

# C.A.M. GARIBALDI

Via G. Strehler, 2 (già degli Angioli) ang. C.so Garibaldi, 27  
Segreteria Lun.Merc.Ven. h.15/18 Tel. 02.884.55323

<b>LUNEDI'</b>	Gioca Bimbi Spazio ludoteca - ore 10.00 - 12.30 bimbi 1/3 anni Ballo Liscio Ambrosiano - ore 14.30 - 18.00 Atelier di Bigiotteria - ore 14.30 - 17.30 Corso di Computer Base ore 17.30 - 18.30 Conferenze di medicine olistiche in Collaborazione con Riza Psicosomatica - ore 18.30 - 20.30
	DIFENSORE CIVICO - ore 10.00 - 12.00 Telefonare per appuntamento. Tel. 02.88464539 - 02.88464544
<b>MARTEDI'</b>	Gioca Bimbi Spazio ludoteca - ore 10.00 - 12.30 bimbi 1/3 anni Gioca Bimbi Spazio ludoteca - ore 16.00 - 18.00 bimbi 1/3 anni Corso di Lingua Inglese ore 16.30 - 17.30 Corso di Computer Base e Avanzato ore 14.00 - 16.00 Corso di Computer Base ore 17.30 - 18.30 Corso di Ballo Samba - ore 17.00 - 20.00 - 2 Turni Corso di Ginnastica Dolce ore 15.00 - 17.00 - 2 Turni Giochiamo a Scacchi In collaborazione con "Amici per gli scacchi" ore 15.00 - 18.00 Tecniche di Rilassamento a cura dell'associazione culturale Nirmala Vidya ore 18.00 - 19.30
<b>MERCOLEDI'</b>	Gioca Bimbi Spazio ludoteca - bimbi 1/3 anni ore 10.00 - 12.30 Salotto dei Milanesi ore 13.00 - 18.00 Corso di Ginnastica Dolce ore 15.00 - 17.00 - 2 Turni Corso di Lingua: Spagnolo ore 15.00 - 16.00 * Laboratorio di "Danzaterapia" per adulti ore 18.00 - 19.45 Corso di Bigiotteria Base e Avanzato ore 15.00 - 18.00 Corso di Computer Base e Avanzato ore 16.00 - 18.00 Laboratorio Teatrale per bambini ore 16.00 - 18.00 Corso di Tai Chi Chuan ore 20.00 - 21.30
<b>GIOVEDI'</b>	Corso di Ginnastica Dolce in collaborazione con 1° distretto ASL Milano ore 9.30 - 11.30 - 2 Turni Corso di Acquarello ore 14.30 - 17.30 Corso di Computer Base e Avanzato ore 14.00 - 16.00 Corso di Ginnastica Dolce ore 15.00 - 17.00 - 2 Turni Corso di Canto Gospel, Blues, Jazz ore 17.30 - 19.30 Laboratorio di "Arte Teatrale", anche per disabili ore 18.30 - 21.00 Salone P.T.
	Spazio per feste bambini - ore 16.00 - 18.30 prenotazione ufficio uso spazi
<b>VENERDI'</b>	Ballo Liscio Ambrosiano ore 14.30 - 18.00 Giochiamo a Scacchi In collaborazione con "Amici per gli scacchi" ore 15.00 - 18.00 * Laboratorio di "Attività Espressive plastico/pittoriche", anche per disabili ore 15.00 - 17.00
	SPORTELLI DI MEDIAZIONE SOCIALE E PENALE - ore 9.00 - 13.00 Telefonare per appuntamento dal Lun. a Ven. dalle 9.30 - 18.00 Tel. 02.6437191
	<b>IN OLTRE UNA SERIE EVENTI COME CONCERTI E PROIEZIONE DI FILMATI E VISITE GUIDATE ALLE OASI DEL WWF (vedi specifica sul retro)</b>
<b>SABATO</b>	Corso di Yoga ore 14.30 - 16.30 - 2 Turni INVITO ALLA LIRICA ore 18.00 - 20.00 a cura l'Associazione Musicale Franceschi 17, 31 Gennaio 14, 28 Febbraio 2009 LIBERA AGGREGAZIONE ore 15.00 - 18.00

