

Milano



Comune  
di Milano  
Consiglio  
di Zona 6



PROGRAMMA DELLE ATTIVITA'  
GRATUITE PER IL TEMPO LIBERO



**CENTRI  
AGGREGATIVI  
MULTIFUNZIONALI  
di Zona 6**

**Settembre 2009 - Agosto 2010**

IL PRESIDENTE DEL  
CONSIGLIO DI ZONA 6  
MASSIMO GIRTANNER

IL PRESIDENTE DELLA  
COMMISSIONE C.A.M.  
MARIA GRAZIA  
ANTONINI STRANIERO



Ai cittadini di Zona 6

Care amiche e cari amici,

ecco il nuovo programma del Centro Aggregativo Multifunzionale della Zona 6 ( C.A.M. –P.M.Z. ) per il nuovo anno di attività dal settembre 2009 all'agosto 2010.

In parte è stato rinnovato ed ampliato per incontrare le esigenze espresse dall'utenza e quelle che si sono evidenziate durante lo scorso anno.

La buona e decisa volontà del Presidente del C.A.M. e del Presidente di Zona, pur navigando tra mille difficoltà ed ostacoli, ha fatto sì che si arrivasse a proporre a tutti i cittadini della Zona 6 qualcosa di utile ed anche divertente. Si vedano ad esempio i nuovi corsi di ginnastica, che si aggiungono a quelli già esistenti, corsi con un fine positivo per la salute fisica e psichica di tutti coloro che vorranno fruirne. Anche i laboratori a carattere culturale sono numerosi e possono soddisfare le più diverse inclinazioni.

E' doveroso citare il "Progetto Pepita", fiore all'occhiello del nostro C.A.M. e primo ad essere attuato in città: avvia alla conoscenza di uno strumento musicale quei nostri giovani utenti che dimostrino attitudine ed amore per la musica. Il primo gruppo formatosi alla fine dell'anno 2008 già si è potuto esibire, nel maggio 2009, in un breve concerto a testimonianza del percorso fatto.

Sia presso il C.A.M. S. Paolino sia presso la sede di Legioni Romane saranno realizzate delle mostre dei vari laboratori a testimonianza dell'impegno e dell'entusiasmo che ogni utente fruitore dei nostri corsi ha saputo esprimere.

Non può mancare, in conclusione, il ringraziamento più vivo a tutti i volontari che, a titolo gratuito, hanno messo a disposizione degli altri le loro competenze.

Non si può non ribadire che il C.A.M. della Zona 6 è un centro in cui non solo si impara o ci si diverte, ma è soprattutto un luogo in cui nascono amicizie e la solidarietà è moneta corrente.

**IL PRESIDENTE DEL  
CONSIGLIO DI ZONA 6  
MASSIMO GIRTANNER**

**IL PRESIDENTE DELLA  
COMMISSIONE C.A.M.  
MARIA GRAZIA ANTONINI STRANIERO**

## SERVIZIO DI CONSULENZA LEGALE STRAGIUDIZIALE

Servizio **gratuito** che dà la possibilità ai cittadini di avere informazioni su:

- diritto di famiglia
- affido e adozioni
- diritti dei minori
- maltrattamenti
- rapporti patrimoniali fra coniugi
- testamenti
- successioni
- divorzi
- separazioni
- gli obbligati per legge (doveri e diritti nei confronti dei genitori anziani).

**La consulenza viene effettuata previo appuntamento telefonico.  
C.A.M. Legioni Romane - dalle h 9.30 alle h 12 - tel 02-88458624  
C.A.M S. Paolino - dalle h 14.30 alle h 16 – tel 02-88455314**

## SERVIZIO DI CONSULENZA NOTARILE

Servizio **gratuito** che dà la possibilità ai cittadini di avere informazioni su:

- testamenti
- successioni

**La consulenza viene effettuata previo appuntamento telefonico.  
C.A.M. Legioni Romane - dalle h 9.30 alle h 12 - tel 02-88458624**

## CONSIGLI NUTRIZIONALI

Una dottoressa, specialista in scienze dell'alimentazione, elaborerà un corretto percorso dietologico personalizzato per i cittadini della Zona 6.

