

Libera la tua voglia di sapere!

con
**auser
unipop
cremona**
Scuola di Pace

a.a.
2025/
2026



**Corsi, laboratori e conferenze per il tempo libero,
per socializzare, per conoscere e condividere.**

Seguici sui nostri canali social



Auser Unipop Cremona: Chi siamo

Auser Unipop Cremona è un'associazione di promozione sociale che organizza corsi, laboratori, eventi, conferenze, attività formative per il tempo libero, per socializzare e stare insieme.

Nasce il **1^a giugno del 1996** a Cremona su idea di **Donata Rosa Bertoletti** che insieme a un ristretto gruppo di persone getta le basi per quella che diventerà una scuola strutturata, stabile e sempre più presente su tutto il territorio cremonese.



**L'anno accademico 2024/25
si è concluso con i seguenti risultati:**

- **608** iscritti
- **23** docenti
- **28** corsi attivi: di cui **23** in città
- **5** corsi nei paesi: **2** a Bonemerse, **3** a Pizzighettone
- **4** centri estivi, svolti nei Comuni di:

**Bonemerse, Casalbuttano ed Uniti, Malagnino
e Stagno Lombardo**



Dove e Quando mi iscrivo ?

SEDE AUSER UNIPOP CREMONA

Via Brescia, 207

ORARIO SEGRETERIA

Lunedì: 10:00/13:00 - 14:00/18:00

Martedì: 10:00/13:00 - 14:00/18:00

Mercoledì: 10:00/16:00

Giovedì: 10:00/13:00 - 14:00/18:00

Venerdì: 10:00/13:00

CONTATTI

Tel: 0372 448678 - **Cell:** 393 8018623

e-mail: unipop.cremona@auser.lombardia.it

web: www.auserunipopcremona.com

FB: Auser Unipop Cremona

IG: Auser Unipop Cremona

SPORTELLO ISCRIZIONI

presso il Centro Socio Culturale Auser "Eliseo e Stellina Stradiotti"

in Via Alfeno Varo, 8 - Cremona

Riceveremo solo su appuntamento telefonico

Con possibilità di pagamento in contanti o tramite bonifico.



Disponibile online AuserLab Cremona

Grazie al bando PNRR per la Digitalizzazione, Innovazione, Competitività e Cultura - Sostegno ai settori culturali e creativi per l'innovazione e transizione digitale finanziato dall'Unione Europea - Next Generation EU -, Auser Unipop si è impegnata a rendere disponibile una piattaforma di E-learning a beneficio di tutti gli iscritti con l'ambizione e lo scopo di:

- ampliare la fruizione dei corsi e seminari Auser in streaming e On Demand;
- consentire e gestire eventi ibridi in presenza e da remoto;
- accedere a contenuti audio/video creati per la diffusione della cultura con particolare attenzione al territorio;
- permettere agli utenti interessati di accedere con la massima libertà possibile ai nostri corsi, incontri, seminari e laboratori in modalità differita, in qualsiasi momento e da qualsiasi luogo;

Finalmente, con questo nuovo anno accademico, possiamo presentarvi ufficialmente **AuserLab Cremona**, la nostra piattaforma di E-learning.

Vi aspettiamo quindi sul nostro sito per poter accedere alla piattaforma di **AuserLab Cremona** dove potrete trovare disponibili online i nostri corsi.

A presto !



**Finanziato
dall'Unione europea**
NextGenerationEU



**MINISTERO
DELLA
CULTURA**



La nostra piattaforma di e-learning, Auserlab Cremona, nasce per offrire un'esperienza formativa innovativa, accessibile e personalizzata, pensata per soddisfare le esigenze di corsisti, docenti e dei nostri volontari Auser.

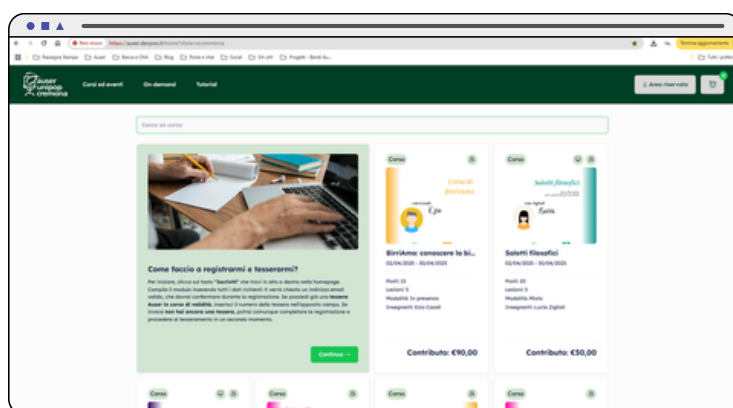
Grazie a un'interfaccia intuitiva e a contenuti multimediali di alta qualità, potrai apprendere quando vuoi, dove vuoi, da qualsiasi dispositivo.

Video-lezioni (accessibili in diretta oppure on-demand), materiali scaricabili, quiz interattivi e forum di discussione rendono il percorso coinvolgente e stimolante, favorendo un apprendimento attivo e duraturo.

Troverai moduli flessibili, e un'assistenza dedicata per accompagnarti in ogni fase del tuo percorso.

In un mondo in continua evoluzione, la formazione continua è la chiave per il successo.

Con la nostra piattaforma, imparare non è mai stato così semplice, efficace e alla portata di tutti.



