







Cultura generale

LOCALITÀ	DOCENTE	DURATA	ORARIO	INIZIO	TASSA
ALLA SCOPERTA DEL NOSTRO CANTONE					
Alla scoperta delle chiese romaniche del Ticino	NUOVO	<p>Simboli e Architettura dall'Alto Medioevo al Romanico. Geometria dell'Architettura e significati nel "libro di pietra"; I Maestri Campionesi e Lombardi (Magistri Cumacini) e le chiese romaniche del Ticino. Tre lezioni in aula, che si svolgeranno di giovedì, seguito da una quarta lezione sul territorio. Visita guidata della Chiesa di Santa Maria dei Ghirli e della Chiesa di San Pietro a Campione. Lezioni: giovedì 24 settembre (20.00-21.50) e sabato 24 ottobre (09:00-13:00). Da 8 a 12 partecipanti.</p>			
Lugano	<p>Iscrizioni a Eliana Fuchs-Recalcati – 079 413 68 41 – cpa.fuchs.recalcati@gmail.com, oppure online</p>				
	D. Banaudi	4 lezioni	vedi sopra	24 settembre	CHF 140.–
Cartografia e orientamento	<p>Il corso si rivolge principalmente agli escursionisti e si propone di trasmettere le conoscenze di base necessarie per la lettura di una cartina topografica e per un corretto utilizzo della bussola. Il corso prevede una prima parte teorica e una seconda parte pratica. Indispensabili per il corso: un Rapex, una lente d'ingrandimento, una bussola e una cartina della Leventina 1:25'000. Da 8 a 10 partecipanti. Date: sabato 19 settembre e domenica 4 ottobre.</p>				
Faido	<p>Iscrizioni a Cinzia Zanzi – 076 792 06 94 – cpa.zanzi@gmail.com, oppure online</p>				
	F. Baumann	2 lezioni	09.00-16.30	19 settembre	CHF 135.–
Eccellenza alpestri: l'Alpe di Cari	NUOVO	<p>Un'occasione speciale per conoscere la cultura alpestre e l'arte casearia. Durante la visita all'Alpe, al Caseificio e alla Cantina di affinamento, si apprenderanno le varie fasi di lavorazione e produzione dei formaggi d'alpe. La visita comprende una breve escursione a piedi di 20 minuti per raggiungere l'Alpe di Cari, alpeggio insignito del premio "World Cheese Awards" 2019-2020. Al termine dell'attività è possibile pranzare a base di prodotti dell'Alpe a CHF 20.–. Da 8 a 10 partecipanti.</p>			
Faido	<p>Iscrizioni a Cinzia Zanzi – 076 792 06 94 – cpa.zanzi@gmail.com, oppure online</p>				
	D. Zanzi	1 sabato	08.30-12.00	12 settembre	CHF 50.–
Fortini della Fame a Camorino	NUOVO	<p>I Fortini della Fame sono una preziosa testimonianza del Ticino ottocentesco. L'escursione si svolge in un'atmosfera sospesa tra presente e passato, immersi nella natura, tra suggestivi vigneti, boschi rigogliosi e una vista mozzafiato sul Piano di Magadino. Requisiti: scarpe e abbigliamento da sentiero e buona forma fisica. Al termine vi è la possibilità di pranzare con "taiada, formaggi e dessert" a CHF 20.– a persona (su riservazione). Da 9 a 12 partecipanti. Data di riserva in caso di brutto tempo: 27 settembre.</p>			
Giubiasco	<p>Iscrizioni a Tatiana Gamboni – 079 313 04 13 – cpa.gamboni@gmail.com, oppure online</p>				
	V. Cramerli Beltrametti	1 domenica	09.45-12.15	20 settembre	CHF 40.–
Le gole del Piottino: la via storica	<p>Le gole del Piottino, per secoli sono state un punto nevralgico per il transito delle merci e delle persone in Leventina. In quest'escursione, accompagnati da una guida che fornirà importanti nozioni storiche, percorreremo un piacevole sentiero che attraversa l'orrido sul fiume Ticino, costruito nel tardo medioevo sul versante destro della valle, riaperto dopo importanti restauri. Da 8 a 16 partecipanti.</p>				
Faido	<p>Iscrizioni a Cinzia Zanzi – 076 792 06 94 – cpa.zanzi@gmail.com, oppure online</p>				
	F. Viscontini	1 domenica	10.00-12.00	4 ottobre	CHF 45.–
Luoghi di forza e architettura sacra a Biasca	NUOVO	<p>Presso i luoghi di forza nel mondo sono sorte città, templi, chiese ed altre costruzioni basate sull'architettura sacra, la geometria e l'effetto delle forme. Quali erano le conoscenze degli antichi architetti? E che effetto hanno su di noi? Risponderanno a queste e ad altre domande Claudio Andretta, guida e autore di "Luoghi energetici in Ticino" e Manolo Piazza, geobiologo. Teoria e pratica all'interno e all'esterno; si raccomanda abbigliamento caldo per qualsiasi meteo e un pic-nic per la pausa pranzo. Massimo 16 partecipanti.</p>			
Biasca	<p>Iscrizioni a Maria De Boni – 079 353 95 18 – cpa.deboni@gmail.com, oppure online</p>				
	C. Andretta e M. Piazza	1 venerdì	10.30-15.30	13 novembre	CHF 90.–
Luoghi di forza: teoria e pratica a Claro	<p>Cosa sono i luoghi di forza? Che importanza storica hanno? Come trovarli? E cosa ci possono dare oggi? Claudio Andretta, guida e autore di "Luoghi energetici in Ticino" e l'ingegnere geomante Jörg-Michael Janke rispondono a queste ed altre domande. Un corso con teoria, pratica percettiva e meditazione. Si richiedono scarpe con soles profilate, abbigliamento caldo e</p>				