# C.A.M. SCALDASOLE

Via Scaldasole, 3/a  
Segreteria Lun.Mart.Merc. h.15/18 Tel. 02.884.55324

<b>LUNEDI'</b>	Corso di Tai Chi Chuan ore 10.00 - 12.00 Corso di Lingua Spagnola ore 17.00 - 18.00 Tecniche di Rilassamento a cura dell'associazione culturale Nirmala Vidya ore 17.00 - 18.00 Corso di yoga ore 18.15 - 20.15
<b>MARTEDI'</b>	Corso di Ginnastica Dolce in collaborazione con 1° distretto ASL Milano ore 11.10 - 12.10 Corso di Naturopatia ore 14.30 - 16.30 Progetto ELLEBORO: Autogestione Musicoterapica come prevenzione all'invecchiamento della mente. In collab. con Ass. ONLUS "De Musica" e Ospedale Sacco di Milano. ore 17.00 - 18.00 Corso di Canto Gospel, Blues, Jazz ore 18.00 - 20.00
<b>MERCOLEDI'</b>	Corso di Difesa Personale ore 10.00 - 12.00 - 2 Turni Corso di Danze Orientali e del Ventre - ore 14.30 - 16.30 - 2 Turni Corso di Ballo Latino Americano ore 16.30 - 18.30 - 2 Turni
<b>GIOVEDI'</b>	Corso di Ginnastica Dolce in collaborazione con 1° distretto ASL Milano ore 11.10 - 12.10 Ballo Liscio Ambrosiano ore 14.00 - 18.30 Corso di Danze Popolari ore 18.30 - 20.30
<b>VENERDI'</b>	Progetto ELLEBORO: Musicoterapica come prevenzione all'invecchiamento della mente. In collab. con Ass. ONLUS "De Musica" e Ospedale Sacco di Milano. ore 17.00 - 18.00 Corso di Flamenco ore 18.35 - 20.05
<b>SABATO</b>	Spazio per feste bambini - ore 16.00 - 18.30 prenotazione ufficio uso spazi
<b>DOMENICA</b>	Ballo Liscio Ambrosiano ore 14.30 - 18.00

# C.A.M. ROMANA

C.so di Porta Romana, 116/b  
Segreteria da Lun. a Ven. h.15/18 Tel. 02.884.55325

<b>LUNEDI'</b>	Atelier tecniche Bigiotteria ore 14.30 - 16.30 Atelier Creativo Mamme e bambini ore 16.30 - 18.30
<b>MARTEDI'</b>	Corso di Ginnastica Dolce in collaborazione con 1° distretto ASL Milano ore 9.30 - 10.30 Corso di Yoga ore 10.35 - 12.05 - 2 Gruppi Corso di lingua: Inglese - Livello Base ore 18.00 - 19.00 Corso di Danzaterapia per bambini ( dai 4 anni ) ore 16.30 - 17.30 Favole a merenda ore 16.30 - 18.30 Corso di Ballo Latino Americano ore 17.30 - 18.30 Corso di Calcio per bambini ore 16.00 - 19.00 - 3 Gruppi
<b>MERCOLEDI'</b>	Corso di Restauro - livello base per adulti ore 14.30 - 16.30 Corso di Restauro - livello avanzato ore 16.30 - 18.30 Corso di Restauro - atelier autogestito ore 16.30 - 18.30 Corso di Calcio per bambini ore 16.00 - 19.00
<b>GIOVEDI'</b>	Corso di Ginnastica Dolce in collaborazione con 1° distretto ASL Milano ore 9.30 - 10.30 Corso di Pilates ore 10.30 - 12.30 Corso di Calcio per bambini ore 16.00 - 19.00 Laboratorio Teatrale per bambini ore 16.30 - 18.30 Corso di Bigiotteria Base ore 15.30 - 17.30
<b>VENERDI'</b>	Corso di Difesa Personale ore 16.30 - 18.30 - 2 Turni Spazio per feste bambini - ore 16.00 - 18.30 prenotazione ufficio uso spazi
<b>SABATO</b>	Spazio per feste bambini - ore 16.00 - 18.30 prenotazione ufficio uso spazi