**Finanziato
dall'Unione europea**
NextGenerationEU



**MINISTERO
DELLA
CULTURA**

INDICE

PAGINE

• <u>CHI SIAMO</u>	2
• <u>DOVE E QUANDO MI ISCRIVO</u>	3
• <u>AUSERLAB CREMONA</u>	4-5
• <u>INDICE</u>	6
• <u>BENESSERE</u>	7
• <u>CUCINA & DEGUSTAZIONE</u>	8
• <u>ARTI & MESTIERI</u>	8-9
• <u>LINGUE STRANIERE</u>	9-10
• <u>MUSICA</u>	10
• <u>STORIA & FILOSOFIA</u>	11-12
• <u>PERCORSO DIRITTO & STORIA</u>	12
• <u>NUOVE PROPOSTE</u>	12-13
• <u>GRUPPI DI AUSER UNIPOP</u>	14-15
• <u>I NOSTRI CORSI NEI COMUNI</u>	15
• <u>LE NOSTRE AULE</u>	16
• <u>CENTRI ESTIVI AUSER</u>	17
• <u>AUSER PANDINO</u>	18
• <u>AUSER RIVOLTA D'ADDA</u>	19-20
• <u>AUSER SERGNANO</u>	20-21
• <u>AUSER VAIANO CREMASCO</u>	22-23
• <u>COME MI ISCRIVO</u>	24
• <u>AGEVOLAZIONI</u>	25
• <u>COLLABORIAMO CON</u>	26-27

**Per maggiori informazioni sulle modalità di iscrizione
contattate la nostra segreteria Auser Unipop!**



Ginnastica Dolce

Docente: Paola Bergamaschi **Durata:** pacchetti da 10 lezioni da 1 ora, rinnovabili durante il corso dell'anno, a partire da ottobre 2025

Frequenza: lunedì e mercoledì dalle 16:00 alle 17:00

Programma:

Il corso propone tecniche per il benessere corporeo, sblocco articolare, controllo posturale ed esercizi di stretching, rilassamento attraverso le tecniche di ginnastica dolce.

Yoga

Docente: Raffaella Romani **Durata:** pacchetti da 10 lezioni da 1 ora rinnovabili durante il corso dell'anno, da settembre 2025

Frequenza: giovedì 16:00 - 17:00 / 17:15 - 18:15 / 18:30 - 19:30

Programma:

Lo Yoga è una disciplina del corpo e della mente che aiuta a vivere meglio, dona armonia e mobilità, permette di conoscere le proprie potenzialità e aumenta la capacità di concentrazione. Obiettivi del corso sono il benessere psicofisico attraverso lo scarico sulle tensioni sedimentate nel corpo e nella mente, il riassetto posturale e lo sblocco di quelle tensioni che inibiscono la capacità respiratoria.

Trucco

Docente: Veronica Cipelletti **Durata:** 8 lezioni da 2 ore, a partire da marzo 2026

Programma:

Apprendere le tecniche e gli elementi di osservazione per apprendere a valorizzare il proprio viso, la propria immagine e le proprie espressività attraverso la scelta adeguata del make-up quotidiano. Lezioni pratiche per apprendere gli elementi tecnici per la detersione del viso; la scelta del prodotto adatto al proprio make-up e sua conservazione, l'auto make-up (occhi, labbra, viso).

Nordic Walking

Docente: Paola Bergamaschi **Durata:** pacchetti da 5 lezioni da 1 ora, rinnovabili durante il corso dell'anno

Frequenza: giorno ed orario da definire in base alla richiesta

Programma:

La camminata nordica (nordic walking in inglese, in italiano chiamata anche camminata con bastoni) è un'attività fisica e sportiva che utilizza bastoncini simili a quelli utilizzati nello sci di fondo, migliora postura, resistenza e tonifica tutto il corpo. Perfetta per tutte le età e livelli di preparazione.



**Per maggiori informazioni sulle modalità di iscrizione
contattate la nostra segreteria Auser Unipop!**

BirriAmo: conoscere la birra

Docente: Ezio Casali **Durata:** 5 lezioni da 2 ore - da febbraio/marzo 2026

Programma: argomenti del corso saranno i cereali, le fermentazioni, la birra nella storia dell'uomo, la coltivazione dell'orzo e degli altri cereali per l'industria brassicola, il luppolo, la produzione, le tipologie e gli stili della birra, la degustazione e gli abbinamenti cibo-birra. Ogni lezione sarà suddivisa in una parte teorica ed una pratica con degustazione di una o due birre.

Cucina

Docente: Gino Mete **Durata:** 4 lezioni da 2 ore - nel mese di novembre 2025

Programma: Ogni incontro avrà un piatto protagonista, vedremo i risotti, i primi piatti in generale, passeremo poi alla panificazione facendo pane, pizza e focacce. Vedremo insieme la realizzazione di un possibile menù, realizzando piatti anche in base ai desideri dei partecipanti.

Degustator diVino: conoscere il vino

Docente: Ezio Casali **Durata:** 6 lezioni da 2 ore - da febbraio/marzo 2026

Programma: il corso avrà lo scopo di avvicinare i partecipanti al mondo del vino, tenendo presente che il vino è piacere e salute, se gustato con sobrietà. Le lezioni verteranno su: introduzione alla conoscenza della vite e della vigna, la produzione del vino, la classificazione del vino italiano, la tecnica della degustazione mediante l'esame visivo, olfattivo, e del gusto. Ogni lezione sarà suddivisa in una parte teorica e in una pratica mediante la degustazione di uno o due tipi di vino diversi.

Corso di Fotografia

Docente: Oscar Pegorini. **Durata:** 20 lezioni da 1 ora e mezza - da novembre 2025

Programma:

Dopo un primo incontro in comune, svilupperemo due percorsi diversi ma comunicanti tra loro in modo da poter fare un percorso completo nel mondo della fotografia:

- **Per chi vuole imparare**, vedremo insieme gli aspetti base della fotografia, approfondendo poi gli strumenti, lo scatto, le luci ed un pò di post produzione. Per finire creeremo delle sessioni di scatto, dove discuteremo e valuteremo insieme ciò che verrà fatto.
- **Per chi vuole conoscere**, vedremo insieme la storia della fotografia, vedremo la stampa in camera oscura e guarderemo insieme alcuni autori e le loro immagini cercando di capirne logiche e percorsi.



**Per maggiori informazioni sulle modalità di iscrizione
contattate la nostra segreteria Auser Unipop!**



Mondi, storie e relazioni. Rappresentare, narrare e comunicare: nel cinema e nei film

Docente: Stefano Salvadori. **Durata:** 9 lezioni da 2 ore - novembre 2025

Programma: Durante il corso svilupperemo le seguenti tematiche: Il linguaggio del film. Breve ripresa degli argomenti del corso 22/23; Livelli della rappresentazione: dalla messa in scena alla messa in serie, lo spazio, il tempo; Le componenti della narrazione: gli ambienti, i personaggi, le azioni, le trasformazioni; Le forme della comunicazione.