LOCALITÀ	DOCENTE	DURATA	ORARIO	INIZIO	TASSA
	per ogni meteo, bibita e pranzo al sacco ed ev. bastoni. Visiteremo il colle e la Chiesa del monastero di Claro. Massimo 16 partecipanti.				
Arbedo-Castione	<i>Iscrizioni a Roberta Del Don – 079 739 91 37 – cpa.deldon@gmail.com, oppure online</i>				
	C. Andretta e J. Janke	1 domenica	10.00-15.30	4 ottobre	CHF 90.–
Luoghi di forza: teoria e pratica in Valle di Blenio	Cosa sono i luoghi di forza? Come trovarli? Che importanza storica hanno e cosa ci danno oggi? Claudio Andretta, autore di "Luoghi energetici in Ticino" e Manolo Piazza, geobiologo risponderanno a queste ed altre domande. Si richiede abbigliamento caldo per qualsiasi meteo all'esterno. Si può pranzare in fattoria (prezzo e info al momento dell'iscrizione). Corso con teoria, pratica percettiva e meditazione: visitiamo i cerchi di pietre della "Fattoria il Cardo", alberi e la Chiesa di Castro. Massimo 16 partecipanti.				
Valle di Blenio	<i>Iscrizioni a Vania Araya – 076 559 00 77 – cpa.araya@gmail.com, oppure online</i>				
	C. Andretta e M. Piazza	1 venerdì	10.30-15.30	16 ottobre	CHF 85.–
Luoghi energetici del Ticino: Faido	Camminata guidata ai luoghi di forza – luoghi belli, energetici e spirituali. Si trovano in natura presso cascate, alberi, boschi e colline, ma anche in chiese e monasteri. Visita con spiegazioni paesaggistiche e culturali unite ad esercizi di percezione e meditazione. Con Claudio Andretta, autore di "Luoghi energetici in Ticino", e Patrizia Cotti. Si richiedono scarpe profilate ed abbigliamento adatto a qualsiasi meteo. Possibilità di pranzare all' "Ostello dei Cappuccini". Ritrovo 10.30 al posteggio dell'ostello. Da 10 a 16 partecipanti.				
Faido	<i>Iscrizioni a Cinzia Zanzi – 076 792 06 94 – cpa.zanzi@gmail.com, oppure online</i>				
	C. Andretta e P. Cotti	1 domenica	10.30-15.30	27 settembre	CHF 90.–
Luoghi energetici del Ticino: messaggi dal bosco della Valle Verzasca		Gli alberi ad alto fusto sono gli esseri più evoluti del mondo vegetale. Questa facile escursione tra gli alberi e i luoghi di forza dell'alta Valle Verzasca, permetterà ai partecipanti di imparare ad ascoltare, capire e vivere quello che da tempo immemore i luoghi energetici e gli alberi ci raccontano. Si richiedono scarpe comode con soles profilate, abbigliamento adatto alla meteo, bibita e pranzo al sacco, bastoni per la camminata. Data di riserva: 30 ottobre. Da 10 a 12 partecipanti.			
Gerra Piano	<i>Iscrizioni a Agnese Maffioletti – 091 859 12 18 – cpa.maffioletti@gmail.com, oppure online</i>				
	M. Piazza	1 venerdì	10.00-16.00	9 ottobre	CHF 65.–
San Nicolao e San Pellegrino di Giornico		Escursione con lo storico autopostale Saurer del 1954 a Giornico. Verrà presentata la Chiesa di S. Nicolao, la purezza delle sue linee, la magica penombra della sua cripta e gli animali che da secoli abitano nella pietra di questo prezioso luogo. Si salirà poi alla Chiesa di S. Pellegrino per ammirare il rinomato affresco del Giudizio Universale. Partenza dalla stazione di Lavorgo. Massimo 12 partecipanti.			
Faido	<i>Iscrizioni a Cinzia Zanzi – 076 792 06 94 – cpa.zanzi@gmail.com, oppure online</i>				
	G. Brenni	1 sabato	13.30-16.30	26 settembre	CHF 70.–
Sasso San Gottardo	Visita guidata alla ex-fortezza Sasso San Gottardo, costruita durante la seconda guerra mondiale. Questo museo-fortezza unico nel suo genere, è una delle più grandi e imponenti difese sotterranee della Svizzera, dove tra cannoni, magazzini delle munizioni e alloggi, la storia contemporanea può essere rivissuta. La visita durerà circa due ore: un'ora nella parte storica con l'accompagnamento di una guida e un'ora di visita libera nel settore "Vivere il San Gottardo". Consigliamo capi d'abbigliamento caldi e buone calzature. Massimo 15 partecipanti.				
Faido	<i>Iscrizioni a Cinzia Zanzi – 076 792 06 94 – cpa.zanzi@gmail.com, oppure online</i>				
	Guida Sasso San Gottardo	1 domenica	10.00-11.50	27 settembre	CHF 35.–
Segheria storica e cascata Piumogna		L'escursione si snoda lungo un percorso che avrà come filo conduttore il rapporto sostenibile tra l'acqua, il bosco e le attività dell'uomo. Si visiteranno l'antica segheria patriziale e la prima centrale idroelettrica del Ticino, percorrendo un piacevole sentiero intorno alla cascata Piumogna di Faido. Da 8 a 16 partecipanti.			
Faido	<i>Iscrizioni a Cinzia Zanzi – 076 792 06 94 – cpa.zanzi@gmail.com, oppure online</i>				
	D. Zanzi	1 sabato	09.00-11.30	19 settembre	CHF 45.–
AMBIENTE, SCIENZA E NATURA					
Alla ricerca dei funghi autunnali	Escursione condotta da un micologo e organizzata con lo scopo di far conoscere più da vicino il variegato mondo dei funghi. Sono richiesti abiti e calzature adatte. Ogni partecipante dovrà portare il proprio pranzo al sacco. Ritrovo alle ore 8.30 presso l'aula del bosco della segheria patriziale di Faido dove è esposta una mostra sui funghi. Introduzione teorica (dalle ore 8.30 alle 10.30 circa), segue spostamento sul territorio per l'escursione. Rientro a Faido attorno alle ore 16.30. Da 10 a 12 partecipanti. Data di riserva in caso di brutto tempo: 12 settembre.				
Faido	<i>Iscrizioni a Cinzia Zanzi – 076 792 06 94 – cpa.zanzi@gmail.com, oppure online</i>				
	F. Beretta	1 sabato	08.30-16.30	5 settembre	CHF 65.–

LOCALITÀ	DOCENTE	DURATA	ORARIO	INIZIO	TASSA
Amici dell'astronomia	Presso l'Osservatorio Calina di Carona si ha la possibilità di essere informati su quanto avviene nel mondo dell'astronomia e di effettuare osservazioni di oggetti celesti visibili nei vari periodi dell'anno. Il corso è riservato a persone con nozioni di base di astronomia. Massimo 12 partecipanti.				
Lugano	<i>Iscrizioni a Eliana Fuchs-Recalcati – 079 413 68 41 – cpa.fuchs.recalcati@gmail.com, oppure online</i>				
	F. Fumagalli	5 lunedì	20.00-22.50	14 settembre	CHF 150.–
	Date del corso: 14 settembre, 12 ottobre, 9 novembre, 14 dicembre e 11 gennaio.				
	F. Fumagalli	5 mercoledì	20.00-22.50	16 settembre	CHF 150.–
	Date del corso: 16 settembre, 14 ottobre, 11 novembre, 16 dicembre e 13 gennaio.				
Astronomia elementare	L'astronomia, letteralmente "legge delle stelle", è tra le scienze più antiche. Ha risolto misteri quali, ad esempio, la nascita, la vita e la morte di stelle e galassie ma ha anche generato nuove e importanti domande che continuano a mantenere vivo l'interesse per lo studio del cosmo. Le serate si svolgono presso l'Osservatorio Calina di Carona e sono suddivise in teoria e osservazione. Teoria: uomo e universo; Sole; sistema planetario; Terra; mondo stellare; universo extragalattico; strumenti dell'astronomo. Osservazione: il cielo notturno ad occhio nudo; cartine stellari; osservazioni al telescopio (pianeti, stelle, nebulose). Massimo 12 partecipanti.				
Lugano	<i>Iscrizioni a Eliana Fuchs-Recalcati – 079 413 68 41 – cpa.fuchs.recalcati@gmail.com, oppure online</i>				
	F. Fumagalli	10 martedì	20.00-22.50	22 settembre	CHF 200.–
Diamo valore ai nostri rifiuti		Ogni giorno compriamo, mangiamo, consumiamo, sprechiamo, buttiamo e produciamo montagne di rifiuti. Cosa possiamo fare per evitare che i rifiuti sommergano il pianeta? Molto dipende dalle istituzioni, ma tanto dipende anche dai nostri comportamenti. Sarà utile e sorprendente scoprire con questo corso che dai nostri rifiuti può nascere di tutto: altri materiali, energia, nuova vita. Massimo 12 partecipanti.			
Giubiasco	<i>Iscrizioni a Tatiana Gamboni – 079 313 04 13 – cpa.gamboni@gmail.com, oppure online</i>				
	R. Caminada	2 martedì	19.00-20.50	6 ottobre	CHF 50.–
Mobilità sostenibile: auto elettriche e dintorni	Esperienze pratiche a confronto con miti, paure e promesse. Le automobili elettriche, scattanti, silenziose e poco inquinanti sono la nuova tendenza del mercato ma possono davvero sostituire le auto tradizionali? Il relatore, proprietario di un'auto elettrica, smonta le credenze errate e le preoccupazioni più diffuse e propone dati, fatti concreti e criteri per consentire ad ognuno di valutare obiettivamente se un'auto elettrica sia adatta alle proprie esigenze con risultati spesso sorprendenti. Massimo 12 partecipanti.				
Biasca	<i>Iscrizioni a Maria De Boni – 079 353 95 18 – cpa.deboni@gmail.com, oppure online</i>				
	P. Attivissimo	1 mercoledì	20.00-21.50	11 novembre	CHF 30.–
ARCHITETTURA E STORIA DELL'ARTE					
"Il genio che sfidò le stelle": Michelangelo e il suo tempo		Il corso propone un percorso dell'arte del genio rinascimentale, con particolare attenzione agli aspetti estetici e biografici. Con l'ausilio di immagini, riserveremo alcune importanti riflessioni alle sue opere pittoriche e alle sculture. Inoltre, si vedranno i legami di Michelangelo con altri artisti del suo tempo. Da 8 a 12 partecipanti.			
Mendrisio	<i>Iscrizioni a Alessandra Fontana-Fumagalli – 077 510 48 07 – cpa.fontana.fumagalli@gmail.com, oppure online</i>				
	I. De Vita	4 venerdì	14.00-15.50	23 ottobre	CHF 135.–
"La grande bellezza": Raffaello, vita e opere		Dopo 500 anni dalla morte di Raffaello Sanzio, modello di perfezione, viene proposto un percorso di approfondimento dell'arte del genio rinascimentale, con particolare attenzione agli aspetti estetici e biografici. Con l'ausilio di immagini, riserveremo alcune importanti riflessioni alle sue opere e ai disegni. Effettueremo un confronto con Leonardo da Vinci e Michelangelo. Da 10 a 12 partecipanti.			
Mendrisio	<i>Iscrizioni a Alessandra Fontana-Fumagalli – 077 510 48 07 – cpa.fontana.fumagalli@gmail.com, oppure online</i>				
	I. De Vita	3 venerdì	14.00-15.50	2 ottobre	CHF 85.–
Il tè dell'arte: la sensualità della Belle Époque		L'incontro con la nuova arte, vista ad esempio attraverso le sensuali forme di Klimt o le ballerine del CanCan di Toulouse Lautrec, ci porta in contatto con gli artisti che hanno vissuto la svolta della modernità, fatta di sviluppi tecnologici, mondanità e nuove concezioni di libertà individuali, dando vita ad una nuova immagine dell'universo femminile. Più CHF 5.– per tè e biscotti. Da 10 a 12 partecipanti.			
Faido	<i>Iscrizioni a Cinzia Zanzi – 076 792 06 94 – cpa.zanzi@gmail.com, oppure online</i>				
	A. Giussani	1 sabato	16.30-18.10	14 novembre	CHF 45.–
Medioevo simbolico	L'importanza del simbolo in epoca medioevale indagato attraverso l'arte: dalla vita quotidiana alle danze macabre; dall'utilizzo e significato dei colori alle figure fantastiche... e molto altro. Il corso sarà dotato di un ricco corredo iconografico. Da 10 a 12 partecipanti.				
Mendrisio	<i>Iscrizioni a Alessandra Fontana-Fumagalli – 077 510 48 07 – cpa.fontana.fumagalli@gmail.com, oppure online</i>				
	I. Benati Mura	3 mercoledì	20.00-21.50	18 novembre	CHF 85.–

