolge a tutti i cittadini di Segrate e non solo, per contribuire al loro arricchimento culturale e alla valorizzazione del loro tempo libero, offrendo incontri culturali (lezioni, conferenze, corsi di lingue, attività di tempo libero, visite guidate a musei, mostre, città d'arte, etc.) che costituiscono anche un'occasione di incontro e socializzazione per una migliore qualità della vita.

SEDE E SVOLGIMENTO DEI CORSI

LE LEZIONI DI CULTURA GENERALE

si svolgeranno nella **Sala Conferenze del Centro Civico di MilanoDue** in Via di Spina 10 o in alternativa nell'**Aula Fioravante Pisani** presso la Sede dell'ACTEL sempre nel Centro Civico di MilanoDue.

I CORSI DI LINGUE E I LABORATORI

si svolgeranno presso la Sede dell'ACTEL.

La Segreteria sarà a disposizione degli interessati (informazioni, iscrizioni, prenotazioni, ecc.) dal martedì al giovedì **dalle ore 15,30 alle ore 17,30**.

L'attività dell'ACTEL sarà sospesa nelle seguenti date:

- 8 Dicembre 2025
- Dal 20 Dicembre 2025 al 6 Gennaio 2026
- Dal 2 al 6 Aprile 2026

L'inaugurazione dell'Anno Accademico si terrà lunedì 20 Ottobre 2025 alle ore 15,30 nella Sala Conferenze del Centro Civico di Milano2 alla presenza delle Autorità.

La chiusura dell'Anno Accademico è prevista per **mercoledì 27 Maggio 2026**.

PRESENTAZIONE DEI PROGRAMMI

Il programma è diviso in:

SEZIONE 1 – CULTURA GENERALE

SEZIONE 2 – CORSI DI LINGUE STRANIERE

SEZIONE 3 – LABORATORI E TEMPO LIBERO

All'interno di ciascuna sezione sono raggruppate le singole materie con gli argomenti di volta in volta trattati dai docenti.

L'ordine delle materie nel presente libretto è per aree tematiche.

Per una migliore visione d'insieme delle stesse è stato redatto alla fine del presente libretto un calendario degli incontri.



SEZIONE 1

CORSI DI CULTURA GENERALE

AREA UMANISTICA

A - LETTERATURA

- A1 - Dott. Luigi Gavazzi**
A2 - Prof.ssa Eleonora Cabrini
A3 - Dott. Bruno Olivieri

Gruppi di lettura
Incontri fra musica e letteratura
Umoristi di tutto il mondo unitevi!

B - STORIA

- B1 - Ing. Mauro Lanzi**
B2 - Prof. Flavio Rurale
B3 - Prof. Guglielmo Lozio
B4 - Prof. Guglielmo Lozio

La caduta del nazismo
Sottrarre le donne all'oblio
Le rivoluzioni per i tedeschi
Teodora: l'ascesa di un'imperatrice

C - STORIA DELL'ARTE E ARCHEOLOGIA

- C1 - Prof.ssa Rosa G. Piazzardi** L'arte dei popoli del settentrione
C2 - Dott.ssa Barbara Bianco/ Dott. Gianluca Poldi Introduzione alle mostre programmate

D - COSTUME

- D1 - Prof.ssa Inge Botteri** Parole, costumi, testi

A1 - LETTERATURA



Docente: Dott. Luigi Gavazzi

Oltre alla esperienza di scrittura giornalistica in Mondadori e come free-lance, la consulenza editoriale per alcune case editrici e aziende; la pubblicazione di due libri sui gruppi di lettura), tengo vari corsi di formazione per biblioteche, associazioni culturali e insegnanti, e ho sviluppato le competenze specifiche sull'autobiografia frequentando per tre annualità i corsi della Libera Università dell'autobiografia di Anghiari (Arezzo).

Titolo: Gruppi di lettura

Sono proposti quattro titoli da leggere e successivamente commentare negli incontri programmati con cadenza almeno mensile.

Gli incontri si svolgono dalle 15.30 alle 17.00

Giovedì 23 Ottobre 2025

Incontro introduttivo

Martedì 27 Gennaio 2026

Domenico Starnone - *Confidenza* (2021) - Einaudi

Pietro vive con Teresa un amore tempestoso. Dopo l'ennesimo litigio, a lei viene un'idea: raccontami la cosa di cui ti vergogni di più, io farò altrettanto. E rimarremo uniti per sempre. Si lasceranno, naturalmente, poco dopo. Ma una relazione finita è spesso la miccia per quella successiva, soprattutto per chi ha bisogno di conferme. Così, quando Pietro incontra Nadia, s'innamora all'istante della sua ritrosia, della sua morbidezza dopo tanti spigoli. Pochi giorni prima delle nozze, però, Teresa magicamente ricompare

Martedì 24 Febbraio 2026

Colson Whitehead - *La ferrovia sotterranea* (2017) - Sur

Nella Georgia della prima metà dell'Ottocento, la giovane schiava nera Cora decide di tentare la fuga dalla piantagione di cotone in cui vive in condizioni disumane, e insieme all'amico Caesar comincia un arduo viaggio verso il Nord e la libertà.

Servendosi di una misteriosa ferrovia sotterranea, Cora fa tappa in vari stati del Sud dove la persecuzione dei neri prende forme diverse e altrettanto raccapriccianti. Aiutata da improbabili alleati e inseguita da uno spietato cacciatore di taglie, riuscirà a guadagnarsi la salvezza?

Martedì 7 Aprile 2026

Alcide Pierantozzi - *Lo sbilico* (2025) - Einaudi

Cosa accade quando la realtà si smaglia, e lascia entrare l'allucinazione? Quando la paura ti avvinghia e si accorcia il respiro? Quando l'unico modo che hai per stare al mondo è vivere su un precipizio, nello «sbilico» delle cose?

Martedì 19 Maggio 2026

Han Kang - *Non dico addio* (2024) - Adelphi

Dalla scrittrice premio Nobel 2024. Tre donne, unite dal filo invisibile della memoria, che con determinazione si rifiutano di dimenticare, di dire addio e troncare il lega-me con chi non c'è più. Con la sua scrittura al contempo lirica e implacabilmente precisa, fatta di «istanti congelati in volo che brillano come cristalli», Han Kang riesce a raccontare questa pagina buia della storia, non solo coreana, consegnando al lettore un romanzo doloroso, lucido e poetico – dove la frontiera tra sogno e realtà, tra visibile e invisibile, sfuma fin quasi a svanire. Un romanzo che lei stessa ha definito «una candela accesa negli abissi dell'anima umana».

A2 - LETTERATURA



Docente: Prof.ssa Eleonora Cabrini

Nata a Milano, dopo aver conseguito la maturità scientifica, si è laureata presso l'Università Cattolica di Milano in Lettere Moderne con una tesi in Storia della Musica. Ha iniziato la carriera scolastica, insegnando letteratura italiana e latina in varie sedi, e poi, per più di tre decenni, prestando servizio al Liceo Machiavelli di Pioltello, attività conclusasi nel 2017. Nell'istituto ha rivestito anche svariati incarichi, oltre alla didattica in classe, tra cui: responsabile della gestione della Biblioteca dell'Istituto, collaboratore della Presidenza, referente della Qualità per diversi anni. Ha ideato e realizzato numerosi progetti per le attività extra-curricolari a carattere culturale di vario tipo: lezioni di "Letteratura e musica", referente per l' "Ensemble musicale" dell'Istituto, responsabile del Giornale d'Istituto "La Macchia", organizzatrice e docente del "Corso di Giornalismo e conduzione radio-televivisiva". Ha progettato e organizzato eventi teatrali con gli studenti in occasione della "Giornata della memoria", della "Giornata della donna", della "Giornata dei migranti" e delle Giornate delle premiazioni dell'Istituto. Ha collaborato e pubblicato, presso la casa editrice SEI, quindici "Percorsi didattici" sulla Divina Commedia, suggerendo uno studio innovativo dell'opera dantesca nel centenario della morte del poeta.

Titolo: Incontri fra musica e letteratura: suggerimenti letterarie e musicali dell'800 italiano

Il corso di letteratura e musica quest'anno prevede una panoramica sulle esperienze letterarie del XIX secolo, con un'attenzione particolare agli artisti del Romanticismo italiano.

Le lezioni si svolgono dalle 15.30 alle 17.00

Giovedì 5 Febbraio 2026 Omaggio a Foscolo: lettura musicale del carme "Dei Sepolcri"

Il grande poeta riflette sull'importanza della tomba, della bellezza e della poesia. Il carme "Dei sepolcri", opera compatta e conclusa, nei suoi 295 versi affronta il tema dell'utilità delle tombe, descrive i vari riti funebri e le tombe dei grandi del passato custoditi in Santa Croce a Firenze. Illustra infine il valore della poesia che sa eternare le virtù molto più delle tombe, poiché rimane nella memoria collettiva e non si distrugge con il tempo.

La poesia viene commentata a livello musicale con brani scelti dalle opere di autori coevi, W. A. Mozart e L. van Beethoven, cercando legami e rapporti tra i linguaggi letterari e musicali.

Giovedì 12 Febbraio 2026 Voci e suoni del Romanticismo: Leopardi e Chopin

La grandezza del messaggio leopardiano veicolata attraverso alcune delle sue poesie più note trova un degno accompagnamento con le note del pianoforte di Chopin. Entrambi gli artisti, ognuno nel suo ambito, forniscono riflessioni sulla vita, sulla natura e parlano ancor oggi al cuore dell'uomo moderno.

Saranno considerati gli "Idilli" di Leopardi, poesie dall'aspetto intimista, che parlano però a tutta l'umanità, illustrati attraverso i "Preludi" e i "Notturni" di Chopin, quel pianismo caratterizzato da suoni suggestivi e commoventi.

Giovedì 19 Febbraio 2026 Manzoni e Verdi: due interpreti dell'800 italiano

È nel mondo del romanzo e dell'opera lirica che due artisti eccezionali propongono le loro idee in un periodo storico ricco di fermenti e fervori. Il romanzo di Alessandro Manzoni, oltre ad essere la fucina della lingua italiana, propone temi storici, politici, sociali e personali con grande abilità e maestria. I lavori musicali di Giuseppe Verdi rivoluzionano il concetto di opera lirica e aprono scenari innovativi, con tematiche moderne, scandagliando attraverso arie, duetti, cavatine, la psicologia dei personaggi sulla scena. Manzoni e Verdi vengono messi a confronto attraverso le tematiche e i protagonisti delle loro opere.

