

Milano



Comune
di Milano
Consiglio
di Zona 6



PROGRAMMA DELLE ATTIVITA' PER IL TEMPO LIBERO



**Centri
Aggregativi
Multifunzionali
di Zona 6**

Settembre 2011 - Dicembre 2011

Milano



Comune
di Milano



Consiglio
di Zona 6

Settore Zona 6

Direttore

Pasquale De Palo

Redazione a cura:

Flavio Galbiati

Elena Scichilone

Cecilia Rodini

Maria Stella Frigerio

Daniele Tamborini

Agosto 2011 – Civica Stamperia

Care cittadine e cari cittadini,
con questo libretto vi presentiamo il programma delle attività che si svolgeranno da settembre a dicembre 2011 presso i Centri di Aggregazione Multifunzionali. Come sapete ora, in Consiglio di Zona 6, siede un nuovo gruppo di consiglieri.

La nostra priorità è quella di fornire alle persone dei quartieri la possibilità di incontrarsi, divertirsi, imparare, conoscere attraverso un' offerta di iniziative varie ed articolate.

Con questo libretto arriviamo fino alla fine dell'anno 2011 ma stiamo già lavorando per migliorare il programma e cercare di renderlo più attento alle vostre domande e più capace di rispondere alle vostre richieste. Utilizzeremo quindi i prossimi mesi di attività per capire cosa aggiungere, modificare, ripensare. Lo faremo insieme alle molte associazioni, organizzazioni e ai molti volontari che, con il loro prezioso contributo, partecipano a rendere più vivaci ed interessanti i Centri di Aggregazione Multifunzionale della zona.

Il nostro obiettivo è quello di arrivare all'inizio del 2012 con un progetto capace di valorizzare quanto di bello viene fatto e di fare ancora di più.

Vorremmo riuscire a raggiungere più persone, a dare uno spazio a chi ancora, all'interno dei CAM, non lo ha trovato, a ragionare sull'incontro tra diverse generazioni, a costruire un nuovo modo di stare insieme.

Ci piacerebbe che i Centri diventassero sempre di più punti di riferimento per tutti voi, luoghi positivi di ritrovo aperti a tutti, occasioni grazie alle quali contribuire a migliorare la socialità nella nostra zona.

E' un progetto ambizioso che vogliamo riuscire a realizzare con il nostro sforzo ma anche grazie al vostro contributo e alla vostra partecipazione attiva. Vi chiediamo di unire le forze per dare vita ad una Zona più vicina ai cittadini augurandoci che si apra un tempo pieno di attività, di occasioni di incontro, di salute e di allegria.

PRESIDENTE DEL
CONSIGLIO DI ZONA 6
Gabriele Rabaiotti

PRESIDENTE DELLA COMMISSIONE
C.A.M. SPORT E TEMPO LIBERO
Doris Zaccaria



Elenco delle iniziative che saranno effettuate presso il

C.A.M. LA SPEZIA

**Via Spezia (interno parco)
MM2 Famagosta; Bus 59, 95**

**PER INFORMAZIONI E PRE-ISCRIZIONI RIVOLGERSI
AL N. 02/884 46765 OPPURE AL N. 02/884 46766
Dalle ore 9.00 alle 12.00 e dalle ore 14.00 alle 16.00
DA LUNEDI' A VENERDI'**

ATTIVITA' PER BAMBINI

❖ SPAZIO BAMBINI

Biblioteca, ludoteca, laboratori creativi, piccoli corsi di giochi da tavolo (per es. scacchi) e la possibilità di organizzare feste di compleanno, che saranno effettuate solo nella giornata di sabato, con costi a carico dei genitori per l'utilizzo della struttura nonché per il personale di custodia.

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. Per informazioni ed iscrizioni: tel. 02 80583040;

pepita_segreteria@demusica.it



❖ LABORATORIO DI PSICOMOTRICITA' DOLCE

Due incontri settimanali di **50 minuti**, il **lunedì** e il **giovedì** dal **12 settembre** al **15 dicembre 2011**, oppure il **martedì** e il **venerdì**, dal **13 settembre** al **16 dicembre 2011**, articolato in tre turni, i cui orari di inizio sono, rispettivamente, **alle ore 9.00, 10.00 e 11.00**.

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 circa 7 € per la copertura assicurativa contro eventuali infortuni.