**La consulenza è gratuita e viene effettuata, presso la sede del Consiglio di Zona 6, previo appuntamento telefonico: tel 02-88458600  
ore 9.30 – 11.30.**

## **SERVIZIO DI MEDIAZIONE SOCIALE E SOSTEGNO ALLE VITTIME DI REATO**

Il servizio è **gratuito** ed è aperto a chi sta vivendo situazioni conflittuali in famiglia, con vicini di casa, in ambito lavorativo ed a chi è stato vittima di reato.

**Lo sportello di v.le Legioni Romane 54 sarà attivo il mercoledì,  
dalle ore 9,00 alle ore 13, previo appuntamento telefonico:  
tel. 02 6437191.**

## **SPORTELLO DONNA**

Servizio che indirizza le donne, sulla base dei problemi che devono risolvere, verso i servizi competenti seguendone il percorso successivo.

**Dal lunedì al venerdì dalle ore 9.30 alle ore 12.  
C.A.M. Legioni Romane - dalle h 9.30 alle h 12 - tel 02-88458624**

## **SERVIZIO SUPPORTI ATTIVI PER IL LAVORO**

**Viale D'Annunzio 15 - 20123 Milano  
Orari: Lunedì – Venerdì ore 9/13 – 14/17  
Per prenotazione colloqui e/o informazioni  
tel. 02 36609136**

## **DIFENSORE CIVICO**

Il servizio è **gratuito** ed è aperto a tutta la cittadinanza.

**La consulenza viene effettuata con cadenza settimanale, tutti i giovedì  
dalle h 14,30 alle h 17 presso la sede di Viale Legioni Romane 54.**



**ELENCO INIZIATIVE CHE  
SARANNO EFFETTUATE PRESSO  
IL C.A.M. DI VIA LA SPEZIA, 26/1**  
PER INFORMAZIONI E PRE-ISCRIZIONI  
RIVOLGERSI AL N° 02-8460823,  
DALLE ORE 09 ALLE ORE 12 E  
DALLE ORE 14 ALLE ORE 16  
DA LUNEDI' A VENERDI',  
MM2 FAMAGOSTA; BUS 59, 95

## ATTIVITÀ PER BAMBINI

- ❖ **SPAZIO BAMBINI** - Biblioteca, Ludoteca, Laboratori creativi, Biglietti Teatrali a disposizione di tutti i bambini: il martedì dalle ore 15.00 alle ore 18.00
- ❖ **FESTE DI COMPLEANNO** – Due o tre pomeriggi al mese, dalle ore 15 alle ore 19, sarà possibile festeggiare il compleanno di tutti i bambini nati in quel mese.
- ❖ **EVENTI BAMBINI** – Serie di 4 spettacoli di clownerie, giocoleria, burattini, trucca bimbi, ecc...; per tutti i bambini e le loro famiglie. Un sabato o domenica pomeriggio al mese, da marzo a giugno 2010.



### **PROGETTO PEPITA: UN'ORCHESTRA GIOVANILE**

Vuoi imparare a suonare uno strumento musicale? Vuoi far parte di un'orchestra giovanile? Iscriviti al progetto Pepita! Iniziativa rivolta a studenti della zona 6, di età compresa fra i 10 ed i 19 anni, a partecipazione gratuita al lunedì, mercoledì e venerdì' dalle ore 14.30 alle ore 19.30.  
informazioni ed iscrizioni: tel. 02 80583040;