Giovedì 26 Febbraio 2026 L'esperienza futurista fra modernità e avanguardia

All'inizio del XX secolo si sviluppa in Italia un movimento artistico, e non solo, che propone i concetti di modernità e di avanguardia: è l'esperienza futurista, che si diffonde tra aspetti positivi e negativi. Attraverso le letture dei vari "Manifesti" tecnici, da quello della letteratura a quello della musica, potremo considerare sia l'utilizzo di un linguaggio artistico particolare sia l'arte musicale dei rumori, tutti elementi che sono segni evidenti di un cambiamento di mentalità e di società. Si presenteranno poi gli sviluppi successivi soprattutto in ambito musicale arrivando alle soluzioni elettroniche e atonali.

A3 - LETTERATURA



Docente: Dott. Bruno Olivier

(Milano, 1955) è giornalista professionista e scrittore. Come giornalista si è specializzato nel settore dell'information design. Ha lavorato in diversi ambiti dello spettacolo ed è stato direttore artistico del festival Bordighera Città dell'Umorismo. Per la rivista Riza Psicosomatica ha curato l'edizione speciale dedicata alle virtù terapeutiche dell'umorismo: *La risata - Il migliore dei farmaci*.

Titolo: Umoristi di tutto il mondo unitevi!

Un percorso di letture commentate fra pagine scelte della letteratura umoristica nazionale e internazionale. Considerata - soprattutto in Italia e per molto tempo - la cenerentola dei generi letterari, la letteratura umoristica si è conquistata progressivamente lo spazio che si merita nelle scelte dei lettori. Durante gli incontri faremo delle "incursioni" fra le pagine di autori noti e meno noti sia italiani che stranieri, alla ricerca di quegli intrecci che, fra una risata e uno spunto di riflessione di maggiore profondità, fanno degli umoristi una categoria così amata. Sono le virtù terapeutiche dell'umorismo a fare di loro degli autentici benefattori dell'umanità.

Le lezioni si svolgono dalle 15.30 alle 17.00

Giovedì 4 Dicembre 2025 1° Incontro

Giovedì 18 Dicembre 2025 2° Incontro

B1 - STORIA



Docente: Ing. Mauro Lanzi

Laureato in ingegneria elettronica presso il Politecnico di Milano, ha svolto il suo intero iter professionale presso società manifatturiere del settore telecomunicazioni, esportando lavoro e tecnologia italiani in tutto il mondo. Dirigente industriale in pensione da alcuni anni, dopo un periodo impegnato in consulenze a varie PMI lombarde, orientate a sviluppare la propria attività all'estero, è tornato a coltivare l'antica passione per le materie umanistiche, retaggio degli studi classici compiuti al liceo Parini. La storia, in particolare, è il suo principale interesse.

Titolo: La caduta del nazismo

Gli ultimi mesi della seconda guerra mondiale dallo sbarco in Normandia alla caduta del regime nazista.

Le lezioni si svolgono dalle 15.30 alle 17.00

Mercoledì 5 Novembre 2025 1° Incontro

Mercoledì 12 Novembre 2025 2° Incontro

Mercoledì 19 Novembre 2025 3° Incontro

B2 - STORIA



Docente: Prof. Flavio Rurale

Insegna Storia moderna presso l'Università degli studi di Udine. Le sue ricerche riguardano la storia politica e culturale della Chiesa romana e degli ordini religiosi nei secoli XV-XVII, con particolare riferimento all'area spagnola (la Milano di Carlo e Federico Borromeo) e ai ducati padani di Mantova e Modena. Centrato sulle vicende della Compagnia di Gesù è il testo del 1992, *I gesuiti a Milano. Religione e politica nel secondo Cinquecento* (Roma, Bulzoni). Nel 2008 è uscito per i tipi di Carocci (Roma), *Monaci, frati e chierici. Gli Ordini religiosi in età moderna*; del 2018 è il volume: *Ecclesiastico e gentiluomo. Clero, sesso e politica nella prima età moderna* (Sette Città, Viterbo).

Titolo: Sottrarre le donne all'oblio: letterate e scienziate (secoli XVII-XVIII)

Gli incontri intendono porre l'attenzione sull'attività scientifica e letteraria di alcune figure femminili del '6-'700 europeo, un modo per contribuire a colmare un vuoto, recuperando il lavoro di studiose e studiosi che negli ultimi decenni hanno capito che non è stato un bene cancellare le donne dai libri di storia e riservare loro, in ogni aspetto della loro vita, un trattamento di seconda classe.

Le lezioni si svolgono dalle 15.30 alle 17.00

Venerdì 16 Gennaio 2026 1^a parte

Venerdì 30 Gennaio 2026 2^a parte

Venerdì 13 Febbraio 2026 3^a parte

B3 - STORIA



Docente: Prof. Guglielmo Lozio

Nato nel 1949 a Bariano (BG), residente a Milano. Insegnante in pensione di Italiano e Storia presso Istituti di Scuola Media Superiore. Autore di testi scolastici per il Biennio della Scuola Media Superiore. Attualmente coordinatore di "e-storia" rivista divulgativa elettronica di Storia, distribuita gratuitamente via mail e rintracciabile anche in Internet.

Titolo: Le rivoluzioni dei tedeschi

Si parlerà del rifiuto dei tedeschi di adottare i valori della Rivoluzione americana e della Rivoluzione francese che porterà come conseguenza l'instaurazione del regime nazista.

Le lezioni si svolgono dalle 15.30 alle 17.00

Martedì 13 Gennaio 2026 1^a parte

Martedì 20 Gennaio 2026 2^a parte

B4 - STORIA



Docente: Prof. Guglielmo Lozio

Nato nel 1949 a Bariano (BG), residente a Milano.
Insegnante in pensione di Italiano e Storia presso Istituti
di Scuola Media Superiore.
Autore di testi scolastici per il Biennio della Scuola Media Superiore.
Attualmente coordinatore di "e-storia" rivista divulgativa elettronica
di Storia, distribuita gratuitamente via mail e rintracciabile anche
in Internet.

C1 - STORIA DELL'ARTE E ARCHEOLOGIA



Docente: Prof.ssa Rosa Gemma Piazzardi

È nata a Voghera, all'Università di Pavia si è laureata in Lettere
Classiche con una tesi sugli Etei o Ittiti. Ha partecipato a campagne
di scavo nelle città Etei di Milid presso Malatya e di Kanesh vicino
a Kayseri in Turchia. Dopo il Medio Oriente ha esteso le sue ricerche
in Pakistan, alla civiltà della valle dell'Indo, al Sud est Asiatico ed alla
Mesoamerica. Nel dicembre 2007 ha partecipato ad una campagna
di scavo a Lopburi (Thailandia) dove sono stati rinvenuti importanti
reperti dell'età neolitica e negli anni 2008-09 a scavi a Fossombrone
(Marche), l'antica Forum Sempronii.
Ha insegnato nelle scuole superiori di Milano ed è stata preside
di una scuola nel centro della stessa città.
Ha collaborato a giornali e riviste scrivendo romanzi ambientati
nei luoghi delle sue ricerche, ultimo fra questi "Il fantasma di Dogali".

Titolo: Teodora - l'ascesa di una imperatrice

Le lezioni si svolgono dalle 15.30 alle 17.00

Martedì 5 Maggio 2026 1^a parte

Martedì 12 Maggio 2026 2^a parte

Titolo: L'arte dei popoli del settentrione

Le lezioni si svolgono dalle 15.30 alle 17.00

Mercoledì 14 Gennaio 2026 L'arte dei Germani

Mercoledì 21 Gennaio 2026 L'arte dei Celti

Mercoledì 28 Gennaio 2026 L'arte dei Vichinghi

Mercoledì 4 Febbraio 2026 La religione, i culti solari, i miti, le case,
le tombe

C2 - STORIA DELL'ARTE E ARCHEOLOGIA



Docenti: Dott.ssa Barbara Bianco

Assessore alla cultura Comune di Segrate



Dott. Gianluca Poldi

Presidente Consiglio Comunale Comune di Segrate

D1 - COSTUME



Docente: Prof.ssa Inge Botteri

Inge Botteri, ha insegnato "Storia contemporanea" e "Storia del corpo e del comportamento" presso l'Università Cattolica del Sacro Cuore-sede di Brescia.

Tra le sue pubblicazioni si possono ricordare: *Galateo e galatei. L'istituzione della società nella trattatistica italiana tra Antico Regime e Stato liberale* Bulzoni 1999, *Suite italiana*.

Costumi, caratteri, dispute da Calepio a Leopardi Viella 2018. Con Daniela Romagnoli ha curato *Le forme del vivere civile tra Medioevo ed modernità. Temi, fonti, storiografia* in "Cheiron" 2002.

Titolo: Introduzioni alle visite guidate

I due rappresentanti della nostra Amministrazione si alterneranno nell'illustrare il contesto storico e artistico in cui sono vissuti gli autori presentati nelle mostre le cui visite saranno programmate dall'ACTEL nel corso dell'anno.

Le lezioni si svolgeranno dalle 15.30 alle 17.00 in giorni antecedenti le visite che saranno definiti di volta in volta

Per la visita alla mostra su Pellizza da Volpedo presso il Museo di Arte Moderna di Via Palestro a Milano (prevista per venerdì 14 Novembre) l'incontro si svolgerà:

Giovedì 30 Ottobre 2025

Titolo: Parole, costumi, testi

Le parole riflettono in ogni epoca il sentire del tempo. E, pur restando uguali, ciò che significano muta nel tempo. Hanno quindi una storia da raccontare. Ho scelto quattro parole. Sono dei macro-concetti, dei contenitori pieni di storia e di storie. Per ciascuna di conseguenza, c'è una vasta letteratura. Esse sono: **salotto, vacanze, beneficenza**.