❖ LABORATORIO DI GINNASTICA DOLCE CON MUSICA

Un incontro settimanale al **mercoledì**, dal **14 settembre** al **14 dicembre 2011**, dalle ore 9.30 alle 11.30, articolato in due turni i cui orari di inizio sono, rispettivamente, alle ore **9.30** e alle ore **10.30**.

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 circa 7 € per la copertura assicurativa contro eventuali infortuni.

"QUATTRO SALTI IN CASSETTA"

BALLO LISCIO e BALLO DI GRUPPO

Tutti i **giovedì** pomeriggio, dalle ore **15.00** alle **18.00**.

❖ LABORATORIO DI BALLO LATINO AMERICANO

Ciclo di 10 incontri di due ore l'uno, da effettuarsi il **martedì**, dal **27 settembre** al **6 dicembre 2011**, dalle ore **14.30** alle ore **16.30**.

Sarà a carico dei partecipanti (massimo n° 20 persone) il costo di circa € 10 a persona per la copertura assicurativa contro eventuali infortuni e con obbligo di presentazione di certificato medico di idoneità all'attività fisica da effettuarsi.

❖ CORSO DI TECNICHE DI RILASSAMENTO (YOGA)

Ciclo di 12 incontri di due ore l'uno, al **martedì**, dalle ore **17.00** alle **19.00**, dal **20 settembre** al **13 dicembre 2011**.

❖ CICLO DI INCONTRI DI "PENSIERO ED ATTEGGIAMENTO POSITIVO"

Ciclo di 10 incontri di due ore l'uno, da tenersi il **mercoledì**, dalle ore **14.00** alle **16.00**, dal **28 settembre** al **30 novembre 2011**.

❖ ORGANIZZAZIONE ED ACCOMPAGNAMENTO DI GRUPPI DI UTENTI : GITE FUORI PORTA E VISITE GUIDATE IN CITTA'.

L'elenco completo delle destinazioni verrà pubblicizzato con apposito volantino in cui saranno indicate anche le modalità di iscrizione.



**Elenco delle iniziative che
saranno effettuate presso il**
C.A.M. LEGIONI ROMANE

**Viale Legioni Romane, 54
MM1 Primaticcio; Bus 58, 63, 64**

**PER INFORMAZIONI E PRE – ISCRIZIONI
AI SOTTOELENCATI LABORATORI
RIVOLGERSI AL N. 02 884 58629
dalle ore 10 alle ore 12.30 e dalle ore 14.30 alle ore 16.30
dal lunedì al venerdì**

L'accesso alle sale di viale Legioni Romane potrà avvenire solo poco prima dell'inizio delle attività (massimo 10 minuti) per non creare disturbo all'utenza degli uffici presenti nella palazzina ed ai lavoratori.

Creatività e artigianato: riscoprire il pregio artistico dei lavori fatti a mano

❖ CICLO DI INCONTRI DI DISEGNO

Ciclo di 10 incontri di due ore l'uno da realizzarsi il **martedì**, dalle ore **10** alle **12**, dal **27 settembre** al **6 dicembre 2011**.

❖ LO "SPAZIO DI MATILDA"

Spazio aperto dedicato ad **attività e laboratori manuali** quali: uncinetto, ricamo, decoupage, stencil... con scambio e confronto di conoscenze diverse da tenersi il **lunedì** dalle **10** alle **12**, dal **3 ottobre** al **19 dicembre 2011**.

❖ LABORATORIO DI MAGLIERIA

Ciclo di 10 incontri, di due ore l'uno, al **venerdì** dalle ore **10.00** alle **12.00** dal **16 settembre** al **18 novembre 2011**.

❖ LABORATORIO DI TAGLIO E CUCITO

Ciclo di 10 incontri di due ore l'uno, il **lunedì** dalle ore **17.00** alle **19.00**, dal **26 settembre** al **5 dicembre 2011**.

❖ LABORATORIO DI DECOUPAGE AVANZATO

Ciclo di 8 incontri di due ore l'uno, al **martedì**, dalle ore **15.00** alle ore **17.00**, dal **4 ottobre** al **29 novembre 2011**.

❖ LABORATORIO DI BIGIOTTERIA AVANZATO (PER EX ALLIEVE)

Ciclo di 10 incontri di due ore l'uno, al **mercoledì**, dalle ore **10.00** alle ore **12.00**, dal **5 ottobre** al **14 dicembre 2011**.