Taglio & Cucito

Docente: Greta Frassi **Durata:** 6 lezioni da 2 ore - ottobre 2025

Programma: il corso ha l'obiettivo di realizzare uno o più capi base (gonne, pantaloni e corpino) partendo dal prendere le misure, costruire la base, elaborare il modello, realizzare il taglio e, infine, confezionare il capo base. Un corso breve, ma completo che permetterà a chiunque voglia di cimentarsi con uno dei più antichi e affascinanti lavori artigianali.

Corso di Burraco

Docente: APS Burraco Club **Durata:** 5 lezioni da 1 ora e mezza - novembre 2025

Programma: scoprire tutti i segreti di uno dei giochi da tavola più amato da grandi e piccini, capire le mosse chiave che si dovranno o non dovranno mettere in pratica durante una partita al fine di portare a casa un buon punteggio. Consigli, strategie per divertirsi in compagnia.

SPAGNOLO



TEDESCO



I LIVELLI SI DEFINIRANNO IN BASE ALLA DOMANDA

- **Disponibilità di corsi:**
PRINCIPIANTI - BASE - INTERMEDIO - CONVERSAZIONE
- **DURATA: 20 LEZIONI DA 1 ORA E MEZZA - CADENZA SETTIMANALE**
partenza da definire durante l'anno

Per maggiori informazioni sulle modalità di iscrizione contattate la nostra segreteria Auser Unipop!

INGLESE

**TEST DI INGRESSO OBBLIGATORIO
PRIMA DELL'ISCRIZIONE PRESSO LA SEGRETERIA**

I LIVELLI SI DEFINIRANNO IN BASE ALLA DOMANDA

Disponibilità di corsi:

- **PRINCIPIANTI ASSOLUTO - BEGINNER - A1**
- **BASE - ELEMENTARY - A1 TO A2**
- **PRE-INTERMEDIO - PRE-INTERMEDIATE - A2 TO B1**
- **INTERMEDIO - INTERMEDIATE-ADVANCED - B1 TO ALL LEVELS**
- **CONVERSAZIONE**
- **DURATA: 20 LEZIONI DA 2 ORE - CADENZA SETTIMANALE
da ottobre/novembre 2025**
- **DOCENTI:**
MICHELA BALESTRERI, ROSSANA BANTI, BARBARA COLONNA

London Calling

Docente: Rossana Banti **Durata:** 8 lezioni da 1 ora e mezza
da marzo/aprile 2026

Programma: avete mai pensato che vorreste conoscere le parole di quella canzone che vi piace tanto, che sentite spesso ma che non riuscite a capire? Don't worry, questo corso è per voi! Dai testi di canzoni semplici e non che fanno e continuano a fare la storia della musica mondiale capiremo testi e strutture... e l'inglese sembrerà molto meno ostico e sconosciuto di quanto vi possa apparire ora.

Chitarra (corso individuale)

Durata: 10 lezioni da 1 ora - da definire in base alla richiesta

Programma: si valuteranno gli interessi e le competenze dei singoli iscritti al fine di migliorarne le capacità esecutive ed acquisire una più ampia conoscenza degli aspetti musicali interpretativi. È possibile scegliere tra insegnamento dello strumento tradizionale oppure "chitarra per accordi" cioè per accompagnamento.

Pianoforte (corso individuale)

Durata: 10 lezioni individuali da 1 ora - da definire in base alla richiesta

Programma: si valutano interessi e competenze degli iscritti al fine di migliorarne le capacità esecutive ed acquisire una più ampia conoscenza degli aspetti musicali interpretativi.



*Per maggiori informazioni sulle modalità di iscrizione
contattate la nostra segreteria Auser Unipop!*



Salotti filosofici: fare filosofia per esperimenti mentali

Docente: Lucia Ziglioli **Durata:** 5 incontri da 2 ore - primavera 2026

Programma: Unipop propone una serie di salotti filosofici, luoghi in cui incontrarsi per ragionare e discutere insieme di alcune importanti questioni di ieri e di oggi. Non un corso tradizionale, ma veri e propri laboratori di discussione e ricerca insieme. In ogni incontro, provocazioni filosofiche tratte da esperimenti mentali, dilemmi morali, o fatti di attualità ci obbligheranno a riflettere su noi stessi e la realtà in cui viviamo, mettendo alla prova le nostre convinzioni irriflesse e stimolando una nuova comprensione del tema in esame. I laboratori filosofici sono occasioni per chi insegna di **fare esperienza di una didattica della filosofia per problemi** da riproporre in classe. Per tutti sono **uno stimolante luogo di confronto e apprendimento**.

Cremona: dalla fondazione al primo Medioevo

Docente: Gianluca Mete **Durata:** 4 lezioni da 1 ora e mezza - da febbraio 2026

Programma: Corso dedicato alla scoperta di Cremona. Una città ricca di storia e cultura, partiremo dalla sua fondazione e vedremo insieme attraverso lo scorrere degli anni come si è sviluppata la città fino al primo Medioevo. Un'occasione unica per approfondire le radici di una delle città più affascinanti della Lombardia!

Neoclassicismo e Preromanticismo

Docente: Laura Carlino **Durata:** 2 moduli, uno da 3 lezioni ed uno da 4 lezioni da 1 ora e mezza - da novembre 2025

Programma: I cent'anni circa intercorsi fra la diffusione del razionalismo illuminista con la pubblicazione dell'Encyclopédie di Diderot e D'Alembert negli anni cinquanta del Settecento e i primi palpiti di "modernità" (Scuola di Barbizon e Realismo) a metà dell'Ottocento sono molto interessanti in quanto portatori di complessità di cui non danno conto le letture tradizionali di Neoclassicismo, Preromanticismo e Romanticismo. Al di là delle definizioni che mantengono una loro intrinseca validità, i corsi che si propongono cercheranno di analizzare percorsi e interpretazioni che permettano una comprensione più profonda di queste correnti e dei loro esponenti, delle loro correlazioni e contraddizioni e del rapporto intenso che li collega al pensiero e alla società del loro tempo.