LOCALITÀ	DOCENTE	DURATA	ORARIO	INIZIO	TASSA
Pazzia e arte	Quando il disagio mentale genera il genio artistico. Un percorso attraverso la vita e le opere di tre grandi artisti: Vincent Van Gogh, Antonio Ligabue e Louis Soutter. Le lezioni saranno accompagnate da un ricco repertorio iconografico. Da 8 a 12 partecipanti.				
Mendrisio	<i>Iscrizioni a Alessandra Fontana-Fumagalli – 077 510 48 07 – cpa.fontana.fumagalli@gmail.com, oppure online</i>				
	I. Benati Mura	3 giovedì	20.00-21.50	12 novembre	CHF 105.–
Pop Art		Viene proposto un percorso sulla Pop Art e sulla cultura popolare dagli anni '50 fino ai giorni nostri, con particolare attenzione agli aspetti teorici, culturali, storici, estetici e alle tecniche. Con l'ausilio di immagini, si riserveranno importanti riflessioni sul senso di fare arte alla fine del XX secolo e all'inizio del XXI secolo. Tra i temi: Andy Warhol, Roy Lichtenstein, Keith Haring, Graffiti, Street Art, Banksy, Transavanguardia, l'iperrealismo e Neo-Pop. Da 8 a 12 partecipanti.			
Mendrisio	<i>Iscrizioni a Alessandra Fontana-Fumagalli – 077 510 48 07 – cpa.fontana.fumagalli@gmail.com, oppure online</i>				
	I. De Vita	4 giovedì	20.00-21.50	8 ottobre	CHF 135.–
Simboli e architettura dall'alto Medioevo al romanico 1		Verranno trattati diversi argomenti: i simboli nelle chiese e nei monasteri medievali; il Giardino Medievale dei Monaci come luogo dei Simboli; la porta del Temp(i)o: i Portali Romanici; il Labirinto come simbolo dei Simboli; la Sirena: un simbolo complesso; il Green Man e l'Uomo Selvatico; la Linea dei Santuari di San Michele e l'energia tellurica. Da 8 a 12 partecipanti.			
Lugano	<i>Iscrizioni a Eliana Fuchs-Recalcati – 079 413 68 41 – cpa.fuchs.recalcati@gmail.com, oppure online</i>				
	D. Banaudi	5 giovedì	20.00-21.50	29 ottobre	CHF 160.–
Simboli e architettura dall'alto Medioevo al romanico 2		Corso di approfondimento: Architettura dei Maestri del Lago dall'Alto Medioevo al XV secolo; le Cattedrali dei Maestri del Lago in Italia; i Maestri Campionesi e del Lago, costruttori del Duomo di Milano. Da 8 a 12 partecipanti.			
Lugano	<i>Iscrizioni a Eliana Fuchs-Recalcati – 079 413 68 41 – cpa.fuchs.recalcati@gmail.com, oppure online</i>				
	D. Banaudi	4 giovedì	20.00-21.50	14 gennaio	CHF 135.–
ATTUALITÀ E STORIA					
Alla ricerca delle nostre radici: l'albero genealogico	Introduzione alla genealogia, seguita da un pomeriggio pratico all'Archivio di Stato di Bellinzona dove ogni partecipante potrà consultare i Ruoli della popolazione del proprio comune di appartenenza. Dopo aver individuato la propria famiglia, ciascuno imparerà a leggere le registrazioni e a raccogliere le informazioni essenziali per l'elaborazione del proprio albero genealogico che verrà creato durante le due lezioni conclusive. Data e orario della lezione pratica a Bellinzona sarà concordata con la docente. Massimo 8 partecipanti.				
Giubiasco	<i>Iscrizioni a Tatiana Gamboni – 079 313 04 13 – cpa.gamboni@gmail.com, oppure online</i>				
	S. Rossi	4 lezioni	09.00-10.50	3 ottobre	CHF 160.–
	Date: sabato 3, 17 e 24 ottobre.				
	S. Rossi	4 lezioni	19.00-20.50	14 novembre	CHF 160.–
	Date: sabato 14 e 28 novembre e sabato 5 dicembre.				
Essere o non essere mamma: sfide e dilemmi del nuovo millennio		Attraverso l'analisi di nuovi modelli, il corso mostra come la maternità sia vissuta e rappresentata nella cultura contemporanea. Analizzeremo temi quali: rifiuto e desiderio di maternità, infertilità, aborto, tecniche di riproduzione assistita, gestazione per altri, violenza ostetrica e depressione post parto. Più CHF 30.– per il pranzo facoltativo al ristorante del Monte Verità. Da 10 a 12 partecipanti.			
Locarno	<i>Iscrizioni a Giovanna Grimaldi Leoni – 091 745 08 05 – cpa.grimaldileoni@gmail.com, oppure online</i>				
	L. Lazzari	1 domenica	09.30-16.50	20 settembre	CHF 85.–
Processo di una strega: "Calatemi giù che dirò la verità"		Durante la prima metà del XVII secolo il fenomeno della "caccia alle streghe" raggiunse il suo apice anche nelle nostre valli. La serata sarà interamente dedicata alla figura di una "presunta strega" – Caterina Fasani di Mesocco – di cui si leggerà e commenterà il verbale originale di interrogatorio sotto tortura, redatto dal Tribunale dei Trenta, che sancì la sua condanna al rogo nel 1614. Questo processo permetterà di inquadrare un fenomeno tanto complesso quanto controverso. Da 10 a 12 partecipanti.			
Roveredo (GR)	<i>Iscrizioni a Carmela Casella Fasani – 079 239 52 97 – cpa.casella@gmail.com, oppure online</i>				
	G. Mottis	1 giovedì	20.00-21.50	29 ottobre	CHF 40.–
Il simbolismo delle streghe	Un'analisi iconologica sul mondo delle streghe, dal paganesimo a tempi più recenti, attraverso anche la lettura degli Atti di un famoso processo per stregoneria. Il corso sarà completato da un ricco corredo iconografico. Da 8 a 12 partecipanti.				
Mendrisio	<i>Iscrizioni a Alessandra Fontana-Fumagalli – 077 510 48 07 – cpa.fontana.fumagalli@gmail.com, oppure online</i>				
	I. Benati Mura	2 giovedì	20.00-21.50	3 dicembre	CHF 80.–