❖ LABORATORIO DI BIGIOTTERIA BASE

Ciclo di 10 incontri di due ore l'uno, al **giovedì**, dalle ore **14.30** alle ore **16.30**, dal **13 ottobre** al **22 dicembre 2011**.

❖ LABORATORIO DI BIGIOTTERIA BASE

(Proseguimento per le ex allieve del corso della Primavera 2011)

Ciclo di 4 incontri di due ore l'uno, il **venerdì**, dalle ore **10.00** alle ore **12.00**, dal **25 novembre** al **16 dicembre 2011**.

❖ SPAZIO APERTO

Spazio strutturato per incontrarsi ed esprimersi liberamente, nell'ambito del quale sono organizzati dibattiti su vari argomenti, gite e visite guidate in città, da tenersi il **lunedì** dalle **ore 15.30** alle **17.30**, con cadenza quindicinale, da **settembre 2011**.

Tra le varie attività è prevista la redazione periodica del "**Notiziario Spazio Aperto**", che raccoglie articoli, notizie, ricette ed altro.

❖ GIOCO DEL BURRACO

Spazio di libera aggregazione dedicato alla pratica del gioco del burraco, da tenersi il **mercoledì** dalle **ore 15.00** alle **17.30** da **settembre 2011**.

❖ GIOCO DEL BRIDGE

Spazio di libera aggregazione dedicato alla pratica del gioco del bridge, da tenersi il **venerdì** dalle ore **14.30** alle ore **17.30** da **settembre 2011**.

**PER INFORMAZIONI E PRE – ISCRIZIONI
ALLE SOTTOELENcate ATTIVITA' TEL AL N. 02 884 58633
dalle ore 10 alle 12.30 e dalle 14.30 alle 16.30
da lunedì a venerdì**

Lingue e culture: scoprire il mondo

❖ SPAGNOLO BASE

Ciclo di 10 incontri di due ore l'uno, da realizzarsi il **venerdì**, dalle ore **10.00** alle ore **12.00**, dal **30 settembre** al **2 dicembre 2011**.

❖ SPAGNOLO AVANZATO – III LIVELLO

Ciclo di 10 incontri di due ore, da realizzarsi il **giovedì**, dalle ore **10.00** alle ore **12.00**, dal **29 settembre** al **1 dicembre 2011**.

❖ FRANCESE CONVERSAZIONE

Ciclo di 10 incontri di due ore l'uno, da realizzarsi il **mercoledì**, dalle ore **10** alle **12** dal **28 settembre** al **30 novembre 2011**.

❖ LINGUA E CULTURA TEDESCA

(Perfezionamento e continuazione del corso avviato nella Primavera 2010)

Ciclo di 10 incontri di un'ora e mezza l'uno, da realizzarsi il **giovedì**, dalle ore **15.30** alle ore **17.00**, dal **6 ottobre** al **15 dicembre 2011**.

❖ INGLESE AVANZATO – III LIVELLO

Ciclo di 10 incontri di due ore l'uno, da realizzarsi il **lunedì**, dalle ore **10.00** alle ore **12.00**, dal **26 settembre** al **5 dicembre 2011**.

❖ INGLESE CONVERSAZIONE – IV LIVELLO

Ciclo di 10 incontri di due ore l'uno, da realizzarsi il **martedì**, dalle ore **10.00** alle ore **12.00**, dal **27 settembre** al **6 dicembre 2011**.

❖ CULTURA, LETTERATURA STORIA E DIALETTO MENEGHINO

Cicli di incontri, a proseguimento dei cicli degli anni precedenti, da tenersi al mercoledì dalle ore 14.30 alle 15.30 e dalle 15.30 alle 16.30, dal **28 settembre 2011**, per due gruppi di partecipanti.

❖ CORSO DI SCRITTURA CREATIVA

Ciclo di 10 incontri di due ore l'uno, il **venerdì**, dalle ore **16.00** alle ore **18.00**, dal **30 settembre** al **2 dicembre 2011**.

❖ CORSO DI GRAFOLOGIA

Ciclo di **10 incontri** di due ore l'uno, da tenersi il **giovedì**, dalle ore **10.00** alle **12.00**, dal **29 settembre** all' **1 dicembre 2011**.

Il corso introduttivo di tecnica grafologica si propone di avvicinare allo studio della scrittura quale strumento per comprendere l'essere umano.