**Per maggiori informazioni sulle modalità di iscrizione
contattate la nostra segreteria Auser Unipop!**

Fondamenti di clinica psicoanalitica

Docente: Giovanni Raimo **Durata:** 4/5 lezioni da 1 ora e mezza
da gennaio 2026

Programma: Il corso si propone di introdurre i concetti teorici e gli strumenti clinici fondamentali della psicoanalisi. Verranno affrontati i principali modelli psicoanalitici (freudiano, kleiniano, lacaniano e post-freudiani), i concetti chiave come inconscio, transfert, controtransfert, setting e pulsione, nonché le modalità di ascolto e intervento nella relazione terapeutica.

Lezioni di Storia Contemporanea riservate agli iscritti di Auser Unipop



Durante il corso dell'anno accademico verranno organizzate delle lezioni OnLine e dove possibile in presenza a cura del Professor Adolfo Pepe.

Programma e numero delle lezioni da definire.

Nuove proposte

Condividiamo alcune delle nuove proposte in programma per questo nuovo anno, per non perdere tutte le novità tenete controllato il nostro sito

www.auserunipopcremona.com

Corso per Conduttori di laboratori espressivo-motori

Docenti: Valeria Bonaldi **Durata:** 5 lezioni da 4 ore da gennaio 2026

Programma: Il corso è rivolto ad educatori, insegnanti ed animatori che vogliono imparare a condurre attività per bambini educative coinvolgenti ed inclusive per bambini 1-10 anni.

Cenni di pedagogia, tecniche di gioco e animazione, conduzione gruppi, psicomotricità, danza creativa.

In-formazione, corso sui principi base dell'analisi del comportamento applicata

Docenti: Laura Maiorani **Durata:** numero delle lezioni da definire, partenza da gennaio 2026

Programma: Il corso tenuto da Laura, educatrice e assistente analista del comportamento, è rivolto a insegnanti, educatori, caregiver.

Per insegnare è necessario comprendere. Per comprendere è necessario osservare

**Per maggiori informazioni sulle modalità di iscrizione
contattate la nostra segreteria Auser Unipop!**



• AREA CUCINA & DEGUSTAZIONE

Sano, cotto e mangiato

Docenti: Valeria Martelli e Dott.ssa Annalisa Subacchi **Durata:** 5 lezioni di 1 ora e 30, partenza da definire

Programma: Vuoi mangiare sano ed equilibrato, ma sei sempre di fretta e finisci per preparare i soliti piatti? Se pensi che sano e gustoso si può ma non sai come fare questo è il corso per te. Un po' di teoria per chiarirsi le idee e tanti consigli e ricette con alimenti noti e meno noti.

• AREA ARTI & MESTIERI

Grafologia

Docenti: Maria Grazia Lombardi **Durata:** lezioni e partenza da definire

Programma: Un percorso introduttivo alla grafologia, la disciplina che studia la personalità attraverso l'analisi della scrittura. Il corso fornisce le basi teoriche e pratiche per interpretare i tratti grafici e comprendere gli aspetti psicologici legati allo stile scrittorio. Ideale per chi desidera avvicinarsi a questa affascinante materia, sia per interesse personale che professionale.

• AREA INFORMATICA

A.I. dalla fantascienza alla vita quotidiana.

L'A.I. spiegata a tutti

Docenti: Michele Fogliazza **Durata:** 4 incontri di 1 ora e 30, partenza da novembre 2025

Programma: Un corso introduttivo e pratico dedicato all'intelligenza artificiale (IA), pensato per chi desidera comprendere i concetti fondamentali, le tecnologie principali e le applicazioni reali di questa disciplina. Vedremo quindi insieme cos'è l'IA e come si applica nel nostro quotidiano. Ideale per studenti, professionisti e curiosi che vogliono avvicinarsi al mondo dell'IA in modo chiaro, accessibile e aggiornato.

• AREA STORIA & FILOSOFIA

Senti che roba

Docenti: Giacomo Firpo **Durata:** 4 incontri di 1 ora e 30, partenza da gennaio 2026

Programma: Un viaggio affascinante attraverso la storia, visto e ascoltato con le orecchie del tempo. Il corso esplora i principali periodi storici – dal Medioevo al Novecento – attraverso le trasformazioni della musica, mettendo in luce il legame tra espressione musicale, contesto culturale e cambiamenti sociali. Ogni incontro sarà un'occasione per scoprire come la musica rifletta (e spesso anticipi) i pensieri, i sentimenti e le rivoluzioni di ogni epoca.



• GRUPPI DI LETTURA



VENITE A PROVARE I NOSTRI GRUPPI DI LETTURA !!

Cartapesta: Frontiere Narranti

Moderatrici: Cinzia Carotti e Laura Pegorini **Durata:** incontri mensili a partire da settembre 2025

Programma: una panoramica delle zone di confine. Siano esse temporali, sociali e culturali.

Contributo: gratuito per gli iscritti Auser Unipop

Filòs - gruppo di lettura filosofico

Moderatrice: Lucia Ziglioli **Durata:** incontri mensili a partire da settembre 2025

Programma: un luogo di incontro e confronto per ragionare e discutere insieme di alcune tra le grandi questioni del nostro tempo.

(Non sono necessarie conoscenze filosofiche pregresse)

Contributo: gratuito per gli iscritti Auser Unipop

Teen Book Club - gruppo di lettura per adolescenti

Moderatrice: Laura Pegorini **Durata:** incontri mensili, partenza da definire durante l'anno

Programma: Una delle novità di quest'anno accademico è il Teen Book Club, il nostro primo gruppo di lettura pensato per adolescenti in collaborazione con Betta la talpa. In ogni incontro vedremo un genere letterario differente, passeremo dalla narrativa, al thriller, al fantasy a moltissimi altri ancora... leggendo insieme alcuni titoli del BookTok, i libri più "chiacchierati" sui social.