Le lezioni si svolgono dalle 15.30 alle 17.00

Mercoledì 4 Marzo 2026 1° Incontro

Mercoledì 11 Marzo 2026 2° Incontro

Mercoledì 18 Marzo 2026 3° Incontro

Mercoledì 25 Marzo 2026 4° Incontro



SEZIONE 1

CORSI DI CULTURA GENERALE

AREE DIVERSE

E - MEDICINA E SALUTE

- E1 - Dott. Federico Bozzetti** La prevenzione oncologica
E2 - Dott. Paolo Ronchi I tumori della testa e del collo
Dott.ssa Antonella Borghi
- E3 - Prof. Giuseppe Chiumello** Conoscenza del proprio corpo e prevenzione
E4 - Dott.ssa Elena Mangiagalli Il bioritmo lunare

F - SCIENZA E TECNOLOGIA

- F1 - Prof. Col. Mario Giuliacci** La storia dell'atmosfera da 4,5 miliardi di anni fa
- F2 - Prof. Ing. Matteo Romano** Transizione energetica – Opportunità e sfide
- F3 - Prof. Ing. Valeria Russo** L'energia nucleare – Passato, presente e futuro
- F4 - Ing. Tommaso Ghidini** A passeggi fra le stelle
- F5 - Avv. Alberto Trapani** Considerazioni sull'intelligenza artificiale

G - ECONOMIA

- G1 - Dott.ssa Chiara Cavallini** Pillole di finanza

H - ENOLOGIA

- H1 - Dott. Franco Facchi** Corso teorico-pratico di enologia

I - SOCIETÀ

- I1 - Ass. Livia Achilli** Le truffe agli anziani – come riconoscerle e difendersi
- I2 - Ass. Francesco Di Chio** Il piano di governo del territorio di Segrate
- I3 - Dott.ssa Silvia Sperandio** Case di comunità e altre novità in arrivo
- I4 - Ing. Luciano Russo** Le donazioni di organi

E1 - MEDICINA E SALUTE



Docente: Dott. Federico Bozzetti

*Nato nel 1944 a Milano, laurea in Medicina e specializzazione in Chirurgia e in Oncologia.
1971-2003 Chirurgo Oncologo presso Istituto Tumori Milano, con particolare esperienza nel settore senologico e gastroenterico (posizione finale: Direttore Chirurgia Apparato Digerente) e Direttore della Unità di Supporto Nutrizionale.
2004-2007 Professore a contratto di Oncologia, Facoltà di Medicina, Università di Milano.
2008 ad ora, libero professionista e impegnato in varie missioni come chirurgo di guerra con EMERGENCY per lo più in Africa, e attualmente Coordinatore medico della Associazione Segratese Lotta contro il Cancro (ASLC), organizzazione di volontariato per la prevenzione dei tumori. Insignito del riconoscimento dell'APE D'ORO a Segrate e di Honorary member della European Society for Clinical Nutrition and Metabolism. Autore di circa 310 pubblicazioni scientifiche (registerate su PUBMED).*

E2 - MEDICINA E SALUTE



Docenti: Dott. Paolo Ronchi

Medico specialista in chirurgia maxillo-facciale. Dal 1992 al 2018 è stato primario di chirurgia maxillo-facciale presso l'Ospedale S. Anna di Como, dove si è ampiamente occupato di oncologia della testa e del collo. Andato in pensione nel 2018 si è impegnato attivamente nella Onlus-ODV "Tra Capo e Collo", di cui è attualmente presidente, che si occupa di assistenza ai pazienti affetti da queste neoplasie, nonché di prevenzione e informazione su questi tumori.



Dott.ssa Antonella Borghi

Diplomata come "Economia Dietista" all'Istituto Giulio Natta di Milano. Lavora presso l'Ospedale S. Anna di Como in qualità di dietista.

Titolo: La prevenzione oncologica

Le lezioni si svolgono dalle 15.30 alle 17.00

- Martedì 18 Novembre 2025** Età "cronologica o biologica". Quale condiziona di più invecchiamento - longevità e insorgenza di tumori?
- Giovedì 15 Gennaio 2026** Esercizio fisico e prevenzione tumorale: un aggiornamento
- Giovedì 5 Marzo 2026** Nutrienti e prevenzione tumorale: un aggiornamento

Titolo: I tumori della testa e del collo: una corretta alimentazione per la prevenzione

La lezione si svolge dalle 15.30 alle 17.00

Mercoledì 18 Febbraio 2026

E3 - MEDICINA E SALUTE



Docente: Prof. Giuseppe Chiumello

Professore ordinario già direttore della Clinica Pediatrica presso l'Università Vita-Salute San Raffaele.

Laureato con lode in Medicina e Chirurgia all'Università di Milano nel 1960, specializzato in pediatria, diabetologia, endocrinologia. Dal 1975 professore di ruolo e Direttore della Clinica Pediatrica. Nel 1979 visiting professor presso Endocrine Unit, Children Hospital, University of Pittsburgh. È membro dell'editorial board di Hormone Research, Pediatric Diabetes, Hormones; già presidente della Società Italiana di Pediatria preventiva e sociale e dell'European Society of Pediatric Endocrinology; membro del Consiglio della Società Italiana di Pediatria e dell'International Society of Pediatric and Adolescent Diabetology; esperto della Commissione Unica del Farmaco e del Consiglio Superiore di Sanità. Fra i campi di maggior interesse della sua attività clinica e di ricerca vi è l'area di endocrinologia e diabetologia dell'infanzia e dell'adolescenza, in particolare dello sviluppo, obesità, patologia puberale, tiroidea, diabete di tipo I. Per i suoi meriti è stato anche insignito dell'Ambrogino d'oro dal Comune di Milano.

Titolo: La conoscenza del proprio corpo è la base di ogni prevenzione

Le lezioni si svolgono dalle 15.30 alle 17.00

Martedì 3 Marzo 2026 1^a parte

Martedì 10 Marzo 2026 2^a parte

Martedì 17 Marzo 2026 3^a parte

Martedì 24 Marzo 2026 4^a parte

E4 - MEDICINA E SALUTE



Docente: Dott.ssa Elena Mangiagalli

Laureata con lode in Medicina e Chirurgia presso l'Università degli Studi di Milano nel 1996. Nell'anno 2002 consegne il master in "Rieducazione Posturale Globale metodo Pancafit". Nell'anno 2007 consegne il diploma alla scuola triennale di medicina fisiologica di regolazione presso la PRM accademy di Milano. Trattamento della patologia acuta, funzionale e cronica attraverso l'utilizzo della medicina integrata. Nell'anno 2011 consegne il diploma di medicina funzionale regolatoria presso l'accademia A.I.M.F., disciplina che prevede il riequilibrio del sistema neurovegetativo. Nell'anno 2016 consegne a Berlino il "Master in Terapia Neurale" per il trattamento del dolore acuto e cronico. Nell'anno 2019 consegne il master di secondo livello in ossigeno-ozono terapia. Svolge da sempre l'attività libero professionale nel proprio studio medico in provincia di Milano, dove applica quotidianamente terapie integrate per le patologie acute e croniche legate al dolore, al metabolismo, allo stress ossidativo, al sistema endocrino. Il paziente viene indagato sul piano fisico ed emotivo, essendo quest'ultimo molto spesso il "primum movens" di un sintomo; questo aspetto viene valutato anche grazie a studi di medicina funzionale alchemica secondo la quale la persona è vista come un'unità indissolubile costituita da: Corpo, Mente, Anima.

Titolo: Il bioritmo lunare: le 4 fasi del ciclo lunare ed il loro significato nella quotidianità

La lezione si svolge dalle 15.30 alle 17.00

Mercoledì 6 Maggio 2026

F1 - SCIENZA E TECNOLOGIA



Docente: Lions Prof. Mario Giulacci

Laureato in Fisica all'Università di Roma, si è sempre interessato di meteorologia, dapprima nell'Aeronautica Militare, dirigendo a lungo il Centro Meteorologico di Milano-Linate e successivamente nel Centro Epson, per il quale ha curato le previsioni del tempo per reti televisive e radiofoniche e per importanti quotidiani. Ha tenuto molti corsi universitari presso la Facoltà di Fisica dell'Università di Milano e la Facoltà di Scienze Ambientali di Milano Bicocca. Ha pubblicato numerosi libri.

Titolo: La storia dell'atmosfera da 4,5 miliardi di anni fa ad oggi

Le lezioni si svolgono dalle 15.30 alle 17.00

Martedì 28 Ottobre 2025 1^a parte

Martedì 4 Novembre 2025 2^a parte

F2 - SCIENZA E TECNOLOGIA



Docente: Prof. Ing. Matteo Romano

Professore Ordinario di Sistemi per l'Energia e l'Ambiente presso il Dipartimento di Energia del Politecnico di Milano, dove è membro del gruppo di ricerca di Sistemi di Conversione dell'Energia "Gecos" e dove è docente dei corsi "Energy Conversion Technologies and Industry Decarbonization" e "Sustainable Energy in Food Industry". Presso il Politecnico di Milano ha conseguito una laurea in Ingegneria ambientale e un dottorato di ricerca in Ingegneria Energetica.

La sua attività di ricerca si focalizza sul supporto allo sviluppo di tecnologie per la riduzione di emissioni da processi industriali, basati su cattura di CO₂, elettrificazione e idrogeno. È autore di oltre 130 articoli scientifici e 8 brevetti su tecnologie per la riduzione di emissioni di CO₂. È associate editor della rivista scientifica internazionale Elsevier International Journal of Greenhouse Gas Control.

Titolo: Transizione energetica Opportunità e sfide, dalle energie rinnovabili alla cattura della CO₂

La transizione energetica rappresenta una delle più complesse sfide tecniche e sociali che l'umanità dovrà affrontare nei prossimi decenni, in un delicato equilibrio tra conservazione ambientale e prosperità. In queste lezioni, verrà inizialmente discusso il ruolo delle fonti di energia fossile, la loro disponibilità e il loro impatto sul riscaldamento globale. Verrà quindi presentato lo stato di sviluppo delle tecnologie emergenti a basse emissioni, quali le energie rinnovabili, il nucleare, l'idrogeno e la cattura e stoccaggio di CO₂, discutendo il ruolo che queste potranno avere nella decarbonizzazione dell'energia elettrica, dell'industria e dei trasporti.