❖ IMPARIAMO A SUONARE LA CHITARRA

Ciclo di 12 incontri di un'ora l'uno, da tenersi al **martedì** pomeriggio, dalle ore **17.15** alle ore **18.15**, dal **20 settembre** al **20 dicembre 2011**.

❖ CORSO DI "PHOTOSHOP" (RITOCCHO FOTOGRAFICO)

Ciclo di 12 incontri di un'ora e mezzo l'uno da tenersi il **martedì** dalle ore **14.30 alle 16.00** da ottobre a dicembre, in date da definirsi.

Requisiti per la partecipazione al corso:

- dotazione di un p.c. portatile (modello recente dotato di processore veloce e almeno 2 giga di Ram)
- possesso di conoscenze informatiche di base, che verrà accertato in sede di selezione, da effettuarsi in data da comunicarsi.

❖ LABORATORIO DI DANZA: BALLO LATINO AMERICANO

Ciclo di 10 incontri di due ore l'uno, da realizzarsi il **lunedì**, dalle ore **17.00** alle ore **19.00**, dal **26 settembre** al **5 dicembre**, presso la palestra della Scuola Media di Via Anemoni 10.

Sarà a carico dei partecipanti (massimo 25 persone) il costo di circa € 10 a persona per la copertura assicurativa contro eventuali infortuni e con obbligo di presentazione di certificato medico di idoneità all'attività fisica da effettuarsi.

Salute e benessere

❖ CICLO DI INCONTRI DI "PENSIERO ED ATTEGGIAMENTO POSITIVO"

Ciclo di 10 incontri di due ore l'uno, il **mercoledì**, dalle ore **17.00** alle ore **19.00**, dal **28 settembre** al **30 novembre 2011**.

❖ LABORATORIO DI "SAHAJA YOGA"

Tecnica di meditazione antar yoga, o yoga interiore, con esclusione di attività fisica

Ciclo di incontri che si terranno al **giovedì**, dalle ore **16.45** alle ore **18.45**, dal **22 settembre 2011**.

❖ CICLO DI INCONTRI DI MEDITAZIONE

Ciclo di 10 incontri che si terranno al **martedì**, dalle ore **16.30** alle ore **18.30**, dal **27 settembre** al **6 dicembre 2011**.

❖ CICLO DI INCONTRI: "LA CURA E LA GUARIGIONE NELLA TERAPIA PSICOANALICA"

Ciclo di 3 incontri che si terranno al **venerdì**, dalle ore **17.30** alle ore **19.30**, da ottobre a dicembre 2011, in data da definirsi.

❖ CORSI DI GINNASTICA IN ACQUA – presso la Piscina di Via del Cardellino, articolati in un ciclo di **10 incontri** di un'ora e mezzo l'uno, destinati a due gruppi di massimo n° 20 partecipanti, che frequenteranno lezioni di quarantacinque minuti l'una; al lunedì, dalle ore 14.30 alle ore 16.00, dal **3 ottobre** al **12 dicembre 2011**.

Per iscriversi è necessario presentare il certificato medico di idoneità all'attività fisica, inoltre sarà a carico dei partecipanti la spesa per la copertura assicurativa di circa 12 euro.



**Elenco delle iniziative che
saranno effettuate presso il
C.A.M. SAN PAOLINO**

**Via San Paolino, 18
MM2 Famagosta; Bus 71, 74**

**PER INFORMAZIONI E PRE-ISCRIZIONI RIVOLGERSI
AL NUMERO: 02 88455314 - dalle ore 09.00 alle 12.00
DA LUNEDI' A VENERDI'**

❖ **SPAZIO APERTO**

Spazio dedicato ad attività manuali quali uncinetto, maglia, fiori di carta, attività ludiche. Al **martedì** e al **giovedì**, dalle ore **14.00** alle ore **17.00** a partire da **settembre 2011**.

❖ **LABORATORIO DI DECOUPAGE BASE**

Ciclo di 8 incontri, il **lunedì**, dalle ore **14.30** alle ore **17.00**, dal **3 ottobre** al **21 novembre 2011**.

❖ **LABORATORIO DI PITTURA SU STOFFA**

Ciclo di 12 incontri, il **martedì**, dalle ore **15.00** alle ore **17.00**, dal **27 settembre** al **20 dicembre 2011**.