Contributo: gratuito per gli iscritti Auser Unipop

• GRUPPI DI SCRITTURA CREATIVA



Gruppo di scrittura creativa

Moderatrice: Elena Sozzi **Durata:** incontri mensili a partire da settembre 2025

Programma: Durante il corso degli incontri sarà possibile discutere dei vostri lavori, fare esercizi di scrittura e stimolarvi a vicenda. Uno spazio accogliente dove esplorare la vostra creatività, scambiare idee e ricevere feedback costruttivi.

Contributo: gratuito per gli iscritti Auser Unipop

• GRUPPO CINEMATOGRAFICO



“Tra distopia e utopia”

La fantascienza nel cinema

Moderatore: Stefano Salvadori **Durata:** incontri mensili da novembre 2025 a maggio 2026

Programma: negli ultimi mesi del 2025 verrà portata a termine la rassegna cinematografica a tema fantascientifico dello scorso anno.

Successivamente, da gennaio a maggio/giugno 2026, nella seconda parte dell'anno accademico, verrà realizzata una nuova rassegna cinematografica.

Contributo: gratuito per gli iscritti Auser Unipop

I corsi di Auser Unipop nella provincia di Cremona



PIZZIGHETTONE



Corsi presso Centro Sociale Aup e Oratorio San Luigi
Per ulteriori informazioni è possibile contattare la referente locale **Clara** tel. 328.7070820

Ginnastica Dolce

Docente: Francesca C. **Durata:** 2 lezioni a settimana da 1 ora

BONEMERSE



Corsi presso la palestra comunale di Bonemerse
Per ulteriori informazioni è possibile contattare la segreteria di Auser Unipop

Ginnastica Dolce Pomeridiana

Docente: Adriano G. **Durata:** 2 lezioni a settimana da 1 ora

Ginnastica Dolce Serale

Docente: Adriano G. **Durata:** 2 lezioni a settimana da 1 ora

Le nostre Aule

- **Sala Corsi "Guido Bussi" presso la Sede Auser**
Via Brescia, 207 - Cremona



- **Centro Socio Culturale Auser "Eliseo e Stellina Stradiotti"**
Via Alfeno Varo, 8 - Cremona



Centri estivi ricreativi E-state Insieme all'Auser



Nato nel 2017 grazie a un bando di Fondazione con il Sud, il progetto dei centri estivi si è rapidamente trasformato in un punto di riferimento per la comunità.

Inizialmente attivo in un solo comune, quello di Stagno Lombardo, il successo e l'entusiasmo riscontrati hanno portato a un'espansione in altri due comuni limitrofi, Bonemerse e Malagnino, rendendo questa iniziativa un appuntamento estivo molto atteso per i bambini e le loro famiglie. Da quest'estate il nostro centro è attivo anche nel comune di Casalbuttano ed Uniti.

Ogni anno, il programma dei centri estivi continua a crescere grazie a un'ampia partecipazione, non solo da parte dei bambini, ma anche dei giovani educatori dei nostri paesi, che trovano in questa esperienza un'opportunità di crescita professionale e personale.

L'entusiasmo dei partecipanti e il coinvolgimento della comunità sono la testimonianza di quanto questo progetto sia ormai radicato nel territorio.

La pianificazione delle attività è diventata una tradizione consolidata, capace di rispondere alle esigenze di socializzazione, gioco e apprendimento in un ambiente sicuro e stimolante.

Grazie alla collaborazione tra i comuni e il supporto costante delle famiglie, i centri estivi si confermano ogni anno un progetto di successo che guarda al futuro con ottimismo e impegno.





• **AUSER CULTURA PANDINO**

Il **Centro Socio Culturale “Incontro”** di Pandino è un luogo di incontro di varie: persone, attività e culture.

Un centro dove le persone sono protagoniste e risorse per sé e per gli altri. Gestito da Auser Pandino, è uno **spazio non solo di ricreazione e socializzazione, ma anche di “idee”** in quanto ogni persona può dare il proprio contributo portando il proprio pensiero.

Il centro è **aperto dal lunedì al venerdì dalle 14:45 alle 18:00** in cui è sempre presente un volontario.

Le attività in programma sono:

- **3 novembre 2025:** Inizio di 4 corsi di inglese (a seconda dei vari livelli);
- **dal 21 novembre al 26 novembre 2025:** Nell'arena del castello di Pandino allestimento scenico per ricordare le donne uccise per femminicidio nel 2025;
- **8 dicembre 2025:** Raccolta fondi tramite vendita di lavori effettuati dalle donne del laboratorio solidale e Cerimonia di accensione dell'albero delle associazioni (al Centro socio culturale Incontro);
- **Dicembre 2025:** Collaborazione con Associazione MILK ETS per mascarpone solidale

Anno 2026

- **Marzo 2026:** Evento in occasione della festa della donna;
- **Maggio 2026:** Evento in occasione della festa della mamma;
- **13 settembre 2026:** 4° festa dei colori dedicata ad Ivana;
- **25 novembre 2026:** Evento in occasione della giornata internazionale contro la violenza sulle donne;
- **8 dicembre 2026:** Accensione dell'albero delle associazioni.

Per ulteriori informazioni contattare:

Auser Pandino 3274404879,
Doretta 3393826826
mail: auser.pandino@gmail.com





• **AUSER CULTURA RIVOLTA D'ADDA**

Attività Auser Insieme la Chiocciola di Rivolta d'Adda

CORSO DI RICAMO E LAVORO A MAGLIA: martedì e giovedì dalle
14:30 alle 16:30;

CORSO DI CUCITO: Martedì dalle 14:30 alle 16:30;

CORSO DI CUCINA: Martedì alle 20:00 alle 22:00;

CORSO COMPUTER DI BASE: Giovedì dalle ore 9:30 alle 11:00;

CORSO DI YOGA: Lunedì dalle ore 16:30 alle ore 17:30;

CORSO DI BALLO: Venerdì dalle 21:00 alle 22:30;

CORSI DI INGLESE: Mercoledì dalle 15:00 alle 16:00 Livello base;
Mercoledì dalle 16:30 alle 17:30 Livello avanzato;

CORSO DI SPAGNOLO: Lunedì dalle 9:30 alle 11:00 Livello base;