# C.A.M. GABELLE

Via San Marco, 45  
Segreteria Lun.Merc.Ven. h.15/18 Tel. 02.884.55322

<b>LUNEDI'</b>	Corso di Ginnastica Dolce ore 9.30 - 12.30 - 3 Turni Corso di Chitarra base ore 16.00 - 17.20 Corso di Chitarra intermedio ore 17.20 - 18.40 Corso di Chitarra avanzato ore 18.40 - 20.00 Corso di Danzaterapia per bambini ( dai 4 anni ) ore 16.30 - 17.30 Corso di Ballo Latino Americano ore 17.30 - 19.30 - 2 Turni Corso di apprendimento di un metodo di studio ore 18.00 - 20.00 in collaborazione con l'Associazione Albero dell'Arte
<b>MARTEDI'</b>	Corso di Fotografia ore 10.30 - 12.30 CSE "Laboratorio creativo per disabili" ore 9.30 - 12.30 Corso di Tai Chi Chuan ore 17.00 - 18.30 Corso di Yantra Yoga ore 18.30 - 20.00 Corso Base di Canto Lirico ore 16.00 - 18.00 in collaborazione con l'associazione Calliope Corso di Canto Corale ore 20.00 - 24.00 in collaborazione con l'associazione "La Conta" O.N.L.U.S
<b>MERCOLEDI'</b>	Corso di Qi Gong ore 14.00 - 15.00 Atelier di Chitarra autogestito ore 15.30 - 17.30 Tecniche di Respirazione ore 18.00 - 20.00 - 2 Turni Tecniche di Rilassamento ore 19.15 - 20.15 in collaborazione dell'associazione culturale Nirmala Vidya Corso di apprendimento di un metodo di studio ore 16.00 - 18.00 in collaborazione con l'Associazione Albero dell'Arte Incontri di Storia dell'Arte ore 21.00 - 22.30 (28 Gennaio, 4, 11, 18 Febbraio) in collaborazione con Opera d'Arte
<b>GIOVEDI'</b>	Corso di Tai Chi Chuan Base ore 10.00 - 11.15 Corso di Tai Chi Chuan Base ore 11.15 - 12.30 Corso di Pilates ore 15.00 - 17.00 - 2 Turni Corso di lingua: Inglese - Livello Avanzato ore 17.00 - 18.00 Corso di lingua: Inglese - Livello Base ore 18.00 - 19.00 Corso di danze orientali e del ventre - 2° Livello ore 18.00 - 19.00 Corso di danze orientali e del ventre - 1° Livello ore 19.00 - 20.00
<b>VENERDI'</b>	Corso di Yoga ore 10.00 - 11.15 - 1° Turno Corso di Yoga ore 11.15 - 12.30 - 2° Turno Corso di lingua e cultura: Spagnolo - Livello Avanzato ore 14.30 - 15.30 Corso di Ginnastica Dolce ore 14.00 - 16.00 - 2 Turni Corso Base di Canto Lirico ore 16.00 - 18.00 in collaborazione con l'associazione Calliope Corso di Danzaterapia per bambini ( dai 4 anni ) ore 16.30 - 17.30 Spazio per feste bambini - ore 16.00 - 18.30 prenotazione ufficio uso spazi

## FESTE C.A.M. ZONA 1

### Garibaldi

- Martedì 24 Febbraio h 16.30 – h 18.30 Festa di Carnevale per mamme e bimbi  
- Venerdì 27 Febbraio h 15.00 – h 18.00 Galà ballo liscio in maschera  
- Martedì 26 Maggio h 16.30 – h 18.30 Festa di primavera per mamme e bimbi  
- Giovedì 18 Giugno h 17.00 – h 19.00 Saggio estivo del coro