LOCALITÀ	DOCENTE	DURATA	ORARIO	INIZIO	TASSA
La "caccia alle streghe" nella Svizzera italiana	Cos'è la stregoneria? Chi erano veramente le streghe e gli stregoni? Quali erano i malefici che si credeva potessero compiere? Esisteva il Sabba? Come avveniva l'arresto, l'interrogatorio, la tortura e la condanna di una strega? Durante la serata si darà risposta a tutti questi quesiti e si leggerà un processo autentico d'inizio 1600 in Mesolcina, inserendolo nel contesto storico di uno dei periodi più bui della giustizia europea e locale riguardante la "caccia alle streghe". Da 10 a 12 partecipanti.				
Roveredo (GR)	<i>Iscrizioni a Carmela Casella Fasani – 079 239 52 97 – cpa.casella@gmail.com, oppure online</i>				
	G. Mottis	1 giovedì	20.00-21.50	8 ottobre	CHF 40.–
CINEMA E TEATRO					
Laboratorio di teatro creativo	Corso dedicato a chi desidera scoprire o approfondire le risorse del teatro, le competenze legate all'uso del corpo e della voce e a chi desidera sviluppare qualità come spontaneità, ascolto e creatività. Un percorso di apprendimento e crescita personale all'insegna della leggerezza, del divertimento e del piacere di stare insieme. Non sono necessarie conoscenze pregresse. Da 8 a 10 partecipanti.				
Arbedo-Castione	<i>Iscrizioni a Roberta Del Don – 079 739 91 37 – cpa.deldon@gmail.com, oppure online</i>				
	G. Clerici-Cariboni	5 giovedì	20.00-21.50	12 novembre	CHF 160.–
COMUNICAZIONE					
Empatia e Leadership	Un viaggio nella leadership attraverso le lenti dell'empatia. Rifletteremo sull'importanza dell'empatia in una leadership efficace, sulla capacità di assumere la prospettiva degli altri e di leggerne le emozioni, perché affinare gli strumenti per essere empatici è uno dei primi passi per diventare un buon Leader. La teoria sarà supportata da filmati, simulazioni, casi e giochi di ruolo. Da 8 a 12 partecipanti.				
Bellinzona	<i>Iscrizioni a Paola Bagutti – 079 127 23 05 – cpa.bagutti@gmail.com, oppure online</i>				
	C. Valentinotti	4 martedì	19.00-20.50	10 novembre	CHF 135.–
Gestire le riunioni in modo assertivo	Riuscire a condurre una riunione di team in ambito lavorativo, extra lavorativo o semplicemente parteciparvi riuscendo a far valere la propria opinione, nel rispetto di quella degli altri e mantenendo relazioni di successo può risultare una sfida complessa. Partendo da un approfondimento delle modalità della comunicazione assertiva, arriveremo a calarci in casi pratici tipici delle dinamiche di un team durante una riunione. Da 8 a 12 partecipanti.				
Lugano	<i>Iscrizioni a Eliana Fuchs-Recalcati – 079 413 68 41 – cpa.fuchs.recalcati@gmail.com, oppure online</i>				
	D. Guzzetti	4 mercoledì	18.00-19.50	7 ottobre	CHF 135.–
La comunicazione Webinar		A seguito del momento storico contingente che stiamo vivendo, la vita dei cittadini e le abitudini stanno cambiando velocemente così come la comunicazione e i mezzi attraverso i quali avviene. La capacità di utilizzare questi strumenti in tutte le loro potenzialità e il saper cogliere le opportunità che vengono messe a disposizione dal webinar fa la differenza. Oltre alle principali piattaforme, saranno evidenziate le metodologie di comunicazione remota e la gestione delle riunioni. Da 8 a 12 partecipanti.			
Lugano	<i>Iscrizioni a Eliana Fuchs-Recalcati – 079 413 68 41 – cpa.fuchs.recalcati@gmail.com, oppure online</i>				
	C. Valentinotti	4 mercoledì	18.00-19.50	7 ottobre	CHF 135.–
La consapevolezza, per una gestione efficace del team		Cos'è la consapevolezza? Faremo un viaggio tra spazio e tempo alla ricerca della consapevolezza, cercando di capire cosa vuol dire: essere consapevoli. Partendo dal sé cercheremo di applicare la stessa alle esperienze concrete di tutti i giorni che si creano sul posto di lavoro ed in particolare applicheremo la consapevolezza nella gestione del team, analizzando come e quanto questa sia efficace. Da 8 a 12 partecipanti.			
Lugano	<i>Iscrizioni a Eliana Fuchs-Recalcati – 079 413 68 41 – cpa.fuchs.recalcati@gmail.com, oppure online</i>				
	C. Valentinotti	4 mercoledì	18.00-19.50	11 novembre	CHF 135.–
La potenza dell'ascolto	Quante persone conosciamo che sanno davvero ascoltare? Ascoltare è un'arte ed è fondamentale per una comunicazione efficace. Avremo modo di riflettere e di sperimentare quelli che sono gli ostacoli spesso inconsapevoli ad un ascolto attivo e le strategie e risorse da utilizzare per ascoltare in modo efficace. Il tutto con una metodologia fortemente interattiva e coinvolgente. Da 8 a 12 partecipanti.				
Lugano	<i>Iscrizioni a Eliana Fuchs-Recalcati – 079 413 68 41 – cpa.fuchs.recalcati@gmail.com, oppure online</i>				
	D. Guzzetti	4 mercoledì	18.00-19.50	11 novembre	CHF 135.–
Parlare in pubblico in modo efficace: si può fare!	Parlare di fronte ad una numerosa platea, ma anche davanti ad un piccolo gruppo di persone può suscitare emozioni e timori che riducono l'efficacia della nostra performance. Durante il corso si vedrà come la padronanza di una modalità comunicativa di tipo assertivo, la consapevolezza delle proprie emozioni e del linguaggio non verbale possono rivelarsi strumenti				

LOCALITÀ	DOCENTE	DURATA	ORARIO	INIZIO	TASSA
	utili a supporto della nostra sicurezza e di conseguenza della nostra capacità di esprimerci in pubblico. Da 8 a 12 partecipanti.				
Bellinzona	<i>Iscrizioni a Paola Bagutti – 079 127 23 05 – cpa.bagutti@gmail.com, oppure online</i>				
	D. Guzzetti	4 martedì	19.00-20.50	10 novembre	CHF 135.–

CONOSCENZA DI SÉ E SVILUPPO PERSONALE

Autostima: un viaggio alla scoperta del proprio valore
L'autostima è fondamentale e possederla rappresenta una conquista. Avere una buona autostima significa avere fiducia nelle proprie capacità, sentirsi degni d'amore e in grado di affrontare le inevitabili crisi e sfide della vita. Il corso alternerà momenti teorici all'esplorazione delle seguenti pratiche di vita quotidiana: autoconsapevolezza, accettazione di sé, responsabilità delle proprie scelte, auto-affermazione, fedeltà ai propri valori, porsi obiettivi e impegni per raggiungerli. Sede a Pregassona. Da 10 a 12 partecipanti.

Lugano	<i>Iscrizioni a Eliana Fuchs-Recalcati – 079 413 68 41 – cpa.fuchs.recalcati@gmail.com, oppure online</i>				
	P. Guggisberg Nocelli	4 lunedì	18.30-20.40	5 ottobre	CHF 130.–

Camminata sui carboni ardenti
La preparazione a questa esperienza ha l'obiettivo di affrontare blocchi e paure. La camminata sui carboni ardenti (facoltativa in questo corso) favorisce invece la messa in movimento di energie bloccate e contribuisce a dare maggior sicurezza. Ciò che conta non è riuscire o meno "nell'impresa", quanto piuttosto esporsi alle proprie paure e affrontarle in maniera cosciente. Sede a Novaggio. Da 10 a 12 partecipanti.

Pura	<i>Iscrizioni a Nadia Rodriguez-Viel – 091 606 26 19 – cpa.rodriguez@gmail.com, oppure online</i>				
	G. Moccetti	1 domenica	14.30-19.30	25 ottobre	CHF 115.–

Chi sono io? NUOVO
Una domanda esistenziale contemplata nella Psicosintesi. La scoperta dell'io è un processo che richiede un lavoro su di sé per poterne fare esperienza diretta. Ti sei mai detto: "sono fatto così, ormai non ho scelta". Oppure chiedi: "come mai mi sono comportato in questo modo?". In questo workshop scoprirai alcuni personaggi e voci che agiscono nella tua vita, a volte senza la tua volontà. Chi sono tutti questi personaggi? Chi sono io? Ma dov'è il regista? Che caos! Da 10 a 12 partecipanti.