Gruppo Lettura: un incontro al mese il martedì dalle 21:00 alle 23:00;

Gruppo Passeggiate a Tema: un'uscita al mese da pianificare di volta in volta;

Gruppo Turismo Sociale:

- **14 marzo 2026** Visita all'Abbazia di Chiaravalle;
- **23 maggio 2026** Gita alle chiuse di Mantova e all'Abbazia di San Benedetto Po;
- **4-5 ottobre 2026** Gita a Torrechiara, Ravenna e Langhirano;

Gruppo Teatro: Partecipazione a vari spettacoli presso il teatro San Domenico di Crema;

In occasione della Giornata internazionale contro la Violenza sulle donne:

- **Domenica 26 ottobre** Il Gruppo Lettura di Auser in collaborazione con il Gruppo Cultura di ARCI;

Presentazione del libro "Un'ora lunga trent'anni" di Veronica del Carro

- **Domenica 23 novembre** "L'arte può salvare dalla violenza?" Letture accompagnate dal quartetto d'archi Alkimia.

Dicembre 2025 collaborazione con Associazione MILK-ETS per mascarpone
solidale

• AUSER CULTURA RIVOLTA D'ADDA



ALTRE ATTIVITÀ

Officina dell'Aiuto aperto lu-mer-ven dalle 10.00 alle 12.00 per ausili

Sportello di facilitazione digitale aperta alla cittadinanza dal 1 settembre 2025 ,martedì e giovedì dalle 10.00 alle 12.00

Lectture ad alta Voce agli ospiti RSA Casa famiglia il lunedì pomeriggio

Aiuto alla persona, aiuto alla spesa, accompagnamento dal Medico, farmacia, etc

Per ulteriori informazioni contattare:

Auser Rivolta d'Adda

tel: 036379933 - 347 8588057

mail: auserlachiocciola@gmail.com



• AUSER INSIEME “AL MIRABEL” DI SERGNANO APS-ETS

Gestito da *Auser Insieme “Al Mirabel” Sergnano*, è aperto nel Comune il Centro Sociale nei seguenti giorni ed orari:

- dal lunedì al venerdì, dalle ore 15:00 alle ore 18:00.

Le attività in programma sono:

Misurazione parametri vitali una volta alla settimana collaborazione Cooperativa sociale Igea

Percorso per over 65 in collaborazione con Consultorio Diocesano Crema

- **Ogni giovedì pomeriggio:** Incontri per lavorare insieme ai ferri, uncinetto e colorazione gomitoli per realizzazione di un albero di Natale alto 3 m
- **Domenica 28 settembre 2025:** Bancarella per festa d'Autunno
- **Sabato 25 ottobre 2025:** Corso di cucina dal titolo “Pomeriggio in cucina, la lasagna autunnale” presso centro Auser in collaborazione con Biblioteca del Comune di Sergnano

• AUSER INSIEME "AL MIRABEL" DI SERGNANO APS-ETS

- **Domenica 26 ottobre 2025:** Chitarra e voce Interpretazione di vari cantautori - Filippo Malacalza Comunità Papa Giovanni XXIII;
- **Dal 20 novembre 2025:** Argento Vivo: percorso di potenziamento cognitivo di gruppo in collaborazione con ALMA Crema. Incontri il giovedì pomeriggio a cadenza quindicinale;
- **Domenica 23 novembre 2025:** Incontro formativo con critico d'arte sull'Impressionismo .Introduzione all'artista Vincent Van Gogh;
- **Domenica 30 novembre 2025:** Il volontariato nelle carceri. Incontro con lo scrittore giornalista Alex Corlazzoli e Filippo Malacalza.

Anno 2026

- In programmazione per **Aprile visita al campo di concentramento di Auschwitz Birkenau e gita a Cracovia;**
- Lavoretti per addobbi in paese per **8 marzo - Giornata della donna;**
- Partecipazione all'iniziativa "**Rifiutando**";
- A cadenza mensile il **Gioco della Tombola;**
- A cadenza mensile **Feste di compleanno** per i frequentatori del centro.



Esposizione dei lavori realizzati durante gli incontri al Centro Sociale, tenuti di giovedì con il **PROGETTO "tra un punto e...."**

Per ulteriori informazioni contattare:

Auser "Al Mirabel" Sergnano 3477733204
mail: auser.sernano@gmail.com



- **AUSER INSIEME DI VAIANO CREMASCO APS-ETS**

Accoglinza - Umanità - Scoperta - Empatia - Ricerca

È l'acronimo composto dalle nostre parole chiave, parole che ci guidano continuamente alla ricerca di nuove iniziative in grado di condurre chiunque lo desideri, verso il piacere di stare insieme.

L'esperienza più formativa e coinvolgente è stata la vacanza a Bocca di Magra condivisa con il gruppo di ragazzi disabili, 4 giorni intensi, una continua scoperta reciproca.

E' stata l'unione delle tante tessere di un complicato ma bellissimo puzzle.

Abbiamo chiamato questa iniziativa **"OHANA"** termine rubato ad un famoso film d'animazione, perché significa famiglia, una famiglia allargata dove nessuno viene abbandonato o dimenticato.





Attività Auser Insieme di Vaiano Cremasco:

Domenica 26 ottobre Raccolta Fondi festa di Santa Croce a Monte Cremasco;

Gruppo speciale (Progetto Ricevere e Trasmettere) tutti i mercoledì laboratori vari e i sabati attività motoria;

Sabato 8 novembre preparazione coffee break presso l'azienda di Vaiano Cremasco;

Giovedì 20 novembre cena in compagnia presso ristorante Pizzaut;

Martedì 25 novembre Giornata internazionale contro la violenza sulle donne: allestimento della sede a tema;

Dal 1 al 12 dicembre - in collaborazione con il comitato genitori della scuola primaria, presso la nostra sede si terrà una pesca di beneficenza per raccolta fondi a favore della scuola primaria.