Le lezioni si svolgono dalle 15.30 alle 17.00

Mercoledì 11 Febbraio 2026 1^a parte

Mercoledì 25 Febbraio 2026 2^a parte

F3 - SCIENZA E TECNOLOGIA



Docente: Prof.ssa Ing. Valeria Russo

Professore associato di Fisica della Materia presso il Dipartimento di Energia del Politecnico di Milano, dove insegna Fisica Atomica a studenti dei Corsi di Studio in Ingegneria Nucleare e in Ingegneria dei Materiali e delle Nanotecnologie e fa parte del collegio dei docenti del programma di dottorato in Scienze e Tecnologie Energetiche e Nucleari.

I suoi interessi di ricerca si collocano nel campo della fisica dei materiali innovativi, ad esempio materiali 2D (bidimensionali), nanomateriali a base di carbonio (grafene, nanotubi, nanodiamanti) e nanosistemi per applicazioni non convenzionali in diversi ambiti, in particolare in quello energetico (fotovoltaico, fotocatalisi, fissione e fusione nucleare, ecc.). Tra articoli su riviste scientifiche e capitoli di libri, ha all'attivo oltre 90 pubblicazioni. Ha presentato le sue ricerche in numerose conferenze nazionali e internazionali.

**Titolo: Transizione energetica
L'energia nucleare ieri, oggi, domani
Fissione e fusione**

Le lezioni si svolgono dalle 15.30 alle 17.00

Martedì 14 Aprile 2026 1^a parte

Martedì 21 Aprile 2026 2^a parte

F4 - SCIENZA E TECNOLOGIA



Docente: Ing. Tommaso Ghidini

Ingegnere meccanico con un PhD in Meccanica della Frattura sperimentale e numerica ottenuto all'università di Paderborn in Germania e svolto interamente all'istituto di Ricerca dei Materiali del Centro Aerospaziale Tedesco, a Colonia. All'Agenzia Spaziale Europea (ESA) è a capo della Divisione che si occupa di garantire l'integrità strutturale dell'intera gamma di programmi e missioni spaziali dell'agenzia ed è, inoltre, il coordinatore del progetto europeo sullo sviluppo della stampa 3D per applicazioni spaziali, una tecnologia strategica per le prossime missioni lunari e marziane. Collabora anche con il Dipartimento di Mecchanica del Politecnico di Milano, dove ha tenuto il primo corso europeo sulla stampa 3D di componenti per lo spazio, destinato agli studenti di ingegneria meccanica e aerospaziale. Portavoce ufficiale dell'ESA, è attivissimo nella divulgazione scientifica e tiene speech molto apprezzati. Parallelamente alle sue attività istituzionali, coltiva incessantemente la grande passione per il volo.

Titolo: A passeggio fra le stelle

Accompagnati da un protagonista faremo un appassionante viaggio alla scoperta dell'universo e delle esplorazioni dello spazio già in corso e programmate per il prossimo futuro.

**La lezione si svolgerà dalle 15.30 alle 17.00 in data ancora da definire
nella seconda parte dell'Anno Accademico**

F5 - SCIENZA E TECNOLOGIA



Docente: Avv. Alberto Trapani

Presidente Actel. Avvocato penalista, impegnato tra l'altro nelle vicende note come "Mani Pulite" e "Anni di Piombo" dove si distinse per aver garantito la difesa di "pentiti" e "irriducibili" senza mai schierarsi da una parte o dall'altra, fedele al principio costituzionale secondo cui tutti hanno diritto alla difesa. È stato Consigliere Tesoriere dell'Ordine Avvocati di Milano, Consigliere del Sindacato Nazionale Avvocati e vice presidente nazionale dell'Organismo Unitario dell'Avvocatura.

G1 - ECONOMIA



Docente: Dott.ssa Chiara Cavallini

Nata a Milano nel 1967 dopo gli studi di Ragioneria e Scienze Politiche entro in Banca Provinciale Lombarda nel 1990 all'ufficio titoli fino al 2005 quando superato il test di ammissione all'albo dei Consulenti Finanziari decido di intraprendere la libera professione per liberarmi dai vincoli aziendali e poter esercitare la mia attività in totale autonomia nell'interesse dell'investitore. Inizio l'attività di Consulente in Banca Patrimoni Sella per 3 anni per poi passare ad una piccola Sim di Udine dal 2008 al 2016. Attualmente esercito la mia professione in una Banca Private - IWBank Private Investment, e inseguo presso l'Università della terza età di Sesto San Giovanni dall'anno accademico 2009/2010.

Titolo: Considerazioni sull'intelligenza artificiale

Le lezioni si svolgono dalle 15.30 alle 17.00

Martedì 3 Febbraio 2026 1^a parte

Martedì 10 Febbraio 2026 2^a parte

Titolo: Pillole di finanza

Le lezioni si svolgono dalle 15.30 alle 17.00

Giovedì 6 Novembre 2025 1^a parte

Giovedì 13 Novembre 2025 2^a parte

Giovedì 27 Novembre 2025 3^a parte

Giovedì 11 Dicembre 2025 4^a parte

H1 - ENOLOGIA



Docente: Dott. Franco Facchi

Sono nato a Milano l'11/02/1950. Dal 1994 vivo a Peschiera Borromeo dove ho anche la sede della mia attività. Promotore finanziario per professione (che ho cessato soltanto nel 2024), la passione per l'enologia, che ho coltivato da sempre, deriva dai miei studi antecedente la laurea in economia (diploma di geometra) e dagli insegnamenti di mio padre. Poi, per pura passione a frequentare manifestazioni, visitare aziende e ad aggiornarmi. L'ufficio che possiedo, sotto casa mia, l'ha trasformato in una sede idonea a ricevere gruppi di amici, dove organizzo degustazioni e conferenze a tema sempre nell'ambito dell'enologia e dove ho un piccolissimo deposito dal quale distribuisco qualche bottiglia ad un gruppo ristretto e appassionato (non è una professione la mia, soltanto un hobby per il piacere di stare insieme in allegria).

Titolo: Corso di enologia e degustazione

Le lezioni si svolgono dalle 15.30 alle 17.00

Mercoledì 1 Aprile 2026 Cenni storici sulla coltura della vite e analisi visiva del vino

Mercoledì 8 Aprile 2026 Cenni sulle principali DOC italiane e relativi vitigni e analisi olfattiva

Mercoledì 15 Aprile 2026 Cenni di abbinamento cibo/vino e analisi gustativa

Mercoledì 22 Aprile 2026 Sessione pratica in cui si degusteranno 2 vini "alla cieca" - senza indicazione del vitigno

Nota bene:

L'ultima sessione è facoltativa e si svolgerà solo al raggiungimento di un numero minimo di 15 partecipanti e si terrà presso la sede del Docente in Peschiera Borromeo.

È previsto per quest'ultimo incontro un piccolo contributo da parte di ciascun partecipante.

I1 - SOCIETÁ



Docente: Avv. Livia Achilli

Assessore all'Avvocatura, Polizia Locale e Protezione civile del Comune di Segrate.

Titolo: Le truffe agli anziani Come riconoscerle e difendersi

La lezione si svolge dalle 15.30 alle 17.00

Mercoledì 29 Ottobre 2025

I2 - SOCIETÁ



Docente: Arch. Francesco Di Chio

Vice Sindaco del Comune di Segrate

Titolo: Come si progetta una città: il Piano di Governo del Territorio di Segrate

Come si decide dove costruire una scuola, un parco, una strada o una nuova zona residenziale? Chi stabilisce le regole per lo sviluppo della città e in base a quali criteri? Questo incontro vuole accompagnare i partecipanti alla scoperta del Piano di Governo del Territorio (PGT), lo strumento con cui i Comuni pianificano il proprio futuro.

Attraverso il caso concreto del Comune di Segrate, analizzeremo insieme come funziona il PGT, quali sono i suoi obiettivi e in che modo incide sulla vita quotidiana dei cittadini.

L'incontro non richiede conoscenze tecniche e si rivolge a chiunque voglia capire meglio come si trasforma il territorio urbano, con un linguaggio semplice e accessibile.

Un'occasione per diventare cittadini più consapevoli, capire le scelte urbanistiche che ci circondano e riflettere sul futuro della nostra città.

La lezione si svolge dalle 15.30 alle 17.00

Martedì 25 Novembre 2025

I3 - SOCIETÁ



Docente: Dott.ssa Silvia Sperandio

Laureata in Filosofia estetica all'Università di Firenze con Ermanno Migliorini, uno dei maggiori esperti di arte concettuale, è giornalista professionista dal 1992, redattrice del Sole 24 Ore per circa 20 anni. Si è occupata da sempre di arte contemporanea, grandi mostre, artisti affermati e emergenti, collaborando anche con testate come Donna Moderna, Arte (Giorgio Mondadori), Atelier e Segno. Come giornalista specializzata in tematiche di sanità (suo il blog Temasalute.it), è docente ai corsi dell'Ordine dei Giornalisti della Lombardia rivolti ai praticanti. Da 30 anni realizza opere a collage su cartoline postali che, dal 2023, espone in mostre personali e collettive.

Titolo: Case di comunità e altre novità in arrivo: come cambia la sanità sul territorio

Le lezioni verteranno sullo scenario che si va delineando nell'organizzazione dell'assistenza territoriale, con approfondimenti su temi di grande attualità e interesse. Si parlerà anche della prevenzione come primo pilastro fondamentale del Servizio sanitario nazionale.

Le lezioni si svolgono dalle 15.30 alle 17.00

Mercoledì 3 Dicembre 2025 1^a parte

Mercoledì 17 Dicembre 2025 2^a parte



Docente: Ing. Luciano Russo

Nato a Napoli mi sono trasferito alla fine degli anni sessanta a Monza per ragioni di lavoro. Dirigente industriale in pensione. Dal 2004 collabro con ACTEL dapprima in veste di docente in disparate materie, poi come Consigliere e responsabile della programmazione dei corsi annuali.



SEZIONE 2

CORSI DI LINGUA STRANIERA

Titolo: La donazione degli organi Un impegno sociale

La lezione si svolge dalle 15.30 alle 17.00

Martedì 2 Dicembre 2025

Saranno effettuati solo i corsi che raggiungono un numero minimo di 4 iscritti.