Bellinzona	<i>Iscrizioni a Paola Bagutti – 079 127 23 05 – cpa.bagutti@gmail.com, oppure online</i>				
	M. Bachmann Stoks A. Deiana Ricciardelli	1 domenica	09.00-16.40	22 novembre	CHF 120.–

Coaching & PNL: perché facciamo quello che facciamo? NUOVO
Essere coscienti dei nostri mezzi e limiti è essenziale per la nostra crescita personale. Scoprire, affinare e divertirsi con i nostri meccanismi comportamentali ci motiva e crea il nostro atteggiamento quotidiano nell'ambito lavorativo, personale e di coppia. Come dare maggiore spazio ai metodi che funzionano bene per noi? In questo corso utilizzeremo degli strumenti pratici per comprendere e migliorare la qualità della nostra vita e di quelli che ci stanno intorno. Sede a Pregassona. Da 10 a 12 partecipanti.

Lugano	<i>Iscrizioni a Eliana Fuchs-Recalcati – 079 413 68 41 – cpa.fuchs.recalcati@gmail.com, oppure online</i>				
	A. Barella	4 mercoledì	20.00-21.50	30 settembre	CHF 110.–

Di cosa parliamo quando parliamo d'amore? NUOVO
Il termine "amore" è forse il più utilizzato, abusato e bistrattato in ogni tempo. Durante la serata affronteremo insieme una riflessione sull'amore ai nostri tempi, soffermandoci sul significato che questo termine assume nelle nostre vite ed il valore che vogliamo attribuirgli. Da 9 a 12 partecipanti.

Mendrisio	<i>Iscrizioni a Alessandra Fontana-Fumagalli – 077 510 48 07 – cpa.fontana.fumagalli@gmail.com, oppure online</i>				
	C. Crivelli Barella	1 venerdì	20.00-21.50	25 settembre	CHF 45.–


Gestione dei propri stati d'animo
Per vivere la vita desiderata bisogna essere in grado di gestire emozioni e stati d'animo. Il corso insegnerà a cambiare, migliorare, controllare le proprie emozioni e permetterà di diventare padroni di sé sin da subito, attraverso semplici esercizi pratici. Da 8 a 12 partecipanti.

Tesserete	<i>Iscrizioni a Maria Grazia Manzolini – 079 541 83 93 e 091 943 19 35 – cpa.mgraziamanzolini@gmail.com, oppure online</i>				
	C. Moratti	2 lunedì	20.00-21.50	28 settembre	CHF 75.–

Gli inganni della mente: non farsi imbrogliare dai propri sensi
Esperimenti pratici affascinanti mostrano quanto siano ingannevoli le nostre percezioni (vista, udito, tatto, comprensione dei numeri e delle grandezze fisiche). Permettono anche di conoscere meglio la nostra mente e di diventare osservatori più precisi, imparziali e razionali: talenti preziosi in un'epoca in cui siamo chiamati a decidere su argomenti che sfuggono alla semplice osservazione sensoriale. Massimo 12 partecipanti.


Biasca	<i>Iscrizioni a Maria De Boni – 079 353 95 18 – cpa.deboni@gmail.com, oppure online</i>				
	P. Attivissimo	1 mercoledì	20.00-21.50	21 ottobre	CHF 30.–


LOCALITÀ	DOCENTE	DURATA	ORARIO	INIZIO	TASSA
Grafologia dell'orientamento professionale	La grafologia permette di scoprire la personalità di un individuo attraverso il suo modo di scrivere. L'analisi grafologica trova applicazione in vari settori e uno di questi è l'orientamento professionale. Attraverso l'analisi della scrittura è possibile rilevare attitudini e capacità individuali, allo scopo di aiutare la persona a scegliere una professione o a riorientarsi verso un nuovo lavoro che corrisponda il più possibile alle sue caratteristiche. Più CHF 5.– per il materiale didattico. Massimo 8 partecipanti.				
Mendrisio	<i>Iscrizioni a Alessandra Fontana-Fumagalli – 077 510 48 07 – cpa.fontana.fumagalli@gmail.com, oppure online</i> M. Zaramella				
		1 sabato	09.00-11.30	10 ottobre	CHF 60.–
Grafologia teorica e pratica	La grafologia è la disciplina che studia la scrittura, stabilisce il rapporto tra il gesto grafico e la personalità e permette di approfondire ciò che dall'animo umano emerge. Ogni scrittura è unica e ci mostra il nostro carattere, come gestiamo l'emotività, la capacità di interagire con gli altri e il tipo di intelligenza. Verranno spiegati i segni principali che consentono una conoscenza basilare per potere comprendere la propria grafia e si analizzeranno varie scritture. Massimo 8 partecipanti.				
Camignolo	<i>Iscrizioni a Luciana Demarchi – 077 418 73 29 – cpa.demarchi@gmail.com, oppure online</i> C. Lupo				
		1 sabato	09.00-16.50	10 ottobre	CHF 120.–
Il mondo dei sogni	I sogni sono messaggi importanti che ci vengono inviati dal nostro inconscio. Tuttavia, generalmente non siamo in grado di interpretarli e comprenderne il vero significato. Imparare a ricordare e ad analizzare i propri sogni può aiutarci a prendere maggior consapevolezza di ciò che siamo e di come viviamo. Massimo 8 partecipanti.				
Arbedo-Castione	<i>Iscrizioni a Roberta Del Don – 079 739 91 37 – cpa.deldon@gmail.com, oppure online</i> C. Lupo				
		1 sabato	08.30-12.20	3 ottobre	CHF 75.–
Intelligenza emotiva – istruzioni per l'uso	In questo per-corso ti verranno forniti diversi strumenti, efficaci e pratici, per sviluppare al meglio la tua intelligenza emotiva, scoprire come fare amicizia con le tue emozioni e migliorare il modo in cui gestisci il rapporto con le altre persone. Da 8 a 12 partecipanti.				
Lugano	<i>Iscrizioni a Eliana Fuchs-Recalcati – 079 413 68 41 – cpa.fuchs.recalcati@gmail.com, oppure online</i> F. Donadelli				
		6 mercoledì	20.00-21.50	11 novembre	CHF 185.–
La paura se ne va al galoppo!	In questo training assistito dal cavallo, si comprende il meccanismo umano in stato di paura e si riconosce la paura come segnale di autogestione. Conosceremo le tecniche per trasformare l'emozione. Ogni partecipante sperimenterà personalmente un esercizio con il cavallo che grazie alla sua sensibilità rispecchia il nostro comportamento e regala momenti d'arricchimento interiore profondi. Non sono necessarie conoscenze d'equitazione in quanto non si monta a cavallo. Massimo 6 partecipanti. Data di riserva in caso di brutto tempo: 18 ottobre.				
Giubiasco	<i>Iscrizioni a Tatiana Gamboni – 079 313 04 13 – cpa.gamboni@gmail.com, oppure online</i> K. Knupp				
		1 domenica	09.00-17.40	11 ottobre	CHF 180.–
L'ascolto del femminile dentro di noi	Imparare ad ascoltarsi e portare ordine dentro di sé è l'unica via per ritrovare il benessere. Questa giornata permette un avvicinamento a strumenti pratici (ad es. scrittura creativa, analisi dei sogni, simbolismo, colore, numerologia, linguaggio del corpo) che consentiranno di vedere e comprendere resistenze e conflitti per trasformarli in gioia di vivere, creatività e bellezza. Sede a Pregassona. Massimo 8 partecipanti.				
Lugano	<i>Iscrizioni a Eliana Fuchs-Recalcati – 079 413 68 41 – cpa.fuchs.recalcati@gmail.com, oppure online</i> C. Lupo				
		1 sabato	09.00-16.50	21 novembre	CHF 120.–
Leader si nasce o si diventa?	"Se il management può essere definito un far fare le cose da altri, la leadership è un convincere gli altri a fare le cose" (Dilts, 1998). Il corso tratterà temi quali il concetto di leadership, la leadership efficace, i principali stili di leadership, la gestione del gruppo di lavoro, la comunicazione efficace all'interno del gruppo, la delega e la gestione del processo di delega, la gestione del conflitto e la gestione efficace del tempo. Da 8 a 12 partecipanti.				
Bellinzona	<i>Iscrizioni a Paola Bagutti – 079 127 23 05 – cpa.bagutti@gmail.com, oppure online</i> D. Guzzetti				
		4 martedì	19.00-20.50	6 ottobre	CHF 135.–
Libera la voce	Volete riconnettervi con il vostro respiro, sorgente primaria della voce, attraverso l'ascolto del corpo? Volete imparare a tirar fuori le vostre emozioni attraverso il respiro? Volete scoprire, in modo giocoso e in complicità con gli altri, l'infinità di voci mostruose, angeliche e buffe che vivono in voi? E se scopriste che imparare a tirar fuori le vostre stranezze, vi aiuta a cantare, parlare e comunicare meglio? Da 10 a 12 partecipanti. Date: sabato 14 e domenica 15 novembre. Riduzione del 50% sulla tassa d'iscrizione per i detentori dell'abbonamento Arcobaleno annuale.				
Giubiasco	<i>Iscrizioni a Tatiana Gamboni – 079 313 04 13 – cpa.gamboni@gmail.com, oppure online</i> R. Avilés				
		2 lezioni	10.00-17.20	14 novembre	CHF 180.–