❖ **LABORATORIO ARTIGIANALE – PER EX ALLIEVE (Primavera 2011)**

Spazio dedicato a decorazioni, decoupage, riciclo piccoli oggetti, bigiotteria... e altro ancora. Si prevedono acquisite le conoscenze di base delle varie tecniche.

Ciclo di incontri, il **giovedì**, dalle ore **10.00** alle ore **12.00**, dal **29 settembre**.

❖ **LABORATORIO DI TAGLIO E CUCITO BASE**

Ciclo di 12 incontri, il **mercoledì**, dalle ore **14.00** alle ore **17.30**, dal **21 settembre** al **14 dicembre 2011**.

❖ CORSO DI THAI CHI CHUAN

Ciclo di 10 incontri, al **lunedì mattina**, dal **26 settembre** al **5 dicembre 2011**, destinati a tre gruppi di partecipanti, che frequenteranno lezioni di un'ora ciascuno con inizio **rispettivamente alle ore 9, 10, 11**.

❖ CORSO DI THAI CHI CHUAN

Ciclo di 10 incontri, il **giovedì pomeriggio**, dal **29 settembre** al **1 dicembre 2011**, destinati a tre gruppi di partecipanti, che frequenteranno lezioni di un'ora ciascuno con inizio **rispettivamente alle ore 14, 15, 16**.

Per entrambi i corsi di THAI CHI sarà a carico dei partecipanti il costo di circa euro 7 a persona per la copertura assicurativa contro eventuali infortuni, inoltre verrà richiesta la presentazione di un certificato medico attestante l'idoneità alla pratica sportiva non agonistica.

❖ CICLO DI INCONTRI DI MEDITAZIONE E TECNICHE DI RILASSAMENTO BASATO SUL METODO "SAHAJA YOGA" (Con esclusione di attività fisica)

Ciclo di incontri, il **venerdì mattina**, dalle ore **10.00** alle ore **12.00**, dal **28 ottobre**.

❖ CICLO DI INCONTRI DI "ASTROLOGIA - CORSO BASE DI INTERPRETAZIONE"

Ciclo di 10 incontri, di due ore l'uno, il **lunedì**, dalle ore **17.30** alle ore **19.30**, dal **3 ottobre** al **5 dicembre 2011**.

❖ LABORATORIO DI ENIGMISTICA CLASSICA

Ciclo di 10 incontri di due ore l'uno, il **giovedì**, dalle ore **9.00** alle ore **11.00**, dal **29 settembre** all' **1 dicembre 2011**.

❖ CICLO DI INCONTRI "PARLIAMO DI FUNGHI"

Ciclo di **4 incontri** di due ore l'uno da tenersi il **martedì**, dalle ore **17** alle ore **19**, dal **20 settembre** all' **11 ottobre 2011**.

❖ CICLO DI INCONTRI DI ACQUARELLO

Ciclo di 10 incontri di due ore l'uno, il **mercoledì**, dalle ore **11.00** alle ore **13.00**, dal **28 settembre** al **30 novembre 2011**.

❖ LABORATORIO DI LINGUA INGLESE

Ciclo di 10 incontri di due ore l'uno, da realizzarsi il **mercoledì**, dalle ore **9.00** alle ore **11.00**, dal **28 settembre** al **30 novembre 2011**.

❖ LABORATORIO DI LINGUA FRANCESE

Ciclo di 10 incontri di due ore l'uno, il **giovedì**, dalle ore **11.00** alle ore **13.00**, dal **29 settembre** all' **1 dicembre 2011**.

❖ LABORATORIO DI DANZA: BALLO LATINO AMERICANO

Ciclo di 10 incontri di due ore l'uno, il **venerdì**, dalle ore **14.30** alle ore **16.30**, dal **30 settembre** al **2 dicembre 2011**.

Sarà a carico dei partecipanti (massimo n° 25 persone) il costo di circa euro 10 a persona per la copertura assicurativa contro eventuali infortuni e con obbligo di presentazione di certificato medico di idoneità all'attività fisica.



❖ CORSO DI INGLESE BABY (bambini dai 3 ai 5 anni)

Ciclo di 10 incontri, il **giovedì**, di quarantacinque minuti, dalle ore **17.00** alle ore **17.45** dal **29 settembre** al **1 dicembre 2011**.

❖ CORSO DI INGLESE BABY (bambini dai 6 ai 10 anni)

Ciclo di 10 incontri, il **giovedì**, di quarantacinque minuti dalle ore **17.45** alle **18.30** dal **29 settembre** al **1 dicembre 2011**.