**pepita\_segreteria@demus**  
**www.demusicaonlus.it**



## ATTIVITÀ PER ADULTI

- ❖ **LABORATORIO DI PSICOMOTRICITÀ DOLCE** – Due incontri settimanali di 50 minuti, il lunedì e il giovedì, oppure il martedì e il venerdì, su tre turni i cui orari di inizio sono, rispettivamente, alle ore 9.30, 10.30 e 11.30; dal 14 settembre 2009 a luglio 2010.  
L'iscrizione sarà preceduta da un colloquio in cui verrà richiesta la presentazione di un certificato medico attestante l'idoneità alla pratica sportiva non agonistica. Sarà a carico dei partecipanti il costo di euro 6 per la copertura assicurativa contro eventuali infortuni.
- ❖ **LABORATORIO DI GINNASTICA DOLCE CON MUSICA** – Un incontro settimanale, al mercoledì di un'ora, su due turni i cui orari di inizio sono alle ore 9.30 e alle ore 10.30; dal 16 settembre 2009 a luglio 2010.  
L'iscrizione sarà preceduta da un colloquio in cui verrà richiesta la presentazione di un certificato medico attestante l'idoneità alla pratica sportiva non agonistica. Sarà a carico dei partecipanti il costo di euro 6 per la copertura assicurativa contro eventuali infortuni.
- ❖ **“QUATTRO SALTI IN CASETTA”** – BALLO LISCIO e DI GRUPPO  
Tutti i giovedì pomeriggio, dalle ore 15 alle ore 18. Anche in agosto!
- ❖ **PROSEGUIMENTO LABORATORI DI DANZA: Ballo liscio, balli di gruppo** Ciclo di 10 incontri di due ore l'uno, nel periodo febbraio / maggio 2010. Sarà a carico dei partecipanti (massimo n° 24 persone) il costo di euro 7,60 a persona per la copertura assicurativa contro eventuali infortuni e con obbligo di presentazione di certificato medico di idoneità all'attività fisica da effettuarsi.
- ❖ **SPAZIO “RINFRESCATEVI LE IDEE”** – spazio relax con giochi e letture, al fresco dell'aria condizionata, tutti i pomeriggi di luglio e agosto 2010.
- ❖ **“COSA SUCCEDE IN CITTA”** – Servizio di segreteria teatrale e di informazioni sulle attività culturali in città. Il servizio funziona tutti i giorni, in orari di apertura.
- ❖ **LABORATORIO DI YOGA** - Ciclo di 10 incontri di due ore l'uno, da tenersi tra ottobre e dicembre 2009.
- ❖ **“L'ARTE DI RICORDARE”** - Ciclo di 10 incontri di un'ora e mezza l'uno, nel periodo marzo / giugno 2010.



**ELENCO INIZIATIVE CHE  
SARANNO EFFETTUATE PRESSO IL  
C.A.M. DI VIALE LEGIONI ROMANE, 54**

*MM1 PRIMATICCIO; BUS 58, 63, 64.*

**L'accesso ai locali di viale Legioni Romane potrà avvenire solo in prossimità dell'avvio delle iniziative (al massimo 10 minuti prima) e non è consentito lo stazionamento nei corridoi, per non creare disagi all'utenza degli uffici presenti nella palazzina ed ai lavoratori.**

**PER INFORMAZIONI E PRE-ISCRIZIONI AI SOTTOELENCATI  
LABORATORI DI ATTIVITA' DI TIPO TECNICO -MANUALE**

**RIVOLGERSI AL N° 02/884.58.629**

**dalle ore 10 alle ore 12.30 e dalle ore 14.30 alle ore 16.30 dal lunedì al venerdì**

- ❖ **LABORATORIO DI DISEGNO** – Ciclo di 12 incontri di due ore l'uno, a cadenza settimanale, dalle ore 10 alle ore 12, al martedì, da tenersi nel periodo febbraio/giugno 2010.
- ❖ **LABORATORIO DI DISEGNO ANATOMICO** – Studio approfondito della figura umana a partire dallo schizzo del modello vivente fino ad arrivare alla riproduzione della figura. Ciclo di 12 incontri di tre ore l'uno, a cadenza settimanale, da tenersi nel periodo gennaio / giugno 2010 presso la sede dell'Ass.ne Culturale OD'A in via Giambellino 79.
- ❖ **LABORATORIO DI TAGLIO E CUCITO E PICCOLE RIPARAZIONI** – Ciclo di 8 incontri, il giovedì, dalle ore 10 alle ore 12, dall'8.10.2009 fino al 26.11.2009 ed, a seguire, altri cicli di incontri nel periodo gennaio / maggio 2010.
- ❖ **LABORATORIO DI MAGLIERIA** - Ciclo di 10 incontri di due ore l'uno, da tenersi tra ottobre e dicembre 2009.
- ❖ **LABORATORIO DI DECOUPAGE PER EX ALLIEVE** – Ciclo di 10 incontri, il lunedì, dalle ore 10 alle ore 12, dal 05.10.2009 al 14.12.2009.
- ❖ **LABORATORIO DI DECOUPAGE AVANZATO** – Ciclo di 8 incontri, il martedì, dalle ore 15 alle ore 17, dal 06.10.2009 al 24.11.2009.