I corsi saranno tenuti da professori di madre lingua ed avranno una durata di 20 lezioni con cadenza settimanale di un'ora e mezza cadauna per gruppi numerosi (più di 6 allievi - totale 30 ore) o di un'ora per piccoli gruppi.

Agli allievi sarà richiesto il rimborso dei costi professionali.

CORSI DI LINGUA STRANIERA



Coordinatore: Sig.ra Sandra Tacchini

Nata in un paesino in provincia di Rovigo, si è presto trasferita con la famiglia a Milano, dove si è diplomata. Dopo una breve esperienza come segretaria in una società commerciale, con sede in Svizzera, facente parte di un importante gruppo italo-argentino di engineering, ha poi proseguito l'attività lavorativa nel settore bancario, ricoprendo diversi incarichi, tra cui quelle della Direzione Crediti, gestore imprese nei Centri Corporate e Credit Manager. Venuta a conoscenza dell'Actel nel 2012 e affascinata dai suoi programmi culturali, ne ha iniziato una preziosa collaborazione rielaborando – tra l'altro – le lezioni tenute dai docenti in modo da consentire l'edizione di un annuario che consenta di non disperdere la memoria dell'attività svolta negli anni dall'Actel.

L1 - Corsi di lingua inglese

L2 - Corsi di lingua francese

L3 - Corsi di lingua spagnola

L4 - Corsi di lingua tedesca

Per ciascuna lingua verranno effettuati, compatibilmente con le iscrizioni, corsi dei seguenti livelli:

- **Principianti**
- **Intermedio**
- **Conversazione**

L1 - CORSI DI LINGUA INGLESE



Docente: Prof.ssa Eleanor Canty

Nata in Irlanda e laureata a Cork (Irlanda) risiede a Milano2 dove ha dato numerose lezioni private. Da diversi anni è apprezzata insegnante presso la nostra ACTEL.

L2 - CORSI DI LINGUA FRANCESE



Docente: Prof.ssa Martine Bouveret

Nata in Francia. Ha insegnato lingua francese presso aziende prevalentemente francesi, impiantate in Italia (Multinazionali, Banche, Assicurazioni, Aziende di trasporti. Società di consulenza). Inoltre è impegnata in preparazione ad esami universitari. È docente presso il Collegio delle Università di Milano

L3 - CORSI DI LINGUA SPAGNOLA

Da definire

L4 - CORSI DI LINGUA TEDESCA

Da definire



M1 - GINNASTICA MENTALE

SEZIONE 3

LABORATORI E TEMPO LIBERO



Docente: Prof. Giuseppe Alfredo Iannoccarri

È laureato in psicologia clinica all'Università di Torino e in Economia Aziendale presso l'Università di Bologna.

Ha conseguito il Master in Neuropsicologia all'Università di Padova e il Dottorato di ricerca in psicologia clinica ad indirizzo neuropsicologico all'Università di Bergamo.

È socio fondatore e presidente dell'associazione Assomensana no profit dedicata alla ricerca scientifica e alla promozione sociale nel campo della prevenzione dell'invecchiamento mentale.

Dal 2005 insegna Scienze Umane all'Università Statale degli Studi di Milano ed è divulgatore scientifico e relatore in convegni specialistici nazionali ed internazionali.

M1 - Prof. Giuseppe Iannoccarri

Ginnastica mentale

M2 - Dott. Luigi Carlo Gavazzi

Scrittura creativa

M3 - Dott.ssa Chiara Battisti

Disegno

M4 - Sig.ra Maria Teresa Laissù

Corso di Yoga

**M5 - Ing. Luciano Russo
- Dott.ssa Anna Nebuloni**

Incontri con l'Arte

M6 - Sig.ra Sandra Tacchini

Gite e viaggi

M7 - Sig.ra Sandra Tacchini

Incontri con il Teatro

Titolo: Ginnastica mentale

Il laboratorio ha lo scopo di far conoscere e mettere in pratica le tecniche per migliorare le capacità cognitive e per prevenire l'invecchiamento mentale.

Sono stati organizzati tre gruppi di lavoro nei seguenti giorni:

- **Mercoledì dalle 9.15 alle 10.45**
- **Mercoledì dalle 11.00 alle 12.30**
- **Mercoledì dalle 14.15 alle 15.45**

Sono previsti per ciascun gruppo 25 incontri con cadenza settimanale a partire dal 5 novembre 2025.

Ai partecipanti sarà richiesto il rimborso dei costi professionali.

M2 - SCRITTURA CREATIVA



Docente: Dott. Luigi Carlo Gavazzi

Oltre alla esperienza di scrittura giornalistica in Mondadori e come free-lance, la consulenza editoriale per alcune case editrici e aziende; la pubblicazione di due libri sui gruppi di lettura), tengo vari corsi di formazione per biblioteche, associazioni culturali e insegnanti, e ho sviluppato le competenze specifiche sull'autobiografia frequentando per tre annualità i corsi della Libera Università dell'autobiografia di Anghiari (Arezzo).

Dopo le esperienze degli anni scorsi articolate su quattro-cinque incontri, su richiesta di molti dei partecipanti, quest'anno si propone un laboratorio più organico articolato su 10 incontri con cadenza almeno quindicina. Il docente inoltre dà la sua disponibilità ad assistere a distanza i partecipanti nelle loro esercitazioni fra un incontro e il successivo.
Ai partecipanti sarà richiesto il rimborso dei costi professionali. Il corso si svolgerà se si raggiungeranno almeno 4 partecipazioni.

Le lezioni si svolgono dalle 15.30 alle 17.00

Mercoledì 26 Novembre 2025

Mercoledì 10 Dicembre 2025

Giovedì 8 Gennaio 2026

Giovedì 22 Gennaio 2026

Giovedì 12 Marzo 2026

Giovedì 26 Marzo 2026

Giovedì 9 Aprile 2026

Giovedì 23 Aprile 2026

Giovedì 7 Maggio 2026

Giovedì 21 Maggio 2026

M3 - LABORATORIO DI DISEGNO



Docente: Dott.ssa Chiara Battisti

Laurea in Pittura conseguita nell'anno 2007 all'Accademia di Belle Arti di Brera. Insegnante di pittura e disegno presso l'Associazione Culturale Sinantropo di Segrate dal 2015.
Frequenza con atelier di Alessandro Papetti e Vincenzo Balena.
Assistente fotografo per still life e book.

Il corso a numero chiuso sarà di 12 lezioni con cadenza settimanale e si svolgerà di

Lunedì dalle 10.30 alle 12.20

Ai partecipanti sarà richiesto il rimborso dei costi professionali oltre all'acquisto del materiale didattico richiesto.

M4 - CORSO DI YOGA



Docente: Sig.ra Maria Teresa Laissù

Diplomata Ryt 200 alla scuola formazione insegnanti Yoga Alliance, Maria Teresa è oggi certificata Maestro Esperto di Yoga E-Ryt 500. È fondatrice e Presidente dell'Associazione SAKTI YOGA ASD che dal 2012 propone a Milano pratiche di Hatha Yoga, Kundalini Yoga, Odaka Yoga, Vinyasa Yoga, Ashtanga Yoga, Pilates e Piloga. Maria Teresa insegna Hatha Yoga e Pilates, con un metodo in costante divenire e trasformazione, frutto anche del proprio continuo aggiornamento. Fra i suoi maestri: Alexandra Van Oosterum, Marco Mandrino e Marc Beauvain.

Titolo: Yoga dolce, Meditazione e Rilassamento profondo

Una pratica dolce alla ricerca della consapevolezza del proprio corpo e di sé stessi, con momenti di meditazione guidata e rilassamento profondo con visualizzazioni.

Adatta a tutte le età, non è necessario essere flessibili o già praticanti: è una pratica adatta a tutti.

Un tappetino, vestiti comodi, calze antisdrucchio e una copertina per il rilassamento è tutto quello di cui avrete bisogno.

Il corso prevede 20 sedute con cadenza settimanale e si svolgerà il **lunedì dalle 16.00 alle 17.00**

Ai partecipanti sarà richiesto il rimborso dei costi professionali.

M5 - INCONTRI CON L'ARTE

A cura dell'Ing. Luciano Russo
in collaborazione con la Dott.ssa Anna Nebuloni



Ing. Luciano Russo

Nato a Napoli mi sono trasferito alla fine degli anni sessanta a Monza per ragioni di lavoro. Dirigente industriale in pensione. Dal 2004 collabro con ACTEL dapprima in veste di docente in disparate materie, poi come Consigliere e responsabile della programmazione dei corsi annuali.



Docente: Prof.ssa Anna Nebuloni

Dopo aver frequentato gli studi classici, ho intrapreso l'attività di archeologa, partecipando a scavi in vari contesti, ma con predilezione per quelli nei siti pluristratificati urbani. Ho collaborato con la Direzione dei Musei Civici di Como per la realizzazione e la cura di attività riservate al pubblico e la promozione di eventi culturali. Ho maturato nel corso del tempo un interesse più precipuo per la storia locale. Successivamente ho conseguito l'abilitazione di guida turistica, mi sono quindi avvicinata all'ambito del turismo culturale. Fin da subito mi sono quindi interessata al turismo dall'approccio esperienziale e lento.

Nel corso dell'anno saranno organizzate una serie di uscite culturali di pomeriggio aventi come obiettivo mostre organizzate presso i musei milanesi. Ad oggi sono state programmate le seguenti uscite:

- **Venerdì 14 Novembre 2025**

Visita guidata alla mostra su "Pellizza da Volpedo" presso il GAM di Via Palestro a Milano

- **Venerdì 28 Novembre 2025**

Sono in ballottaggio due mostre entrambe al Palazzo Reale di Milano che saranno sottoposte al gradimento dei soci:
→ Andrea Appiani, pittore milanese
→ Man Ray – Forme di luce

- **Venerdì 23 Gennaio 2026**

Visita guidata su "Escher" presso il MUDEC di Milano

- **Venerdì 27 Febbraio 2026**

Visita guidata alla mostra su "Neoclassicismo a Roma e Milano" presso le Gallerie d'Italia a Milano.