❖ AVVICINAMENTO ALLA MUSICA PER BAMBINI (dai 3 ai 5 anni)

Ciclo di 10 incontri, il **venerdì**, di quarantacinque minuti dalle ore **17.00** alle **17.45** dal **30 settembre** al **2 dicembre 2011**.

❖ AVVICINAMENTO ALLA MUSICA PER BAMBINI (dai 6 ai 10 anni)

Ciclo di 10 incontri, il **venerdì**, di quarantacinque minuti dalle ore **17.45** alle **18.30**, in cui verrà approfondito lo studio di uno strumento, dal **30 settembre** al **2 dicembre 2011**.

ATTIVITA' CHE SARANNO PUBBLICIZZATE

AL MOMENTO DELLA REALIZZAZIONE

Conferenze

CONFERENZA SU "L'ARTE DELLA MEMORIA"

Da tenersi presso la Sala Consiliare "Renzo Ornella" in data e orario da definirsi.

CONFERENZA SU "CARRELLATA SCHERZOSA... MA NON TROPPO SULLE DODICI TIPOLOGIE ZODIACALI"

Da tenersi presso la Sala Consiliare "Renzo Ornella" in data e orario da definirsi.

CONFERENZA SU "COUNSELLING: UN NUOVO SERVIZIO DI AIUTO"

Da tenersi presso la Sala Consiliare "Renzo Ornella" in data e orario da definirsi.

CONFERENZA SU "QUANDO IL DISTURBO DA ATTACCHI DI PANICO TI COMPLICA LA VITA"

Da tenersi presso la Sala Consiliare "Renzo Ornella" in data e orario da definirsi

CONFERENZA SU "MI SENTO CONTENTO!! QUANDO ESSERE *TROPPO CONTENTI* DIVENTA UNA MALATTIA"

Da tenersi presso la Sala Consiliare "Renzo Ornella" in data e orario da definirsi.

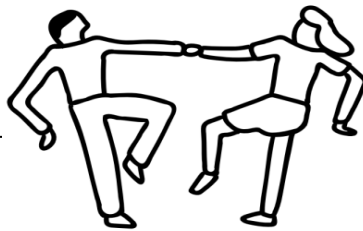
CONFERENZA SU "SPENDO, COMPRO, ACCUMULO, QUANDO DIVENTA UNA MALATTIA"

Da tenersi presso la Sala Consiliare "Renzo Ornella" in data e orario da definirsi.

CORSI A PAGAMENTO PATROCINATI

TUTTI I CORSI INDICATI NELLE PROSSIME PAGINE,
PREVEDONO UN COSTO A CARICO DEI PARTECIPANTI E SI
SVOLGERANNO PRESSO LA SEDE C.A.M. SAN PAOLINO
PER LE ISCRIZIONI RIVOLGERSI AL NUM. 02/884 55314
Dalle ore 9.00 alle 12.00 da LUNEDI' a VENERDI'

Boogie Woogie



Tutti i LUNEDI' sera dalle ore 20, per 12 incontri di un'ora l'uno, presso la sede C.A.M. San Paolino a partire da 26 settembre. La prima lezione è gratuita.
Costo dell'iniziativa: € 12 a persona al mese più assicurazione

A CURA DELL'ASSOCIAZIONE "SHOCK ROCK"
PER INFORMAZIONI: 338 9456515

Balli di gruppo

Tutti i GIOVEDI' sera, dalle ore 19 alle ore 20 a partire dal 6 Ottobre presso la sede C.A.M. San Paolino.

Il giorno 29 settembre. La prima lezione è gratuita.

Costo dell'iniziativa: € 12 al mese più € 8 di assicurazione annua.

A CURA DELL' ASSOCIAZIONE "PROGETTO DANZA"
PER INFORMAZIONI: 333 4564804 / 02 26226057

Shaolin

Tutti i MARTEDI' pomeriggio dalle ore 17.30 alle ore 18.30 per ragazzi dai 10 ai 20 anni, presso la sede C.A.M. San Paolino. Il corso avrà inizio il 18 ottobre.

Costo dell'iniziativa: € 20 al mese più assicurazione

A CURA DELL'ASSOCIAZIONE YIN/YANG THAI CHI
PER INFORMAZIONI: 348 2935758

Thai Chi

Corso di THAI CHI per tutte le età

Tutti i MARTEDI' dalle ore 18.30 alle ore 20.00

Dal 18 ottobre presso la sede C.A.M. San Paolino.