Lunedì 8 dicembre Pranzo sociale dedicato ai volontari per i saluti di fine anno;

Sabato 13 dicembre Santa Lucia dei nonni , cena per i soci e serata a tema;

Punto Salute: il dr Dario Cerrato e l'Infermiera Donata Bombelli ogni primo giovedì del mese effettuano esami della glicemia, colesterolo totale, trigliceridi e monitoraggio della pressione;

Allena..... mente: corso di prevenzione alle malattie degenerative a cura del Dr Dario Cerrato. Il primo incontro si terrà venerdì 6 Febbraio 2026 e i successivi 9 incontri di mercoledì;

Martedì 17 Febbraio 2026 In occasione del Carnevale partecipazione col gruppo speciale alle sfilate di carnevale;

Domenica 8 Marzo 2026 Giornata della donna: iniziative riconoscimenti a favore delle donne;

Maggio 2026 Celebrazioni in occasione del 30°esimo anniversario della nascita di Auser Insieme di Vaiano cremasco di Auser.

Per ulteriori informazioni contattare:

Auser Vaiano tel: 0373278202 - 3450816234 **mail:** auservaiano@virgilio.it

Come associarsi all'Auser Unipop Cremona ?

Diventare socio Auser Unipop Cremona è molto semplice:



DI PERSONA, PRESSO LA SEGRETERIA:

- compila la domanda di iscrizione
- versa la quota associativa di euro **22,00**
- versa in contanti o tramite **bancomat** la quota del corso



TRAMITE MAIL:

- scarica la domanda di iscrizione nella sezione MODULISTICA del nostro sito **www.auserunipopcremona.com**
- compila, firma e invia la domanda di iscrizione al nostro indirizzo email **unipop.cremona@auser.lombardia.it**
- effettua il pagamento della quota associativa di **euro 22,00** e la quota del corso tramite **BONIFICO BANCARIO** sul conto **IT7800503411430000000217230**
- invia la ricevuta di avvenuto pagamento al nostro indirizzo mail **unipop.cremona@auser.lombardia.it**

COSTI:



Il contributo deve essere corrisposto per intero all'atto dell'iscrizione, che dovrà avvenire almeno **entro 5 giorni** dalla partenza del corso.

I corsi verranno avviati se raggiungeranno il numero minimo di partecipanti previsto per ognuno dei corsi stessi.

L'iscrizione annuale è di **22 euro** per **l'anno accademico 2025/26** (settembre 2025 – giugno 2026) ed è comprensiva di assicurazione.

RIMBORSI:

Il contributo del corso, previa presentazione della **RICEVUTA DI PAGAMENTO**, è rimborsabile **ESCLUSIVAMENTE** nei seguenti casi:



- a)** per cancellazione del corso da parte della Segreteria, qualora non si raggiunga un numero minimo di iscritti;

- b)** per impossibilità dell'iscritto ad iniziare il corso, causa seri e documentati motivi prima dell'avvio del corso. In questo caso sarà comunque trattenuta la quota di 10,00 euro per le spese organizzative sostenute.
- c)** è possibile spostare la quota corso da rimborsare su un altro corso di interesse organizzato sempre nell'arco dello stesso anno accademico.

LA QUOTA TESSERA DI EURO 22,00 NON È MAI RIMBORSABILE



RIDUZIONI

- I soci che abbiano superato i **65 anni** di età, hanno uno **sconto del 50% sui corsi di Informatica**.
- I soci che si iscrivono, nello stesso anno accademico, al **secondo** corso, hanno diritto a una **riduzione del 10%** sul costo del corso, **dal terzo corso in poi**, hanno diritto a una **riduzione del 20%** sul costo del corso, **salvo ulteriori promozioni già applicate dalla segreteria**.
- Per i **minori di 18 anni** sarà possibile partecipare ad alcuni dei nostri corsi con i parenti adulti (possibili deroghe per ragazze e ragazzi almeno sedicenni) usufruendo di un particolare sconto.



ASSICURAZIONE

Gli iscritti all'Auser Unipop Cremona sono coperti da polizza assicurativa UNIPOL di responsabilità civile verso terzi (cose o persone) e per eventuali infortuni derivanti da sole cause oggettive, sempre e unicamente nell'ambito di svolgimento delle attività programmate dall'Unipop.



CONVENZIONI

(per i dettagli chiedere direttamente in segreteria Unipop)

- **AUSER:** i volontari AUSER avranno uno sconto del **10%** sul primo corso al quale si iscriveranno;
- **CGIL:** gli iscritti alla CGIL hanno lo sconto del **30%** sul primo corso al quale ci si iscrive;
- **UNIPOL SAI:** scontistica su diversi prodotti assicurativi;
- **CAAF CGIL:** gli iscritti AUSER UNIPOL CREMONA usufruiranno dei servizi erogati dal sistema fiscale con le stesse modalità in atto per gli iscritti CGIL, con tariffe agevolate;
- **MUSEO ARCHEOLOGICO LAUS POMPEIA (a Lodi Vecchia):** ingresso ridotto per gli iscritti AUSER UNIPOL CREMONA.

• **AUSER UNIPOP COLLABORA CON**



In convenzione con il Comune di Cremona - Museo Cambonino

Il Comune affida all'Associazione il supporto alla gestione dei seguenti servizi integrativi del Museo Cambonino:

- servizio di accoglienza;
- servizio di sorveglianza;
- servizio didattico;
- condivisione e cooperazione nella definizione di progetti e attività culturali.

• **MicroFestival di Teatro & Musica Antica**

Presso il Museo della Civiltà Contadina del Cambonino, si svolgerà la rassegna di spettacoli e concerti, sotto la direzione artistica di Roberto Cascio, esperto di musica rinascimentale e barocca. Culla del Microfestival di Teatro e Musica Antica è il piccolo oratorio della Beata Vergine di Caravaggio piccolo luogo che fu di preghiera e raccoglimento annesso al complesso rurale all'interno del quale sono stati messi in scena, anche grazie al contributo di Auser Unipop Cremona, rappresentazioni con testi del XVI secolo e brevi interventi musicali attraverso la forma semi-scenica o di reading."