Ulteriori opportunità saranno valutate e programmate nei mesi di Marzo e Aprile del prossimo anno.

La Dott.ssa Nebuloni illustrerà le mostre programmate in un incontro in aula **Mercoledì 22 Ottobre 2025 alle 15.30**

M6 - GITE E VIAGGI



Coordinatore: Sig.ra Sandra Tacchini

Nata in un paesino in provincia di Rovigo, si è presto trasferita con la famiglia a Milano, dove si è diplomata.

Dopo una breve esperienza come segretaria in una società commerciale, con sede in Svizzera, facente parte di un importante gruppo italo-argentino di engineering, ha poi proseguito l'attività lavorativa nel settore bancario, ricoprendo diversi incarichi, tra cui quelle della Direzione Crediti, gestore imprese nei Centri Corporate e Credit Manager.

Venuta a conoscenza dell'Actel nel 2012 e affascinata dai suoi programmi culturali, ne ha iniziato una preziosa collaborazione rielaborando – tra l'altro – le lezioni tenute dai docenti in modo da consentire l'edizione di un annuario che consenta di non disperdere la memoria dell'attività svolta negli anni dall'Actel.

Quest'anno ACTEL, in collaborazione con l'Agenzia Turistica **Standard Travel** di Sesto San Giovanni, propone i seguenti viaggi e gite:

Venerdì 12 Dicembre 2025: TORINO

Il programma prevede fra l'altro la visita alla Basilica di Superga e alla mostra del Cinema nella Mole Antonelliana

Dal 30 Aprile al 4 Maggio 2026: FIANDRE

Il programma prevede la visita delle città di Bruxelles, Gand, Bruges e Anversa

Giovedì 28 Maggio 2026: CENTOVALLI

Un tour suggestivo fra i panorami del Lago Maggiore e della Val Vigezzo

Il programma sarà illustrato in aula dal titolare dell'agenzia dott. Piero Mazzei **Martedì 11 Novembre ore 15.30**

M7 - INCONTRI CON IL TEATRO



Coordinatore: Sig.ra Sandra Tacchini

Nata in un paesino in provincia di Rovigo, si è presto trasferita con la famiglia a Milano, dove si è diplomata.

Dopo una breve esperienza come segretaria in una società commerciale, con sede in Svizzera, facente parte di un importante gruppo italo-argentino di engineering, ha poi proseguito l'attività lavorativa nel settore bancario, ricoprendo diversi incarichi, tra cui quelle della Direzione Crediti, gestore imprese nei Centri Corporate e Credit Manager.

Venuta a conoscenza dell'Actel nel 2012 e affascinata dai suoi programmi culturali, ne ha iniziato una preziosa collaborazione rielaborando – tra l'altro – le lezioni tenute dai docenti in modo da consentire l'edizione di un annuario che consenta di non disperdere la memoria dell'attività svolta negli anni dall'Actel.

L'ACTEL ha una convenzione con il **Teatro alla Scala** per l'acquisizione a prezzi molto scontati di posti di poltrona per Concerti, Opere, Balletti e percorsi di prove generali.

Continua, dopo l'esperienza positiva dell'anno scorso, la collaborazione con il **Piccolo Teatro** di Milano. Nel mese di luglio sono stati sottoscritti abbonamenti per sei spettacoli della stagione 2025-26 prenotati dai soci dello scorso anno accademico a prezzi molto contenuti.

Durante l'anno sarà possibile acquistare biglietti sempre a prezzi molto ridotti per spettacoli che saranno segnalati per tempo a tutti i soci.

N.B. Date e orari verranno resi noti in base alle comunicazioni dei Teatri.

Calendario Incontri
Ottobre 2025

GIORNO	MATTINA		POMERIGGIO	
	Docente	Materia	Docente	Materia
1 MER				
2 GIO				
3 VEN				
4 SAB				
5 DOM				
6 LUN				
7 MAR				
8 MER				
9 GIO				
10 VEN				
11 SAB				
12 DOM				
13 LUN				
14 MAR				
15 MER				
16 GIO				
17 VEN				
18 SAB				
19 DOM				
20 LUN		Inaugurazione Anno Accademico		
21 MAR				
22 MER		Anna Nebuloni	Presentazione mostre	
23 GIO		Luigi Gavazzi	Presentazione gruppi di lettura e lab. Scrittura	
24 VEN				
25 SAB				
26 DOM				
27 LUN				
28 MAR		Mario Giuliaci	La storia dell'atmosfera	
29 MER		Livia Achilli	Le truffe agli anziani	
30 GIO				
31 VEN				

Calendario Incontri
Novembre 2025

GIORNO	MATTINA		POMERIGGIO	
	Docente	Materia	Docente	Materia
1 SAB				
2 DOM				
3 LUN	Chiara Battisti	Corso di pittura	Maria Teres Laissù	Yoga
4 MAR			Mario Giuliaci	La storia dell'atmosfera
5 MER	Giuseppe Iannocciari	Ginnastica mentale	Mauro Lanzi	La caduta del nazismo
6 GIO	Eleanor Carty	Inglese	Chiara Cavallini	Pillole di finanza
7 VEN	Eleanor Carty	Inglese		
8 SAB				
9 DOM				
10 LUN	Chiara Battisti	Corso di pittura	Maria Teres Laissù	Yoga
11 MAR			Piero Mazzei	Presentazione gite
12 MER	Giuseppe Iannocciari	Ginnastica mentale	Mauro Lanzi	La caduta del nazismo
13 GIO	Eleanor Carty	Inglese	Chiara Cavallini	Pillole di finanza
14 VEN	Eleanor Carty	Inglese	Anna Nebuloni	Mostra Pellizza da Volpedo
15 SAB				
16 DOM				
17 LUN	Chiara Battisti	Corso di pittura	Maria Teres Laissù	Yoga
18 MAR			Federico Bozzetti	La prevenzione oncologica
19 MER	Giuseppe Iannocciari	Ginnastica mentale	Mauro Lanzi	La caduta del nazismo
20 GIO	Eleanor Carty	Inglese	Bianco/Poldi	Introduzione a mostra
21 VEN	Eleanor Carty	Inglese		
22 SAB				
23 DOM				
24 LUN	Chiara Battisti	Corso di pittura	Maria Teres Laissù	Yoga
25 MAR			Di Chio	Come si progetta una città
26 MER	Giuseppe Iannocciari	Ginnastica mentale	Luigi Gavazzi	Laboratorio di scrittura
27 GIO	Eleanor Carty	Inglese	Chiara Cavallini	Pillole di finanza
28 VEN	Eleanor Carty	Inglese	Anna Nebuloni	Mostre Appiani o Man Ray
29 SAB				
30 DOM				

Calendario Incontri
Dicembre 2025

GIORNO	MATTINA		POMERIGGIO	
	Docente	Materia	Docente	Materia
1 LUN	Chiara Battisti	Corso di pittura	Maria Teres Laissù	Yoga
2 MAR			Luciano Russo	La donazione degli organi
3 MER	Giuseppe Iannocari	Ginnastica mentale	Silvia Sperandio	Novità del Servizio Sanitario Nazionale
4 GIO	Eleanor Canti	Inglese	Bruno Olivieri	Letteratura umoristica
5 VEN	Eleanor Canti	Inglese		
6 SAB				
7 DOM				
8 LUN				
9 MAR			Maria Teres Laissù	Yoga
10 MER	Giuseppe Iannocari	Ginnastica mentale	Luigi Gavazzi	Laboratorio di scrittura
11 GIO	Eleanor Canti	Inglese	Chiara Cavallini	Pillole di finanza
12 VEN	Gita a Torino			
13 SAB				
14 DOM				
15 LUN	Chiara Battisti	Corso di pittura	Maria Teres Laissù	Yoga
16 MAR				
17 MER	Giuseppe Iannocari	Ginnastica mentale	Silvia Sperandio	Novità del Servizio Sanitario Nazionale
18 GIO	Eleanor Canti	Inglese	Bruno Olivieri	Letteratura umoristica
19 VEN	Eleanor Canti	Inglese		
20 SAB				
21 DOM				
22 LUN				
23 MAR				
24 MER				
25 GIO				
26 VEN				
27 SAB				
28 DOM				
29 LUN				
30 MAR				
31 MER				

Calendario Incontri
Gennaio 2026

GIORNO	MATTINA		POMERIGGIO	
	Docente	Materia	Docente	Materia
1 GIO				
2 VEN				
3 SAB				
4 DOM				
5 LUN				
6 MAR				
7 MER	Giuseppe Iannocari	Ginnastica mentale	Bianco/Poldi	Introduzione a mostra
8 GIO	Eleanor Canti	Inglese	Luigi Gavazzi	Laboratorio di scrittura
9 VEN	Eleanor Canti	Inglese		
10 SAB				
11 DOM				
12 LUN	Chiara Battisti	Corso di pittura	Maria Teres Laissù	Yoga
13 MAR			Guglielmo Lozio	Le rivoluzioni dei tedeschi
14 MER	Giuseppe Iannocari	Ginnastica mentale	Rosa Gema Piazzardi	L'arte dei popoli del settentrione
15 GIO	Eleanor Canti	Inglese	Federico Bozzetti	La prevenzione oncologica
16 VEN	Eleanor Canti	Inglese	Flavio Rurale	Sottrarre le donne all'oblio
17 SAB				
18 DOM				
19 LUN	Chiara Battisti	Corso di pittura	Maria Teres Laissù	Yoga
20 MAR			Guglielmo Lozio	Le rivoluzioni dei tedeschi
21 MER	Giuseppe Iannocari	Ginnastica mentale	Rosa Gema Piazzardi	L'arte dei popoli del settentrione
22 GIO	Eleanor Canti	Inglese	Luigi Gavazzi	Laboratorio di scrittura
23 VEN	Eleanor Canti	Inglese	Anna Nebuloni	Mostra Escher
24 SAB				
25 DOM				
26 LUN	Chiara Battisti	Corso di pittura	Maria Teres Laissù	Yoga
27 MAR			Luigi Gavazzi	Gruppi di lettura
28 MER	Giuseppe Iannocari	Ginnastica mentale	Rosa Gema Piazzardi	L'arte dei popoli del settentrione
29 GIO	Eleanor Canti	Inglese		
30 VEN	Eleanor Canti	Inglese	Flavio Rurale	Sottrarre le donne all'oblio
31 SAB				