Costo dell'iniziativa: € 20 al mese più assicurazione

A CURA DELL'ASSOCIAZIONE YING/YANG THAI CHI
PER INFORMAZIONI: 348 2935758

太極拳

Shiatsu



- **Corso base di tecniche per l'autoapprendimento:**
articolato in 15 incontri di due ore l'uno, il sabato mattina dalle 11 alle 13, a partire dal 1 ottobre.
Costo dell'iniziativa: € 75 (per gruppi di 14 persone) o € 60 (per gruppi di 20 persone).
- **Ciclo di trattamenti**
Tre trattamenti di un'ora l'uno, il sabato mattina, dalle 9.00 alle 11.00, a partire dal 1 ottobre.
Costo dell'iniziativa: € 70 (comprensivo di assicurazione) oppure di € 60 per chi fosse già assicurato con l'Ass.ne Timanada per altre attività.

A CURA DELL'ASSOCIAZIONE "TIMANADA"
PER INFORMAZIONI: 338 4477392

Servizi di consulenza del Consiglio di Zona 6

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 tra coniugi**
- **testamenti**
- **successioni**
- **divorzi**
- **separazioni**
- **gli obbligati per legge (doveri e diritti nei confronti dei genitori anziani)**

La consulenza viene effettuata previo appuntamento, telefonando al numero: 02 884 58624.

Sedi del servizio: Viale Legioni Romane 54 e Via S. Paolino 18

AMMINISTRATORI DI CONDOMINIO IN ZONA

Servizio che offre informazione e orientamento gratuito su gestione e amministrazione del condominio, locazioni e multiproprietà.

Per prenotare un appuntamento presso la sede di Viale Legioni Romane 54, rivolgersi al numero:

02 884 58628

oppure consulta il calendario del bus InfoMilano sul sito: www.comune.milano.it/infomilano

ESSERE CONSUMATORI

Servizio che offre informazioni e orientamento gratuito su contratti di largo consumo, utenze e servizi domestici, banche e assicurazioni, mediazione finanziaria e creditizia, viaggi e turismo, beni di consumo.

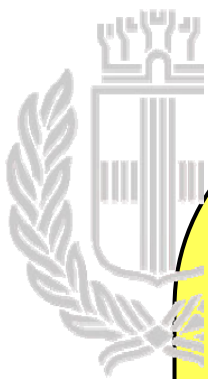
Per prenotare un appuntamento presso la sede di Viale Legioni Romane 54, rivolgersi al numero: 02 884 58628

LO SPORTELLO FISCALE NELLA TUA ZONA

Servizio che offre informazione e assistenza fiscale gratuita su:

- **Comunicazione di irregolarità e cartelle di pagamento**
- **Compilazione e trasmissione del Modello Unico persone fisiche**
- **Informazioni sulla posizione fiscale del cittadino**
- **Registrazione contratti di locazione**

**Il servizio è disponibile presso la sede di Viale Legioni Romane 54 dal lunedì al venerdì, dalle 9 alle 13
Per informazioni telefona allo 02 884 58612**



ZONA SEI

NOTE IMPORTANTI

- **OGNI ATTIVITA' DEL C.A.M. DEL COMUNE DI MILANO E' GRATUITA E APERTA A TUTTI.**
- **PER I CORSI CHE PREVEDONO LA PRESENTAZIONE DEL CERTIFICATO MEDICO, SARA' DATA AGLI UTENTI LA POSSIBILITA' DI USUFRUIRE DELLA VISITA MEDICA PRESSO LA SEDE C.A.M. SAN PAOLINO CON COSTO CALMIERATO (€23).**
- **ALCUNE ATTIVITA' POTREBBERO PREVEDERE L'ACQUISTO DI MATERIALE IL CUI COSTO DOVRA' ESSERE SOSTENUTO AUTONOMAMENTE DA CIASCUN UTENTE /PARTECIPANTE.**
- **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 SOLA 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.**



CAM LEGIONI ROMANE: Viale Legioni Romane, 54 tel. 02 88458633

CAM SAN PAOLINO: Via San Paolino, 18 tel. 02 88455314

CAM LA SPEZIA: Via La Spezia, 26 tel. 02 88446765/ 46766