- ❖ **LABORATORIO DI DECOUPAGE PER LE EX ALLIEVE** – Ciclo di 10 incontri, il lunedì, dalle ore 10 alle ore 12, dal 25.01.2010 al 29.03.2010.
- ❖ **LABORATORIO DI BIGIOTTERIA BASE** – Ciclo di 10 incontri, il mercoledì, dalle ore 10 alle ore 12, dal 23.09.2009 al 25.11.2009.
- ❖ **LABORATORIO DI BIGIOTTERIA AVANZATO PER LE EX ALLIEVE**  
Ciclo di 10 incontri, il mercoledì, dalle ore 10 alle ore 12, dal 13.01.2010 al 17.03.2010.
- ❖ **LABORATORIO DI BIGIOTTERIA AVANZATO PER LE EX ALLIEVE**  
Ciclo di 10 incontri, il mercoledì, dalle ore 10 alle ore 12, dal 24.03.2010 al 26.05.2010.
- ❖ **LABORATORIO “CREARE BIJOUX E GIOIELLI IN MATERIALI NATURALI” – LIVELLO BASE** Ciclo di 10 incontri, il mercoledì, dalle ore 16 alle ore 18, dal 30.9.2009 al 2.12.2009.
- ❖ **LABORATORIO “CREARE BIJOUX E GIOIELLI IN MATERIALI NATURALI” – PER LE EX ALLIEVE** Ciclo di 10 incontri, il mercoledì, dalle ore 16 alle ore 18, nel periodo marzo / aprile 2010.

**PER INFORMAZIONI E PRE-ISCRIZIONI ALLE  
SOTTOELENATE INIZIATIVE  
RIVOLGERSI AL N° 02/884.58.633**

**dalle ore 10 alle ore 12.30 e dalle ore 14.30 alle ore 16.30 dal lunedì al venerdì**

- ❖ **LABORATORIO DI ESPRESSIVITA' VOCALE: svelare la voce, verso un processo di conoscenza tra sé, la propria voce e la comunicazione** - Ciclo di 10 incontri di un'ora e mezzo l'uno, da tenersi nel periodo marzo / giugno 2010.
- ❖ **SPAZIO APERTO** – spazio strutturato per socializzare, incontrarsi, esprimersi liberamente, nell'ambito del quale saranno effettuati incontri e dibattiti su vari argomenti. Da settembre 2009 a giugno 2010, al lunedì, con cadenza quindicinale, dalle ore 15.30 alle ore 17.30.
- ❖ **PROSEGUIMENTO DELL'ATTIVITA' DEL “CORO GABRIELLA FINZI” + SAGGIO DI FINE CORSO** – Si articolerà in due cicli di incontri di un'ora e mezza l'uno a cadenza settimanale; il primo, in ottobre / dicembre 2009, di 7 incontri, ed il secondo, in febbraio / maggio 2010, di 14 incontri, al termine del quale sarà effettuato un saggio presso un teatro della Zona 6.  
Luogo di svolgimento degli incontri: via Andrea Ponti 16, presso i locali dati in concessione all'Ass.ne Musicale Tema.