In collaborazione con Associazione 25 Aprile

Progetto Verso una didattica della Costituzione, Conoscere la Costituzione, Formare alla cittadinanza

Continua anche per il prossimo a.s. 25/26 la collaborazione con l'**Associazione 25 Aprile, Conoscere la Costituzione, Formare alla cittadinanza**

• Auser Unipop Cremona realizza

LEZIONI APERTE IN CITTÀ

Lezioni aperte a ingresso libero, in orario pomeridiano e serale presso la **Sala Corsi “Guido Bussi” - Sede Auser Unipop** ed il **Centro Socio Culturale Auser “Eliseo & Stellina Stradiotti”**, con diverse tematiche che riguardano i corsi di Auser Unipop, in programma nell’a.a. 2025/26.

In collaborazione con Cremona Solidale e la Fondazione Ospedale della Carità Casa di Riposo di Casalbuttano

Laboratori per ospiti

Nell’ambito delle convenzioni stipulate con **Cremona Solidale** e la **Fondazione Ospedale della Carità - Casa di Riposo di Casalbuttano**, anche per il prossimo anno accademico 2025/26 realizzeremo alcuni laboratori artistici che utilizzano le tecniche di pittura con acquerello rivolti agli ospiti della struttura e attività varie di lettura ed intrattenimento.

In collaborazione con Proteo Lombardia

Formazione Docenti Scuole

I corsi organizzati in collaborazione con l’**Associazione Proteo Fare e Sapere Lombardia** potranno essere riconosciuti come attività di formazione per i docenti e pertanto le ore frequentate saranno attestate, in quanto Proteo Fare e Sapere è un’associazione riconosciuta dal MIUR quale soggetto qualificato per la formazione (Decreto Miur n.177/2000 e DM del 08/06/2005), inserito nel Comitato delle Associazioni professionali dei docenti e dei dirigenti scolastici (Decreto Miur n.34/2010).



I NOSTRI PROGETTI


auser
Lombardia


auser
Saronno ODV-ETS


auser
Volontariato Brianza ODV-ETS




auser
Cologno Monzese APS-ETS



auser
Unipop Cremona APS-ETS


auser
Territoriale Valcamonica-Sebino APS-ETS

“EDUCARE INSIEME ALL’AUSER”
 PROGETTI PER IL CONTRASTO DELLA
 POVERTÀ EDUCATIVA E IL SOSTEGNO DELLE OPPORTUNITÀ CULTURALI
 E EDUCATIVE DI PERSONE DI MINORE ETÀ”






RI-COSTITUENTE:
 DIALOGHI TRA GENERAZIONI PER SCOPRIRE LA COSTITUZIONE
 E CONTRASTARE LA POVERTÀ EDUCATIVA

Proposta progettuale elaborata per il 2° Bando Multisetore
 di Fondazione Comunitaria della Provincia di Cremona






















Progetto “Giovani Dentro” ovvero invecchiare con stile



"GIOVANI DENTRO"

ovvero invecchiare con stile

Contatti:

Auser Unipop Cremona

unipop.cremona@auser.lombardia.it - via Brescia, 207 - tel. 0372 448678

Auser Comprensorio di Cremona

provincialecremona@auser.lombardia.it - via Brescia, 207 - tel. 0372 448670

Dona il 5 x 1000 **ad Auser!**

**Senza costi per te il 5x1000 ad Auser
permette di mantenere alta la qualità dei servizi
e di ampliare il ventaglio delle attività.**



Sostieni Auser donando il tuo 5x1000

Abbiamo bisogno di te!

Come fare ?

Donare è semplice,

**nella tua dichiarazione dei redditi (730,
Modello CU e Modello Redditi ex
Unico) identifica le sezioni dedicate al
Volontariato e scrivi i nostri codici**

Regala un corso Auser Unipop

**Vuoi fare un regalo
ad un amico, un parente
o una persona che ti sta a cuore ?**

Scegli uno dei nostri corsi !

**Per info
contattate la segreteria
di Auser Unipop Cremona**



CERCHIAMO SEMPRE:



- PROPOSTE/IDEE
- NUOVI DOCENTI
- NUOVI VOLONTARI

Se vuoi trasmettere le tue **PASSIONI**
o condividere le tue **CONOSCENZE...**

SEI LA PERSONA GIUSTA!

INVIA LA TUA CANDIDATURA AL NOSTRO INDIRIZZO
unipop.cremona@auser.lombardia.it



SERVIZIO CIVILE NAZIONALE



SERVIZIO CIVILE NAZIONALE

HAI TRA I 18 E I 28 ANNI?

FAI LA DIFFERENZA!



SCEGLI IL SERVIZIO CIVILE
SCEGLI AUSER

**- 25 ore settimanali
per 365 giorni -**

INVIA LA TUA CANDIDATURA
AL NOSTRO INDIRIZZO
provincialecremona@auser.lombardia.it



Cerchiamo nuovi volontari per una missione speciale!

Cosa può fare un volontario Auser:



- **TELEFONIA SOCIALE**

Ascoltare le parole dei più fragili

Il punto d'ascolto di Auser Insieme città di Cremona
risponde al numero verde nazionale Auser **800 995 988**



- **TRASPORTO PROTETTO**

Prendersi cura della salute degli anziani



- **CONSEGNA DELLA SPESA E
DEI MEDICINALI A DOMICILIO**

Aiutare gli anziani nella quotidianità



- **TRASPORTO STUDENTI DISABILI**

Accompagnare i più fragili



- **ASSISTENZA SUGLI SCUOLABUS**

Prendersi cura dei più piccoli



- **SORVEGLIANZA DI FRONTE ALLE SCUOLE
(NONNI VIGILI)**

Garantire la sicurezza dei più piccoli

Contatti:

Auser Comprensorio di Cremona

provincialecremona@auser.lombardia.it - via Brescia, 207 - tel. 0372 448670



VIENI A TROVARCI ON LINE !

WWW.AUSERUNIPOPCREMONA.COM

SUL NOSTRO SITO :

- Puoi consultare tutti i corsi e le attività
- Scaricare tutta la modulistica per iscriverti
- Scaricare il libretto dei corsi
- Iscriverti alla nostra Newsletter

... E MOLTO ALTRO ANCORA !



Seguici sui nostri canali social