LOCALITÀ	DOCENTE	DURATA	ORARIO	INIZIO	TASSA
Linguaggio del colore	I colori hanno una grande importanza e influenzano molti aspetti della vita. Tutto ha un colore e di conseguenza una vibrazione (ad esempio il cibo, gli abiti, le emozioni, i chakra). Conoscere il significato dei colori permette di approfondire la conoscenza di sé e utilizzare questo importante strumento in maniera più consapevole favorisce il proprio benessere. Massimo 8 partecipanti.				
Giubiasco	<i>Iscrizioni a Tatiana Gamboni – 079 313 04 13 – cpa.gamboni@gmail.com, oppure online</i>				
	C. Lupo	1 sabato	09.00-16.50	24 ottobre	CHF 120.–
Linguaggio del corpo	Attraverso le espressioni, i gesti e gli atteggiamenti comunichiamo ciò che non possiamo o non vogliamo dire con le parole. Osservando il linguaggio del corpo guardiamo con più attenzione il corpo fisico ma scopriamo anche il corpo emotivo, quello razionale e quello energetico. Questo ci consente di conoscere meglio noi stessi e ci permette di relazionarci in modo più efficace con gli altri. Massimo 8 partecipanti.				
Locarno	<i>Iscrizioni a Giovanna Grimaldi Leoni – 091 745 08 05 – cpa.grimaldileoni@gmail.com, oppure online</i>				
	C. Lupo	1 sabato	09.00-16.50	14 novembre	CHF 120.–
Ma che senso ha ancora alla mia età? Osare per credere!		Senti il desiderio di cambiare, mollare, trasformare o iniziare qualcosa di nuovo nella tua vita, ma non sai bene cosa e come? Questi incontri si rivolgono a te che spesso ti ritrovi confrontata/o con la domanda: "ma che senso ha ancora alla mia età?" L'obiettivo delle serate è trovare la "benzina" necessaria per andare verso la vita che TU desideri, il tuo modello ideale. Da 10 a 12 partecipanti. Date: martedì 13 e 27 ottobre.			
Bellinzona	<i>Iscrizioni a Paola Bagutti – 079 127 23 05 – cpa.bagutti@gmail.com, oppure online</i>				
	M. Bachmann Stoks C. Di Marco	2 martedì	17.00-20.15	13 ottobre	CHF 120.–
Mindset per il tuo successo		Avere successo è molto di più che avere semplice fortuna. Per raggiungere il proprio successo in ogni campo è fondamentale avere la giusta mentalità, strategia e approccio. Una giornata dedicata al cambiamento del proprio stile di vita, così da prendere decisioni atte a favorire le condizioni per il proprio successo. Da 10 a 12 partecipanti.			
Lugano	<i>Iscrizioni a Eliana Fuchs-Recalcati – 079 413 68 41 – cpa.fuchs.recalcati@gmail.com, oppure online</i>				
	F. Donadelli	1 sabato	09.00-18.20	21 novembre	CHF 90.–
Moonshine: passeggiata con il cavallo al chiaro di luna		Durante questa passeggiata in natura, si pratica il training dell'attenzione in silenzio al chiaro di luna per trovare pace interiore, rilassamento e consapevolezza in presenza di un saggio compagno: il cavallo. Non sono necessarie conoscenze d'equitazione in quanto non si monta a cavallo. Date: giovedì 1 ottobre e lunedì 30 novembre. Da 8 a 10 partecipanti.			
Giubiasco	<i>Iscrizioni a Tatiana Gamboni – 079 313 04 13 – cpa.gamboni@gmail.com, oppure online</i>				
	K. Knupp	2 lezioni	18.00-20.50	1 ottobre	CHF 110.–
Presenza e scrittura	Obiettivo della giornata: coltivare la Presenza mentre scopriamo noi stessi tramite la scrittura creativa (concetto di Presenza secondo il noto scrittore Eckhart Tolle in "il potere di adesso"). Il corso propone una spiegazione teorica e la sperimentazione pratica del concetto della Presenza nel qui ed ora come punto di partenza per l'espressione creativa tramite piccoli esercizi stimolanti. Da 10 a 12 partecipanti.				
Bellinzona	<i>Iscrizioni a Paola Bagutti – 079 127 23 05 – cpa.bagutti@gmail.com, oppure online</i>				
	M. Bachmann Stoks A. Holenstein Dubach	1 sabato	09.00-16.40	10 ottobre	CHF 120.–
Scacchi base		Il gioco degli scacchi ha una funzione socializzante, cognitiva, etica ed educativa. Questo corso base è rivolto a persone che desiderano imparare i rudimenti fondamentali del Nostro Gioco. Si chiede di portare la propria scacchiera. Da 8 a 10 partecipanti.			
Lugano	<i>Iscrizioni a Eliana Fuchs-Recalcati – 079 413 68 41 – cpa.fuchs.recalcati@gmail.com, oppure online</i>				
	G. Pasini	6 martedì	17.00-18.50	13 ottobre	CHF 185.–
Sole e Luna: scoprire il valore del femminile e del maschile	Attraverso immagini e spiegazioni sui luoghi energetici del Ticino e con le conoscenze dei cicli lunari e solari esploriamo insieme il significato dell'energia femminile e maschile dentro e fuori di noi. Racconti, meditazioni e attività percettive ci accompagneranno in questa giornata. Da 10 a 12 partecipanti.				
Arbedo-Castione	<i>Iscrizioni a Roberta Del Don – 079 739 91 37 – cpa.deldon@gmail.com, oppure online</i>				
	C. Andretta e P. Cotti	1 sabato	09.30-15.30	21 novembre	CHF 85.–