### Gabelle

- Lunedì 15 Giugno h 16.30 – h 18.30 Festa estiva di fine corsi

### Scaldasole

- Giovedì 26 Febbraio h 15.00 – h 18.00 Galà ballo liscio in maschera  
- Giovedì 18 Giugno h 15.00 – h 18.00 Galà di ballo liscio d'estate

### Romana

- Giovedì 26 Febbraio h 16.30 – h 18.30 Festa di Carnevale per mamme e bimbi  
- Lunedì 25 Maggio h 16.30 – h 18.30 Festa di primavera per mamme e bimbi  
- Giovedì 18 Giugno h 16.30 – h 18.30 Festa del calcio

**Tutti i Corsi sono annuali**

**UFFICIO PROTOCOLLO**

Orari di apertura uffici al pubblico:  
Lunedì - venerdì ore 9.00 - 12.00  
Tel. 02.884.58106 - 109

**Prenotazione ufficio uso spazi:**  
02.884.58110 - 02.884.58126

**Per gli utenti di tutti i CAM Zonali**

Ogni martedì non festivo "Segreteria Teatrale, visite guidate e gite" senza limiti d'età dalle 10.00 alle 12.30

c/o sala Consiliare in Via Marconi, 2 - 1° piano

Prenotazioni teatri, concerti, visite, gite a condizioni particolari.

GITA A .....(IN VIA DI DEFINIZIONE) ( ..... )

GITA A .....(IN VIA DI DEFINIZIONE) ( ..... )



**Serie di 6 conferenze in collaborazione  
con RIZA PSICOSOMATICA  
a cura del Dr. Antonio Turetta**



Lunedì 9 Marzo

**Le allergie**

Lunedì 23 Marzo

**Ansia ed attacchi di panico**

Lunedì 6 Aprile

**Le Coliti:** le cause, i sintomi, i rimedi naturali e le cure

Lunedì 20 Aprile

**Disturbi della pelle**

Lunedì 4 Maggio

**Il Respiro e l'ansia:** l'asma e il respiro.

Lunedì 18 Maggio

**Disturbi alimentari:** Anoressia, bulimia, obesità

**Gli incontri si terranno presso il C.A.M. GARIBALDI  
Dalle ore 18.30 alle ore 20.30**

**CONSULENZA LEGALE SUL DIRITTO DI FAMIGLIA**

Telefonare per appuntamento  
dal Lun. a Ven. dalle 9.00 - 12.00 e 14.00 - 16.00  
Tel. 02.88458104

**1° Semestre 2009**

**"C.A.M. GARIBALDI" - C.Z.1**

**"Programma"PRIMAVERA" 1°Sem. 2009**

a cura del

**GRUPPO DI PROGETTO "COMITATO IMPEGNO CIVICO LIONS"**  
( Distretto 108 lb4 Milano ),

aperto ai cittadini, rivolto all'integrazione sociale e riproposto, dopo il riuscito programma quadriennale 2005/2008, per garantire la continuità dei programmi del C.A.M. Garibaldi, e sempre con la preziosa collaborazione di: ANFFAS, AT&H, WWF/TMC, Associaz. Caminante, COE, ISMU, ed AIAS, Accordiana Jazz Band, e Duo Meneghel-Suman.

**2 CONCERTI DI MUSICA CLASSICA**

A cura del **Duo Pianistico Meneghel-Suman\*** ore 18.00/19.45

**Venerdì ( 20 febbraio ) e Venerdì ( 29 maggio )** - Salone P. Terra

**FILM DEL SUD DEL MONDO**

a cura del **COE, Centro d'Orientamento Educativo**

Filmati che ci portano lontano per aiutarci a sentire meno distanti le culture del Mondo

**Giovedì**, ore 18.00/19.45

( **12 febbraio, 16 aprile, 11 giugno** ) - Salone P.Terra

**Venerdì**, ore 18.00/19.45

( **6 marzo** ) - Salone P.Terra

**PROIEZIONE DI UN FILMATO** a cura del **WWF/TMC**, d'interesse naturalistico, e con commento, **Mercoledì**, ore 18.00/19.45