- ❖ **“OLIMPO E DINTORNI: il Mito e i suoi personaggi visti anche da una prospettiva moderna”** - Ciclo di 8 incontri, da realizzarsi al lunedì dalle 15.30 alle 17, nel periodo marzo / aprile 2010.
- ❖ **LABORATORIO DI “SAHAJA YOGA” BASE – tecnica di meditazione antar yoga, o yoga interiore, con esclusione di attività fisica** - Ciclo di incontri che si terranno al giovedì, dalle ore 15.30 alle ore 17, dal 24.9.2009 fino alla fine del mese di maggio 2010.
- ❖ **LABORATORIO DI “SAHAJA YOGA” AVANZATO – tecnica di meditazione antar yoga, o yoga interiore, con esclusione di attività fisica** - Ciclo di incontri che si terranno al giovedì, dalle ore 17 alle ore 19, dal 24.9.2009 fino alla fine del mese di maggio 2010.
- ❖ **“DIALETTO MILANESE: GRAMMATICA, LETTERATURA, STORIA, POESIE” – CORSO AVANZATO** – Ciclo di incontri, proseguimento dei cicli degli anni precedenti, da tenersi il mercoledì, dalle ore 14.30 alle ore 15.30, dal 30-09-2009 a metà giugno 2010.
- ❖ **“DIALETTO MILANESE: GRAMMATICA, LETTERATURA, STORIA, POESIE” – Corso base per nuovi allievi** – Ciclo di incontri da tenersi il mercoledì, dalle ore 15.30 alle ore 16.30, dal 30-09-2009 a metà giugno 2010.
- ❖ **CICLO DI INCONTRI: “OPERE TEATRALI DI LUIGI PIRANDELLO. LETTURA E COMMENTO DI SCENE SIGNIFICATIVE”** - Ciclo di 8 incontri da un'ora e mezza l'uno, presso la Sala Consiliare “Renzo Ornella” di viale Legioni Romane 54, nel periodo febbraio / maggio 2010.
- ❖ **LABORATORIO DI BRIDGE 1° LIVELLO** - Ciclo di 12 incontri di 3 ore l'uno, in febbraio / giugno 2010, da realizzarsi presso l'Ass.ne Sportiva Dilettantistica Tennis Club Anemoni.
- ❖ **“IL NEOCLASSICISMO NELL'ARTE”** - Ciclo di 6 incontri di un'ora e mezza l'uno, da realizzarsi nel periodo febbraio / aprile 2010, a proseguimento del percorso avviato negli anni scorsi, che ha visto la realizzazione di cicli di incontri sull'Arte rinascimentale a Milano e sul Barocco.
- ❖ **LABORATORIO DI LINGUA INGLESE BASE** - Ciclo di 10 incontri di due ore, da realizzarsi in ottobre / dicembre 09
- ❖ **LABORATORIO DI LINGUA INGLESE AVANZATO** - Ciclo di 10 incontri di due ore, da realizzarsi in ottobre / dicembre 09

- ❖ **LABORATORIO DI LINGUA INGLESE I, II, III LIVELLO** - Ciclo di 10 incontri di due ore l'uno, da realizzarsi a partire da gennaio 2010.
- ❖ **LABORATORIO DI LINGUA SPAGNOLA I, II, III LIVELLO** - Ciclo di 10 incontri di due ore l'uno, da realizzarsi a partire da gennaio 2010.
- ❖ **LABORATORIO DI LINGUA SPAGNOLA BASE** - Ciclo di 10 incontri di due ore, da realizzarsi nel periodo febbraio / giugno 2010.
- ❖ **CICLO DI INCONTRI: "CICERONE: UOMO POLITICO E PRIVATO ATTRAVERSO LE LETTERE"** - Ciclo di 6 incontri, il giovedì, dalle ore 16 alle ore 17.30, dal 5.11.2009 al 10.12.2009.
- ❖ **CICLO DI INCONTRI SULLA MEMORIA: "PROGETTO SULL'ARTE DI RICORDARE"** - Ciclo di 10 incontri, il venerdì, dalle ore 15.30 alle ore 17, dal 9.10.2009 al 4.12.2009.
- ❖ **"AVVIAMENTO ALL'INFORMATICA" – PRIMO LIVELLO:** 2 cicli di incontri, ognuno di 12 incontri di 2 ore l'uno, da realizzarsi presso il Centro Formativo Vigorelli della Provincia di Milano in via Soderini 24. Primo ciclo: periodo febbraio / marzo 2010. Secondo ciclo: aprile / maggio 2010.
- ❖ **"AVVIAMENTO ALL'INFORMATICA" – SECONDO LIVELLO:** 2 cicli di incontri, ognuno di 12 incontri di 2 ore l'uno, da realizzarsi presso il Centro Formativo Vigorelli della Provincia di Milano in via Soderini 24. Primo ciclo: periodo febbraio / marzo 2010. Secondo ciclo: aprile / maggio 2010.
- ❖ **CICLO DI INCONTRI "VOCI E VOLTI DI DONNE FAMOSE E... NO, DA SAFFO AI GIORNI NOSTRI"** - Ciclo di 6 incontri, il giovedì, dalle ore 16.30 alle ore 18, dal 14.01.2010 al 18.02.2010.
- ❖ **CICLO DI INCONTRI "LE TRE MOGLI DI NERONE NEL CONTESTO STORICO DELLA PRIMA META' DEL I SECOLO DOPO CRISTO"** - Ciclo di 6 incontri, il giovedì, dalle ore 16 alle ore 17.30, dal 25.2.2010 all'8.4.2010.
- ❖ **LABORATORIO DI FORMAZIONE ALLA SCRITTURA.** Ciclo di 10 incontri di due ore e mezza l'uno a cadenza settimanale, da realizzarsi al lunedì o al venerdì pomeriggio, dalle ore 15 alle ore 17.30, nel periodo marzo / maggio 2010.