Calendario Incontri
Febbraio 2026

GIORNO	MATTINA		POMERIGGIO	
	Docente	Materia	Docente	Materia
1 DOM				
2 LUN	Chiara Battisti	Corso di pittura	Maria Teres Laissù	Yoga
3 MAR			Alberto Trapani	Considerazioni sulla intelligenza artificiale
4 MER	Giuseppe Iannoccarri	Ginnastica mentale	Rosa Gema Piazzardi	L'arte dei popoli del settentrione
5 GIO	Eleanor Carty	Inglese	Eleonora Cabrini	Incontri fra musica e letteratura
6 VEN	Eleanor Carty	Inglese		
7 SAB				
8 DOM				
9 LUN	Chiara Battisti	Corso di pittura	Maria Teres Laissù	Yoga
10 MAR			Alberto Trapani	Considerazioni sulla intelligenza artificiale
11 MER	Giuseppe Iannoccarri	Ginnastica mentale	Matteo Romano	Transizione ecologica sfide e opportunità
12 GIO	Eleanor Carty	Inglese	Eleonora Cabrini	Incontri fra musica e letteratura
13 VEN	Eleanor Carty	Inglese	Flavio Rurale	Sottrarre le donne all'oblio
14 SAB				
15 DOM				
16 LUN	Chiara Battisti	Corso di pittura	Maria Teres Laissù	Yoga
17 MAR			Bianco/Poldi	Introduzione a mostra
18 MER	Giuseppe Iannoccarri	Ginnastica mentale	Ronchi/Borghi	I tumori della testa e del collo
19 GIO	Eleanor Carty	Inglese	Eleonora Cabrini	Incontri fra musica e letteratura
20 VEN	Eleanor Carty	Inglese		
21 SAB				
22 DOM				
23 LUN				
24 MAR			Luigi Gavazzi	Gruppi di lettura
25 MER	Giuseppe Iannoccarri	Ginnastica mentale	Matteo Romano	Transizione ecologica sfide e opportunità
26 GIO	Eleanor Carty	Inglese	Eleonora Cabrini	Incontri fra musica e letteratura
27 VEN	Eleanor Carty	Inglese	Anna Nebuloni	Mostra Neoclassicismo
28 SAB				

Calendario Incontri
Marzo 2026

GIORNO	MATTINA		POMERIGGIO	
	Docente	Materia	Docente	Materia
1 DOM				
2 LUN				Maria Teres Laissù
3 MAR				Giuseppe Chiumello
4 MER	Giuseppe Iannoccarri	Ginnastica mentale	Inge Botteri	Parole, costumi, testi
5 GIO	Eleanor Carty	Inglese	Federico Bozzetti	La prevenzione oncologica
6 VEN	Eleanor Carty	Inglese		
7 SAB				
8 DOM				
9 LUN				Maria Teres Laissù
10 MAR				Giuseppe Chiumello
11 MER	Giuseppe Iannoccarri	Ginnastica mentale	Inge Botteri	Parole, costumi, testi
12 GIO	Eleanor Carty	Inglese	Luigi Gavazzi	Laboratorio di scrittura
13 VEN	Eleanor Carty	Inglese		
14 SAB				
15 DOM				
16 LUN				Maria Teres Laissù
17 MAR				Giuseppe Chiumello
18 MER	Giuseppe Iannoccarri	Ginnastica mentale	Inge Botteri	Parole, costumi, testi
19 GIO	Eleanor Carty	Inglese	Bianco/Poldi	Introduzione a mostra
20 VEN	Eleanor Carty	Inglese	Anna Nebuloni	Mostra
21 SAB				
22 DOM				
23 LUN				Maria Teres Laissù
24 MAR				Giuseppe Chiumello
25 MER	Giuseppe Iannoccarri	Ginnastica mentale	Inge Botteri	Parole, costumi, testi
26 GIO	Eleanor Carty	Inglese	Luigi Gavazzi	Laboratorio di scrittura
27 VEN	Eleanor Carty	Inglese		
28 SAB				
29 DOM				
30 LUN				
31 MAR				

Calendario Incontri
Aprile 2026

GIORNO	MATTINA		POMERIGGIO	
	Docente	Materia	Docente	Materia
1 MER	Giuseppe Iannoccarri	Ginnastica mentale	Franco Facchi	Enologia e degustazione
2 GIO				
3 VEN				
4 SAB				
5 DOM				
6 LUN				
7 MAR			Luigi Gavazzi	Gruppi di lettura
8 MER	Giuseppe Iannoccarri	Ginnastica mentale	Franco Facchi	Enologia e degustazione
9 GIO	Eleanor Carty	Inglese	Luigi Gavazzi	Laboratorio di scrittura
10 VEN	Eleanor Carty	Inglese		
11 SAB				
12 DOM				
13 LUN			Maria Teres Laissù	Yoga
14 MAR			Valeria Russo	L'energia nucleare
15 MER	Giuseppe Iannoccarri	Ginnastica mentale	Franco Facchi	Enologia e degustazione
16 GIO	Eleanor Carty	Inglese	Bianco/Poldi	Introduzione a mostra
17 VEN	Eleanor Carty	Inglese	Anna Nebuloni	Mostra
18 SAB				
19 DOM				
20 LUN			Maria Teres Laissù	Yoga
21 MAR			Valeria Russo	L'energia nucleare
22 MER	Giuseppe Iannoccarri	Ginnastica mentale	Franco Facchi	Enologia e degustazione
23 GIO	Eleanor Carty	Inglese	Luigi Gavazzi	Laboratorio di scrittura
24 VEN	Eleanor Carty	Inglese		
25 SAB				
26 DOM				
27 LUN				
28 MAR				
29 MER				
30 GIO	Viaggio nelle Fiandre			

Calendario Incontri
Maggio 2026

GIORNO	MATTINA		POMERIGGIO	
	Docente	Materia	Docente	Materia
1 VEN				Viaggio nelle Fiandre
2 SAB				Viaggio nelle Fiandre
3 DOM				Viaggio nelle Fiandre
4 LUN				Viaggio nelle Fiandre
5 MAR				Guglielmo Lozio Teodosia ascesa di un'imperatrice
6 MER	Giuseppe Iannoccarri	Ginnastica mentale	Elena Mangiagalli	Il bioritmo lunare
7 GIO			Luigi Gavazzi	Laboratorio di scrittura
8 VEN				
9 SAB				
10 DOM				
11 LUN				
12 MAR			Guglielmo Lozio	Teodosia ascesa di un'imperatrice
13 MER	Giuseppe Iannoccarri	Ginnastica mentale		
14 GIO				
15 VEN				
16 SAB				
17 DOM				
18 LUN				
19 MAR			Luigi Gavazzi	Gruppi di lettura
20 MER				
21 GIO			Luigi Gavazzi	Laboratorio di scrittura
22 VEN				
23 SAB				
24 DOM				
25 LUN				
26 MAR				
27 MER			Chiusura Anno Accademico	
28 GIO	Gita Centovalli			
29 VEN				
30 SAB				
31 DOM				

Calendario Incontri

Ricapitolo

	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
Ottobre	20 Inaugurazione 27	21 Giulacci 28	22 Nebuloni Achilli 29	23 Gavazzi Bianco/Poldi 30	24 31
Novembre	3 Battisti 10 Battisti 17 Battisti 24 Battisti	4 Giulacci 11 Mazzei 18 Bozzetti 25 Di Chio	5 Lanzi 12 Lanzi 19 Lanzi 26 G. scrittura	6 Cavallini 13 Cavallini 20 Bianco/Poldi 27 Cavallini	7 14 Pellizza 21 28 Appiani/Ray
Dicembre	1 Battisti 8 15 Battisti 22 29	2 Russo L. 9 16 23 30	3 Sperandio 10 G. scrittura 17 Sperandio	4 Olivieri 11 Cavallini 18 Olivieri	5 12 gita a Torino 19 26
Gennaio	5 12 Battisti 19 Battisti 26 Battisti	6 13 Lozio 20 Lozio 27 G. libro	7 Bianco/Poldi 14 Piazzardi 21 Piazzardi 28 Piazzardi	1 G. scrittura 8 Bozzetti 15 G. scrittura 22 G. scrittura 29	2 9 16 Rurale 23 Escher 30 Rurale
Febbraio	2 Battisti 9 Battisti 16 Battisti 23	3 Trapani 10 Trapani 17 Bianco/Poldi 24 G. libro	4 Piazzardi 11 Romano 18 Ronchi 25 Romano	5 Cabrini 12 Cabrini 19 Cabrini 26 Cabrini	6 13 Rurale 20 27 Mostra
Marzo	2 9 16 23	3 Chiumello 10 Chiumello 17 Chiumello 24 Chiumello	4 Botteri 11 Botteri 18 Botteri 25 Botteri	5 Bozzetti 12 G. scrittura 19 Bianco/Poldi 26 G. scrittura	6 13 20 Mostra 27
Aprile	6 13 20 27	7 G. libro 14 Russo V. 21 Russo V. 28	1 Facchi 8 Facchi 15 Facchi 22 Facchi 29	2 9 G. scrittura 16 Bianco/Poldi 23 G. scrittura 30 Fiandre	3 10 17 Mostra 24
Maggio	4 Fiandre 11 18 25	5 Lozio 12 Lozio 19 G. libro 26	6 Mangiagalli 13 20 27 Chiusura	7 G. scrittura 14 21 G. scrittura 28 gita	1 Fiandre 8 15 22 29

totali n. 29 28 27 25

Annotazioni



Le Università della Terza Età dei Lions nel Distretto 108lb4 (Provincia di Milano)

Oggi, le Università per adulti.

Vi sono questi complessi pubblici come le Università per adulti ovviamente note a chi le frequenta ma che non sono conosciute dal grande pubblico, e spesso neppure dagli opinion leader della città nella loro importante valenza, oltre che in quella dell'offerta didattica.

Queste istituzioni vantano un passato di grande spessore e un presente di assoluto rilievo, sia dal punto di vista della funzione che svolgono sia per le nuove realizzazioni e progetti.