LOCALITÀ	DOCENTE	DURATA	ORARIO	INIZIO	TASSA
Sperimentare il feedback olistico assistiti dal cavallo	NUOVO	In questo training si rafforza la percezione e l'osservazione assistiti dal cavallo. Scopriamo tecniche della comunicazione (dare e ricevere feedback). Ogni partecipante sperimenterà personalmente un esercizio con il cavallo che grazie alla sua sensibilità rispecchia il nostro comportamento e regala momenti d'arricchimento interiore profondi. Non sono necessarie conoscenze d'equitazione in quanto non si monterà a cavallo. Da 8 a 12 partecipanti. Data di riserva in caso di brutto tempo: 4 ottobre.			
Giubiasco	<i>Iscrizioni a Tatiana Gamboni – 079 313 04 13 – cpa.gamboni@gmail.com, oppure online</i> K. Knupp	1 domenica	09.30-16.20	27 settembre	CHF 145.–
Timore a guidare? Parcheggia la paura!	La paura di guidare limita la propria libertà nello sviluppo della carriera, questo timore suscita spesso emozioni di imbarazzo sociale. Imparando a dialogare con questa paura è possibile trasformarla in desideri, curiosità e... nel prossimo viaggio. Durante il corso vengono approfonditi aspetti psicologici legati alla guida e fornite le strategie utili per gestire l'automobile e la mente. Durante l'ultima lezione interverrà un maestro conducente per rispondere a domande tecniche. Da 8 a 12 partecipanti.				
Giubiasco	<i>Iscrizioni a Tatiana Gamboni – 079 313 04 13 – cpa.gamboni@gmail.com, oppure online</i> G. Galmarini	5 mercoledì	18.30-21.20	11 novembre	CHF 250.–
CRESCERE INSIEME GRANDI E PICCOLI CG					
Le tartarughe dei nostri giardini: preparazione per l'inverno	Le tartarughe nei nostri giardini si stanno già preparando al letargo. Come possiamo gestire questo momento al meglio? Il corso si prefigge da una parte di dare tutte le informazioni utili per una corretta gestione delle tartarughe e, dall'altra, di rispondere a tutti i quesiti che i detentori pongono. Si porrà particolare attenzione alla stagione in corso. Il corso è rivolto a genitori e figli (tra i 10 e i 15 anni). Massimo 8 coppie di partecipanti.				
Camignolo	<i>Iscrizioni a Luciana Demarchi – 077 418 73 29 – cpa.demarchi@gmail.com, oppure online</i> P. Santini	1 venerdì	19.30-21.20	18 settembre	CHF 50.–
Pony e cavallo per bambini	Questo corso consente un primo approccio verso pony e cavalli per sapere come comportarsi al meglio nel rispetto di questi animali e del loro carattere. Il corso ha luogo in scuderia ed è rivolto ai bambini dai 3 anni in su accompagnati da un adulto. Abbigliamento richiesto: pantaloni lunghi, scarpe da ginnastica e casco da bicicletta (solo per i bambini). Da 8 a 10 coppie di partecipanti.				
Chiasso	<i>Iscrizioni a Marica Grandi – 079 951 77 89 – cpa.grandi@gmail.com, oppure online</i> L. De Berti Robbiani	1 sabato	14.00-17.00	14 novembre	CHF 70.– Sede a Novazzano.
Giubiasco	<i>Iscrizioni a Tatiana Gamboni – 079 313 04 13 – cpa.gamboni@gmail.com, oppure online</i> A. Bellardi	1 sabato	14.00-17.00	26 settembre	CHF 70.– Sede a Gudo.
Scacchi tra le generazioni	NUOVO	Il gioco degli scacchi ha una funzione socializzante, cognitiva, etica ed educativa. Questo corso base è rivolto a nonni e nipoti, genitori e figli, che desiderano imparare i rudimenti fondamentali del Nostro Gioco. Si chiede di portare la propria scacchiera. Età minima del ragazzo: 8 anni. Massimo 5 coppie di partecipanti.			
Lugano	<i>Iscrizioni a Eliana Fuchs-Recalcati – 079 413 68 41 – cpa.fuchs.recalcati@gmail.com, oppure online</i> G. Pasini	4 mercoledì	17.00-18.50	7 ottobre	CHF 215.–
Sensory play: genitore-bambino in Sala Snoezelen	Cinquanta minuti nella magica cornice della Sala Snoezelen, un ambiente provvisto di attrezzatura volta alla stimolazione e lo sviluppo dell'aspetto sensomotorio, tra piccole attività e scoperte. Per bambini da 4 mesi a un anno, con il genitore. Sede a Lamone. Massimo 8 coppie di partecipanti.				
Gravesano	<i>Iscrizioni a Davide Patriarca – 077 405 67 09 – cpa.patriarca@gmail.com, oppure online</i> S. Santori Bassi	2 lunedì	10.00-10.50	23 novembre	CHF 60.–
ECONOMIA, DIRITTO E LAVORO					
Collaborative problem solving	Il collaborative problem solving è un processo cognitivo messo in atto da un team per analizzare un problema e trovare una o più soluzioni che ne rimuovano definitivamente la causa. Tramite un procedimento strutturato, i partecipanti apprenderanno i principali strumenti e le tecniche analitiche per la risoluzione dei problemi in team come l'analisi di Pareto, il diagramma causa-effetto e altri ancora. Il corso si svilupperà seguendo uno studio di caso di una piccola azienda manifatturiera. Da 10 a 12 partecipanti.				
Camignolo	<i>Iscrizioni a Luciana Demarchi – 077 418 73 29 – cpa.demarchi@gmail.com, oppure online</i> A. Richiello	8 martedì	20.00-21.50	6 ottobre	CHF 190.–

LOCALITÀ	DOCENTE	DURATA	ORARIO	INIZIO	TASSA
Dichiarazione d'imposta per persone fisiche					
Corso per la dichiarazione d'imposta delle persone fisiche non assoggettate all'imposta alla fonte. Sarà esaminata la struttura della dichiarazione e saranno trasmesse le nozioni e i rimedi di diritto per una corretta compilazione di ciascun modulo. Massimo 12 partecipanti.					
Biasca	<i>Iscrizioni a Maria De Boni – 079 353 95 18 – cpa.deboni@gmail.com, oppure online</i>				
	S. Bianchi	2 lezioni	19.00-21.15	22 settembre	CHF 60.–
Date del corso: martedì 22 e mercoledì 23 settembre.					
Gravesano	<i>Iscrizioni a Davide Patriarca – 077 405 67 09 – cpa.patriarca@gmail.com, oppure online</i>				
	S. Bianchi	2 lezioni	19.00-21.15	8 settembre	CHF 60.–
Date del corso: martedì 8 e mercoledì 9 settembre.					
Morbio Inferiore	<i>Iscrizioni a Loredana Ineichen – 076 578 11 80 – cpa.ineichen@gmail.com, oppure online</i>				
	S. Bianchi	2 lezioni	19.00-21.15	15 settembre	CHF 60.–
Date del corso: martedì 15 e mercoledì 16 settembre.					
Lavorare in team					
Il teamwork, ovvero il saper lavorare in un gruppo di lavoro, è oggi una competenza fondamentale per avere successo nella propria professione come pure nella vita privata. È un'abilità sempre più richiesta nei moderni e competitivi contesti aziendali. Saper lavorare insieme agli altri significa creare uno spirito di gruppo, motivare e guidare i collaboratori, ricercare il consenso e, soprattutto, raggiungere obiettivi comuni e condivisi difficilmente raggiungibili dal singolo individuo. Da 10 a 12 partecipanti.					
Camignolo	<i>Iscrizioni a Luciana Demarchi – 077 418 73 29 – cpa.demarchi@gmail.com, oppure online</i>				
	A. Richiello	8 lunedì	18.00-19.50	5 ottobre	CHF 190.–
Leadership e comunicazione					
Dal corso si apprenderà che leadership significa "guida", una competenza che rivela tutta la sua rilevanza particolarmente nella gestione delle persone. Non esiste un unico stile dirigenziale che sia vincente in ogni circostanza ma vale piuttosto lo stile che si adegua al contesto. Si può essere leader solo se si possiedono le conoscenze e le competenze per comunicare con efficacia ai propri collaboratori gli obiettivi da raggiungere e per motivarli ad adottare comportamenti virtuosi. Da 10 a 12 partecipanti.					
Camignolo	<i>Iscrizioni a Luciana Demarchi – 077 418 73 29 – cpa.demarchi@gmail.com, oppure online</i>				
	A. Richiello	8 lunedì	20.00-21.50	5 ottobre	CHF 190.–
Gerra Piano	<i>Iscrizioni a Agnese Maffioletti – 091 859 12 18 – cpa.maffioletti@gmail.com, oppure online</i>				
	A. Richiello	4 sabati	09.00-12.40	3 ottobre	CHF 190.–
Project management 1 Fondamenti					
Il project management ha un'enorme importanza in tutti gli ambiti lavorativi moderni, sia nelle piccole-medie imprese sia nelle grandi, come forma di organizzazione o come metodo di lavoro. Il corso fornisce i fondamenti teorici come pure i metodi e gli strumenti di base per la gestione delle fasi di un progetto: ideazione, avvio, pianificazione, svolgimento e chiusura. Dal corso si apprenderà anche a costruire gruppi di lavoro, formulare requisiti e obiettivi, valutare rischi e opportunità. Da 10 a 12 partecipanti.					
Camignolo	<i>Iscrizioni a Luciana Demarchi – 077 418 73 29 – cpa.demarchi@gmail.com, oppure online</i>				
	A. Richiello	8 martedì	18.00-19.50	6 ottobre	CHF 190.–
Project management 2 Esercitazioni e casi NUOVO					
Il corso è particolarmente raccomandato per chi ha seguito la prima parte del percorso formativo dedicata ai fondamenti della disciplina. Il partecipante avrà in questa nuova circostanza la possibilità di svolgere esercitazioni su casi pratici e sui concetti teorici precedentemente appresi. Attraverso uno studio di caso che accompagnerà lo svolgimento delle lezioni, il partecipante affronterà progressivamente le fasi della gestione di un progetto, dall'elenco dei requisiti del cliente all'analisi degli "stakeholder", dalla preparazione di un business case all'elaborazione del budget. Da 10 a 12 partecipanti.					
Morbio Inferiore	<i>Iscrizioni a Loredana Ineichen – 076 578 11 80 – cpa.ineichen@gmail.com, oppure online</i>				
	A. Richiello	4 sabati	09.00-12.40	16 gennaio	CHF 190.–
FILOSOFIA					
"L'amor che move il sole e l'altre stelle"					
La "Divina Commedia" è un grande scrigno che racchiude le caratteristiche peculiari della cultura medievale. Il corso si propone di indagare, attraverso le pagine del capolavoro di Dante, i mille volti del Medioevo dalla filosofia alla vita quotidiana, dalle istituzioni politiche alla visione del mondo. Il tema previsto per questo ciclo saranno i rapporti tra l'Europa e l'Oriente nel Medioevo. Massimo 12 partecipanti.					
Lugano	<i>Iscrizioni a Eliana Fuchs-Recalcati – 079 413 68 41 – cpa.fuchs.recalcati@gmail.com, oppure online</i>				
	T. Moretti	6 giovedì	18.00-19.50	7 gennaio	CHF 125.–