- ❖ **LABORATORIO DI “CURA E VALORIZZAZIONE DELL’IMMAGINE E DELLA PERSONA”** - Proseguimento del laboratorio del 2009. Ciclo di 8 incontri di un’ora l’uno, dalle ore 13 alle ore 14, nel periodo marzo / maggio 2010.
- ❖ **LABORATORIO DI AUTOSTIMA PER ADULTI** - Ciclo di 6 incontri di due ore l’uno, da tenersi nel periodo febbraio / giugno 2010 (sala del 3° piano).
- ❖ **CORSO DI GINNASTICA IN ACQUA** – presso una piscina della Zona 6 o nelle immediate adiacenze, articolato in un ciclo di 10 incontri di due ore l’uno, destinati a due gruppi di massimo n° 20 partecipanti, che frequenteranno lezioni di un’ora l’uno; con obbligo di presentazione di certificato medico di idoneità all’attività fisica da effettuarsi

\*\*\*\*\*

# PROGETTO A.F.A.

## ATTIVITA’ FISICA ADATTATA

**Attività motoria per la prevenzione delle disabilità secondarie e terziarie, destinata a persone con disabilità stabilizzata o post riabilitativa :** Progetto da realizzarsi presso la Scuola Media di via Anemoni 10, articolato in 30 incontri di un’ora l’uno, al lunedì e giovedì, dalle ore 15.30 alle ore 16.30, da effettuarsi nel periodo ottobre / dicembre 2009 e che proseguirà anche nel periodo gennaio / maggio 2010, con la collaborazione di medici di MG e altre istituzioni pubbliche.

**Saranno accettate al massimo le iscrizioni di n° 17 persone.**

**Sarà a carico dei partecipanti il costo di euro 6,00 a persona per la copertura assicurativa contro eventuali infortuni e con obbligo di presentazione di certificato medico di idoneità all’attività fisica da effettuarsi. Ci sarà la possibilità per gli utenti di effettuazione della visita medica in loco con costo calmierato (euro 20).**



**ELENCO INIZIATIVE CHE  
SARANNO EFFETTUATE PRESSO IL  
C.A.M. DI VIA SAN PAOLINO, 18**

**PER INFORMAZIONI E  
PRE-ISCRIZIONI  
RIVOLGERSI AL N° 02-884.55.314,  
DALLE ORE 10 ALLE ORE 12,30,  
E DALLE ORE 14,30 ALLE ORE 16,30,  
DA LUNEDI' A VENERDI'  
MM2 FAMAGOSTA; BUS 71, 74.**

- ❖ **SPAZIO APERTO** - Spazio dedicato ad attività manuali: uncinetto, maglia, fiori di carta, ecc. Tutto l'anno, al martedì e al giovedì, dalle ore 14 alle ore 17.
- ❖ **LABORATORIO DI TAGLIO E CUCITO BASE** – Ciclo di 12 incontri, il mercoledì, dalle ore 14 alle ore 17, dal 23.09.2009 al 09.12.2009.
- ❖ **LABORATORIO DI PITTURA SU STOFFA** – Ciclo di 12 incontri, il martedì, dalle ore 15 alle ore 17, dal 22.09.2009 al 15.12.2009.
- ❖ **LABORATORIO DI DECOUPAGE** – Ciclo di 8 incontri, il lunedì, dalle ore 14.30 alle ore 17.00, dal 12.10.2009 al 30.11.2009.
- ❖ **LABORATORIO DI BIGIOTTERIA** – Ciclo di incontri, il giovedì, dalle ore 15 alle ore 17, dal 22.10.2009 al 25.02.2010.
- ❖ **LABORATORIO DI TAGLIO E CUCITO BASE** - Ciclo di 12 incontri, il mercoledì, dalle ore 14 alle ore 17, dal 13.01.2010 al 31.03.2010.
- ❖ **LABORATORIO DI PITTURA SU STOFFA** - Ciclo di 12 incontri, il martedì, dalle ore 15 alle ore 17, dal 2.3.2010 al 25.5.2010.
- ❖ **LABORATORIO DI DECOUPAGE** - Ciclo di incontri, il lunedì, dalle ore 14.30 alle ore 17, nel 2010, in date da definirsi.
- ❖ **PROSEGUIMENTO LABORATORI DI DANZA: Ballo liscio, balli di gruppo** Ciclo di 10 incontri di due ore l'uno, nel periodo febbraio / maggio 2010. **Sarà a carico dei partecipanti (massimo n° 24 persone) il costo di euro 7,60 a persona per la copertura assicurativa contro eventuali infortuni e con obbligo di presentazione di certificato medico di idoneità all'attività fisica da effettuarsi.**