L'ampia offerta dei corsi, la qualità dei docenti e l'elevata presenza sul territorio, offrono alle migliaia di iscritti un'opportunità non solo formativa ma di contatto umano con persone con interessi simili.



MILANO DUOMO

Fondata nel 1979
Palazzo Dugnani - Via Manin, 2 - 20191 Milano
Tel. 02.6575025



ACTEL - SEGRATE, MILANO 2

Fondata nel 1990
Centro Civico Milano2 - Strada di Spina, 10 - 20054 Segrate
Tel. 02.39439803 - Cell. 339.6983725 - 327.7517206



CINISELLO BALSAMO

Fondata nel 1993
Via Cadorna, 18 - 20092 Cinisello Balsamo
Tel. 338.2907567



BOLLADE/GARBAGNATE/NOVATE MILANESE

Fondata nel 1995
Via Fratellanza/Via C. da Bollate - 20021 Bollate
Tel. 02.3510308



MELEGNANO

Fondata nel 1995
Via Giardini, 1 - 20077 Melegnano
Tel. 02.9734087



SESTO SAN GIOVANNI

Fondata nel 1995
Via B. Buozzi, 144 - 20099 Sesto S. Giovanni
Tel. 02.26227216



PADERNO DUGNANO

Fondata nel 1996
Via Italia, 13 - 20037 Paderno Dugnano
Tel. 02.99046630



S. DONATO MILANESE E S. GIULIANO MILANESE

Fondata nel 1996
Via Unica per Bolgiano - 20097 S. Donato Milanese
Tel. 02.55606064/02.98229820



BRESSO

Fondata nel 1998
Via S. Francesco, 28/A - 20091 Bresso
Tel. 320.0458269/347.7308759



LAİNATE

Fondata nel 1999
Largo delle Scuderie, 5 - 20020 Lainate
Tel. 02.93598266



MILANO HOST

Fondata nel 2003
Via Trivulzio, 15 - 20146 Milano
Tel. 02.54102123



BRUGHERIO

Fondata nel 2005
Viale Lombardia 210 - 20047 Brugherio
Tel. 039.2872921



TRECATE

Fondata nel 2007
Via Clerici, 1 - Villa Cicogna - 20069 Trecate
Tel./Fax 0321.770343



ARLUNO "LA FILANDA"

Fondata nel 2010
c/o Scuola Marconi - Piazza Europa, 9 - 20010 Arluno
Tel. 348.7924906



MILANO GALLERIA

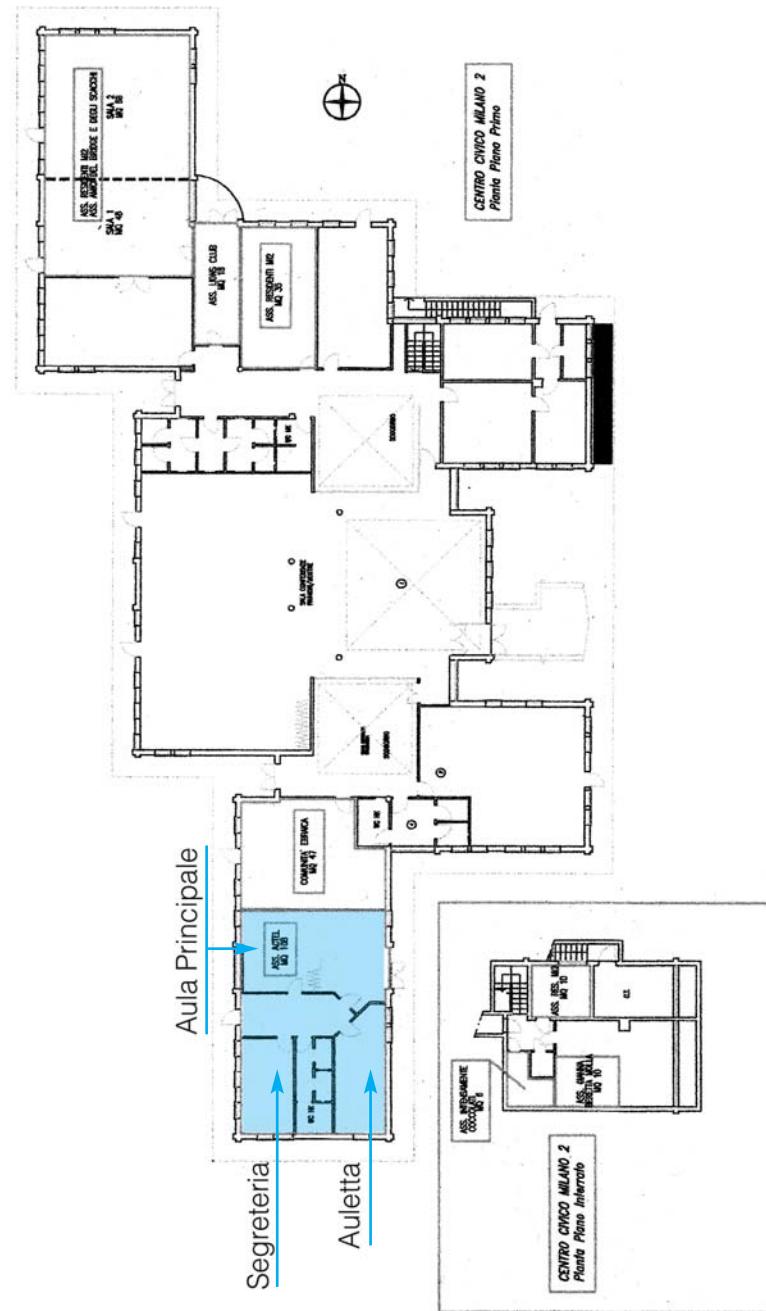
Fondata nel 2017
c/o Parrocchia Santa Maria Liberatrice
Via Cuore Immacolato di Maria, 5 - 20141 Milano
Tel. 340.6224902



COLOGNO MONZESE

Fondata nel 2018
via Milano, 3 - 20093 Cologno Monzese
Tel. 02.89765713 - Cell. 338.0547599
e-mail: ute.colognomonzese@gmail.com

LA NOSTRA SEDE



INDICE

Conoscere i Lions, Scopi del Lionismo, Codice Etico Lions	Pagg.	3-4
L'ACTEL	Pag.	5
Sede e svolgimento dei corsi	Pag.	6
Presentazione dei programmi	Pag.	7
Programma dei corsi		
- A1 Letteratura (<i>Dott. L. Gavazzi</i>)	Pagg.	10-11
- A2 Letteratura (<i>Prof.ssa E. Cabrini</i>)	Pagg.	12-13
- A3 Letteratura (<i>Dott. B. Olivier</i>)	Pag.	14
- B1 Storia (<i>Ing. M. Lanzi</i>)	Pag.	15
- B2 Storia (<i>Prof. F. Rurale</i>)	Pag.	16
- B3 Storia (<i>Prof. G. Lozio</i>)	Pag.	17
- B4 Storia (<i>Prof. G. Lozio</i>)	Pag.	18
- C1 Storia dell'Arte e Archeologia (<i>Prof.ssa R. G. Piazzardi</i>)	Pag.	19
- C2 Storia dell'Arte e Archeologia (<i>D.ssa Bianco/Dott. Poldi</i>)	Pag.	20
- D1 Costume (<i>Prof.ssa I. Botteri</i>)	Pag.	21
- E1 Medicina e Salute (<i>Dott. F. Bozzetti</i>)	Pag.	24
- E2 Medicina e Salute (<i>Dott. Ronchi / D.ssa Borghi</i>)	Pag.	25
- E3 Medicina e Salute (<i>Prof. G. Chiumello</i>)	Pag.	26
- E4 Medicina e Salute (<i>Dott.ssa E. Mangiagalli</i>)	Pag.	27
- F1 Scienza e tecnologia (<i>Prof. M. Giuliaci</i>)	Pag.	28
- F2 Scienza e tecnologia (<i>Prof. M. Romano</i>)	Pag.	29
- F3 Scienza e tecnologia (<i>Prof.ssa V. Russo</i>)	Pag.	30
- F4 Scienza e tecnologia (<i>Ing. T. Ghidini</i>)	Pag.	31
- F5 Scienza e tecnologia (<i>Avv. A. Trapani</i>)	Pag.	32
- G1 Economia (<i>Dott.ssa C. Cavallini</i>)	Pag.	33
- H1 Enologia (<i>Dott. F. Facchi</i>)	Pag.	34
- I1 Società (<i>Avv. L. Achilli</i>)	Pag.	35
- I2 Società (<i>Arch. F. Di Chio</i>)	Pag.	36
- I3 Società (<i>Dott.ssa S. Sperandio</i>)	Pag.	37
- I4 Società (<i>Ing. L. Russo</i>)	Pag.	38

- L1 Corsi di lingua inglese (<i>Prof.ssa E. Canty</i>)	Pag.	41
- L2 Corsi di lingua francese (<i>Prof.ssa M. Bouveret</i>)	Pag.	41
- L3 Corsi di lingua spagnola (<i>da definire</i>)	Pag.	41
- L4 Corsi di lingua tedesca (<i>da definire</i>)	Pag.	41
- M1 Ginnastica mentale (<i>Prof. G. Iannoccari</i>)	Pag.	43
- M2 Scrittura creativa (<i>Dott. L. Gavazzi</i>)	Pag.	44
- M3 Laboratorio di disegno (<i>Dott.ssa C. Battisti</i>)	Pag.	45
- M4 Corso di Yoga (<i>Sig.ra M. T. Laissù</i>)	Pag.	46
- M5 Incontri con l'Arte (<i>Ing. L. Russo - D.ssa A. Nebuloni</i>)	Pag.	47
- M6 Gite e viaggi (<i>Sig.ra S. Tacchini</i>)	Pag.	48
- M7 Incontri con il Teatro (<i>Sig.ra S. Tacchini</i>)	Pag.	49
Calendario incontri		Pagg. 50-57
Riepilogo	Pag.	58
Le Università della Terza Età del Lions nel Distretto 108lb4 (Provincia di Milano)	Pagg.	60-61
La nostra sede	Pag.	62
Indice	Pagg.	64-65