( **22 aprile** ) - Salone Piano Terra

**VOCI E COLORI DAL MONDO**

Parole e immagini, a cura della **Fondazione ISMU**

**Giovedì:** ( **29 gennaio, 21 maggio** ) ore 18.00/19.45 Salone P. Terra

**VISITA GUIDATA AD UN'OASI WWF LOMBARDA:**

A cura del **WWF/TMC**, di **Domenica**, ore 8.30/18.30 ( **24 maggio** )

**CONCERTI DI MUSICA JAZZ - "APERITIVO IN MUSICA"**

**Concerto e storia della musica Jazz**

a cura di **"Accordiana Jazz Band"**

**Venerdì**, ore 18.00/19.45 : ( **3 aprile, 8 maggio, 12 giugno** )

Salone Piano Terra

SI RINGRAZIANO TUTTI GLI ENTI CHE HANNO COLLABORATO,  
E, PER L'IDEAZIONE, L'ORGANIZZAZIONE E L'APPOGGIO:



ICL Progetto d'integrazione sociale



FONDAZIONE CARIPLO

Co-Sponsor del Programma "PRIMAVERA"

## Eventi CAM GARIBALDI

Nell' ambito del programma 1° Semestre 2009 del Consiglio di Zona 1 per il CAM Garibaldi, tra gli eventi è lieto di offrire un nuovo programma in collaborazione con l'Associazione Musicale Franceschi.

**"INVITO ALL'ASCOLTO"  
CONCERTI DI MUSICA CLASSICA**

I concerti avranno luogo nel salone del C.A.M. Garibaldi col seguente programma:

**Venerdì 20 Marzo ore 21.00**

**DUONOVECENTO**

Clarinetto / Sax / Fisarmonica e Pianoforte  
Musiche di Gershwin, Ginastera, Milhaud, Piazzolla

**Venerdì 17 Aprile ore 21.00**

**ARCHE' PIANO DUO**

Pianoforte a quattro mani  
Musiche di Moszkowski, Grieg, Dvorak, Gottshalk

**Venerdì 15 Maggio ore 21.00**

**DUO PIETRODARCHI - LUCINI**

Bandoneon e Chitarra  
Musiche di Piazzolla, Ramirez, Falloni, Canaro, Villoldo

**Venerdì 19 Giugno ore 21.00**

**DUO BERTAGNIN - PAGANI**

Violino e Pianoforte  
Musiche di Haydn, Mozart, Mendelssohn

**"INVITO ALLA LIRICA"**

I concerti avranno luogo nel salone del C.A.M. Garibaldi col seguente programma:

**Sabato 17 Gennaio ore 18.30**

**Bini - Spina - Boldrini**

Soprano, tenore e pianoforte  
Musiche di Pergolesi, Mozart, Puccini, Verdi

**Sabato 31 Gennaio ore 18.30**

**Nenci - Boldrini**

Tenore e pianoforte  
Musiche di Donizetti, Puccini, Verdi

**Sabato 14 Febbraio ore 18.30**

**Di Donato - Buganza**

Tenore e pianoforte  
Romanza di ambiente napoletano di Tosti

**Sabato 28 Febbraio ore 18.30**

**Duo Jeux D'Eaux**

Soprano e arpa  
Musiche di Puccini, Rossini, Satie, Debussy, Britten

**PROGRAMMA ATTIVITA' C.A.M.**

**Gennaio - Giugno 2009**

**CONSIGLIO DI ZONA 1**

www.comune.milano.it  
Via Marconi, 2 - 20121 Milano  
Tel. 02.884.58161 - Fax. 02.884.58151

DIRETTORE SETTORE ZONA 1  
Dott. Pietro Buononato

PRESIDENTE DI ZONA  
Micaela Goren Monti

PRESIDENTE COMMISSIONE PMZ  
Patrizia Rognoni

**Tutte le attività sono GRATUITE**