- ❖ **LABORATORIO DI TAGLIO E CUCITO PER EX ALLIEVE** - Ciclo di 12 incontri, il mercoledì, dalle ore 14 alle ore 17, dal 21.4.2010 al 30.06.2010.
- ❖ **LABORATORIO DI TAI CHI CHUAN** - Ciclo di 10 incontri di due ore l'uno, da tenersi tra ottobre e dicembre 2009.
- ❖ **LABORATORIO DI LINGUA FRANCESE** - Ciclo di 10 incontri di due ore l'uno, da tenersi tra ottobre e dicembre 2009.
- ❖ **LABORATORIO DI GINNASTICA PER LA MENTE** - Ciclo di 10 incontri di due ore l'uno, da tenersi tra ottobre e dicembre 2009.

**ATTIVITÀ CHE VERRANNO PUBBLICIZZATE  
AL MOMENTO DELLA REALIZZAZIONE**

# Serate ed Eventi

- ❖ **CONFERENZA: “SALUTE FISICA E MENTALE. PROBLEMI E SOLUZIONI”** Presso la Sala Consiliare “Renzo Ornella” di viale Legioni Romane 54, il giorno venerdì 16 ottobre 2009, dalle ore 17.30 alle 19.30.
- ❖ **CONFERENZA: “FISIOGNOMICA E MORFOPSICOLOGIA. CONOSCERE SE STESSI E GLI ALTRI ATTRAVERSO LA LETTURA DEL VOLTO”** - Presso la Sala Consiliare “Renzo Ornella” di viale Legioni Romane 54, durante il mese di gennaio 2010, dalle ore 17.30 alle 19.30.
- ❖ **CONFERENZA SUL TEMA: “LA PROTEZIONE CIVILE. DALL’INCIDENTE ALLA CATASTROFE. COSA FARE, COME PREVENIRE”** – Presso la Sala Consiliare “Renzo Ornella” di viale Legioni Romane 54, nel periodo gennaio/maggio 2010.
- ❖ **CONCERTO DI NATALE PER LA CITTA’** – Iniziativa che prevede l’esibizione del Coro “Gabriella Finzi”, con la partecipazione straordinaria della formazione cameristica professionale “I Solisti Lombardi”. Presso la Chiesa di S. Maria delle Grazie sul Naviglio.
- ❖ **CINEFORUM** – Presso il Teatro La Creta, In collaborazione con la Commissione Cultura e l’Ufficio di Presidenza della Zona 6.
- ❖ **“UNA SERATA PER IL GHANA”: PRESENTAZIONE DEL PROGETTO BAOBAB MEDICAL CENTRE DELL’ASSOCIAZIONE ONLUS AMICUS** – Durante la serata sarà effettuata una raccolta fondi a scopo benefico il cui ricavato sarà devoluto interamente per il progetto. Presso il Teatro La Creta, il 26 o 27 marzo 2010, alle ore 21.
- ❖ **“8 MARZO”: Spettacolo in “Dialecto Milanese”** presso il Teatro La Creta. Iniziativa realizzata a cura del gruppo di allievi dei corsi di dialetto milanese,

condotti dalla sig.ra Annamaria Paganini Fumagalli, presso la sede di V.le Legioni Romane.

- ❖ **“8 MARZO”**: **Due pomeriggi danzanti**, con musica dal vivo o con cd, con rinfresco ed omaggio floreale alle partecipanti, da effettuarsi presso le due sedi C.A.M. di Via S. Paolino 18 e Via la Spezia 26.
  
- ❖ **DUE SERATE DI LETTURA: “OLIMPO E DINTORNI”** – Lettura di testi di autori del passato e contemporanei che trattano i grandi personaggi del Mito. Da realizzarsi nel periodo maggio / giugno 2010 presso la chiesa di San Cristoforo.
  
- ❖ **IL CAM DI ZONA 6 IN TV** - Volete partecipare come pubblico ad una trasmissione televisiva? Con il C.A.M. di Zona 6 pomeriggi dedicati all'intrattenimento e allo spettacolo, con ospiti prestigiosi.

# Visite guidate e Gite

- ❖ **VISITE GUIDATE IN CITTA'** – Serie di visite presso alcune realtà storico-artistiche cittadine: mostre, palazzi, dimore storiche, chiese. Tutte con ritrovo in loco. Eventuali costi a carico degli utenti. Sono previste le seguenti destinazioni:

- Palazzo Busca;
- Casa del Manzoni;
- Museo della Scienza e della Tecnologia (sezione leonardesca);
- Laboratorio di restauro “Open Care” presso i Frigoriferi Milanesi;
- “Dialogo nel buio” – Istituto dei Ciechi di Milano;
- Cantiere Marmisti della Veneranda Fabbrica del Duomo di Milano;
- Studi RAI di via Mecenate;
- Scuola d’Arte “Beato Angelico”;
- La Ca’ Granda;
- Nuova sede dell’Università Bocconi;
- Palazzo Bolagnos Visconti;
- Casa Museo Mangini Bonomi;
- Palazzo Serbelloni;
- Collezione Zucchi;
- Deposito ATM;
- Il Comando della Polizia Municipale;
- Cascina Linterno: fontanili e marcite;
- L’Orto Botanico di Cascina Rosa;
- La Mediateca Santa Teresa.

- ❖ **GITA IN GIORNATA ALLA VENARIA REALE (TORINO)** Residenza estiva dei Savoia (presa a modello per realizzare Versailles), fu iniziata nel Seicento per volere del Duca Carlo Emanuele II, su progetto di A. Castellamonte e successivamente trasformata in sontuosa dimora da M. Garove, F. Juvarra e B. Alfieri. Parte di un grandioso progetto di restauro, costituisce un esempio straordinario di Architettura Barocca. Con visita guidata, per un gruppo di 50 persone. Da realizzarsi in aprile – maggio 2010. **PRANZO LIBERO.**



#### **NOTE IMPORTANTI**

- ❖ OGNI ATTIVITA' DEL C.A.M. DEL COMUNE DI MILANO E' GRATUITA E APERTA A TUTTI;**
- ❖ IL PROGRAMMA PUO' ESSERE SOGGETTO A MODIFICHE;**
- ❖ OGNI CICLO DI INCONTRI SARA' EFFETTUATO SOLO AL RAGGIUNGIMENTO DEL NUMERO MINIMO DI 10 ISCRIZIONI;**
- ❖ LE/GLI UTENTI INTERESSATE/I A FREQUENTARE I CICLI DI INCONTRI ED I CORSI ILLUSTRATI, DOVRANNO EFFETTUARE UNA PRE-ISCRIZIONE RIVOLGENDOSI ALLA SEDE INDICATA QUALE SEDE DI SVOLGIMENTO DEL CORSO STESSO E DI RACCOLTA DELLE RELATIVE ISCRIZIONI.**
- ❖ OGNI CITTADINO PUO' ISCRIVERSI A PIU' CORSI MA LA MANCATA PARTECIPAZIONE AI CORSI, DOPO LA CONFERMA O COMUNQUE SENZA GIUSTIFICATO MOTIVO, COMPORTERA' CHE NEI CORSI FUTURI L'ISCRIZIONE VERRA' ACCOLTA SOLO NELLA LISTA DI ATTESA.**
- ❖ PER LE VISITE GUIDATE IN CITTA' E PER LE GITE OGNI UTENTE POTRA' EFFETTUARE L'ISCRIZIONE PER UNA GITA / VISITA GUIDATA, QUALORA DESIDERASSE PARTECIPARE AD ALTRE GITE/VISITE GUIDATE POTRA' ESSERE INSERITO IN LISTE D'ATTESA.**
- ❖ PER LE VISITE GUIDATE IN CITTA' E PER LE GITE OGNI UTENTE POTRA' EFFETTUARE L'ISCRIZIONE SOLO PER SE' E PER UN'ALTRA PERSONA.**