LOCALITÀ	DOCENTE	DURATA	ORARIO	INIZIO	TASSA
Diritti umani: una questione filosofica 	Il corso propone alcune riflessioni su temi relativi ai diritti fondamentali. Grazie all'approccio della filosofia del diritto e sociale, presenta le varie tematiche, tra cui i diritti delle donne, l'ecologia, e le prospettive che hanno contraddistinto il dibattito e le rivendicazioni degli ultimi secoli. Inoltre, il corso verterà sull'esposizione e sull'analisi di testi fondamentali di filosofi quali: Grozio, Locke, John Stuart Mill, Beccaria, Olympe de Gouges, Sieyès e Bobbio. Da 8 a 12 partecipanti.				
Mendrisio	<i>Iscrizioni a Alessandra Fontana-Fumagalli – 077 510 48 07 – cpa.fontana.fumagalli@gmail.com, oppure online</i>				
	I. De Vita	7 martedì	20.00-21.50	6 ottobre	CHF 215.–
Filosofia e bellezza 	I canoni artistici della bellezza sono variabili: le circostanze storiche, sociali, culturali e anche economiche, influenzano la percezione e la codificazione di ciò che si ritiene bello, perciò proposto come modello da ammirare o imitare. Il corso tratta il concetto di bellezza nel tempo, alcune tipologie di rappresentazione artistica legate al bello, l'evoluzione e i cambiamenti del concetto di bellezza nel corso dei periodi storici, analizzando il contesto culturale di cui sono espressione. Da 8 a 12 partecipanti.				
Lugano	<i>Iscrizioni a Eliana Fuchs-Recalcati – 079 413 68 41 – cpa.fuchs.recalcati@gmail.com, oppure online</i>				
	I. De Vita	4 mercoledì	19.00-20.50	11 novembre	CHF 135.–
Giordano Bruno	Il pensiero di un uomo illuminato, che ha precorso i tempi e che ancora ha molto da dirci. Ne indagheremo la vita e le opere attraverso la narrazione e le immagini. Da 10 a 12 partecipanti.				
Mendrisio	<i>Iscrizioni a Alessandra Fontana-Fumagalli – 077 510 48 07 – cpa.fontana.fumagalli@gmail.com, oppure online</i>				
	I. Benati Mura	2 mercoledì	20.00-21.50	21 ottobre	CHF 65.–
I classici del pensiero filosofico: Friedrich Nietzsche	Il corso intende proporre, in modo divulgativo e senza presupporre una specifica preparazione filosofica, un classico della filosofia. L'esame di estratti significativi dell'opera sarà inquadrato nella biografia dell'autore e nel contesto sociale, culturale e politico della sua epoca. L'opera proposta, per l'autunno 2020, è la "Genealogia della morale" (1887) di Friedrich Nietzsche. Massimo 12 partecipanti.				
Lugano	<i>Iscrizioni a Eliana Fuchs-Recalcati – 079 413 68 41 – cpa.fuchs.recalcati@gmail.com, oppure online</i>				
	T. Moretti	4 giovedì	18.00-19.50	1 ottobre	CHF 90.–
Il bello dei filosofi e l'arte sotto controllo 	A partire da Platone, la riflessione sul bello percorre tutto il decorso del pensiero occidentale. A lungo considerata a servizio dell'etica, l'arte si vede attribuire autonomia e sovranità dalle avanguardie artistiche del Novecento, derivanti in larga misura dal pensiero di Nietzsche. Ma ultimamente si stanno moltiplicando critiche di ordine morale e richieste di censura nei confronti di artisti ed opere d'arte. Questa svolta etica è un semplice ritorno al passato o un fenomeno nuovo? Massimo 12 partecipanti.				
Mendrisio	<i>Iscrizioni a Alessandra Fontana-Fumagalli – 077 510 48 07 – cpa.fontana.fumagalli@gmail.com, oppure online</i>				
	P. Fontana	10 lunedì	20.00-21.50	21 settembre	CHF 195.–
Pensare e costruire il mondo: temi della filosofia occidentale	Questo corso di filosofia si propone di indagare il rapporto tra pensiero scientifico e riflessione filosofica nella tradizione occidentale evidenziandone gli esiti anche dal punto di vista sociale, etico e politico. Per partecipare non è necessario avere conoscenze di base nell'ambito della filosofia né aver frequentato i precedenti cicli di incontri. Il tema proposto: "La vita è un duro problema: temi esistenzialistici nel pensiero contemporaneo". Massimo 12 partecipanti.				
Lugano	<i>Iscrizioni a Eliana Fuchs-Recalcati – 079 413 68 41 – cpa.fuchs.recalcati@gmail.com, oppure online</i>				
	T. Moretti	6 giovedì	18.00-19.50	12 novembre	CHF 125.–
LETTERATURA, NARRAZIONE E SCRITTURA					
Come si scrive un racconto: dall'idea alla stesura definitiva	I partecipanti al seminario si misureranno in maniera concreta con la costruzione di un racconto, dall'idea iniziale alla stesura finale del testo. Si parte dall'individuazione dello spunto da cui tutto ha origine e si procede con l'abbozzo della trama, la costruzione dei personaggi, le ricerche necessarie per l'ambientazione e lo sviluppo della storia, l'elaborazione delle diverse scene fino alla realizzazione del testo finale. Da 10 a 12 partecipanti. Date del corso: giovedì 1, 15 e 29 ottobre, 12 e 26 novembre.				
Arbedo-Castione	<i>Iscrizioni a Roberta Del Don – 079 739 91 37 – cpa.deldon@gmail.com, oppure online</i>				
	F. Di Leo e A. Fazioli	5 giovedì	18.00-19.50	1 ottobre	CHF 170.–
Le "Operette morali" di Giacomo Leopardi (1798–1837)	Composte per la maggior parte nel 1824, le "Operette morali" di Giacomo Leopardi sono un esempio originale di "prosa poetica" e rappresentano uno snodo significativo nell'arte e nel pensiero del poeta recanatese. Dopo alcuni cenni sulla vita e sull'opera dell'autore, si esamineranno i testi delle "Operette" anche in relazione ai "Canti", la raccolta più celebre della produzione in versi. Massimo 12 partecipanti.				
Chiasso	<i>Iscrizioni a Marica Grandi – 079 951 77 89 – cpa.grandi@gmail.com, oppure online</i>				
	G. Costa	6 martedì	20.00-21.50	6 ottobre	CHF 125.–

LOCALITÀ	DOCENTE	DURATA	ORARIO	INIZIO	TASSA
MUSICA					
Avvicinamento all'opera	Tre serate per conoscere Gaetano Donizetti, il grande musicista italiano. Con una guida all'ascolto, ci si addenterà in una delle sue opere più famose, ovvero "Elisir d'amore" e si assisterà all'esecuzione dal vivo di una trascrizione di quest'opera da parte del "Quintetto Andersen". Sede a Pregassona. Massimo 12 partecipanti.				
Lugano	<i>Iscrizioni a Eliana Fuchs-Recalcati – 079 413 68 41 – cpa.fuchs.recalcati@gmail.com, oppure online</i>				
	E. Paganessi	3 mercoledì	20.00-21.50	7 ottobre	CHF 145.–
Canti popolari della Svizzera italiana e della Lombardia	Cantare fa bene! Questo corso permette di conoscere il mondo affascinante dei canti popolari della Svizzera italiana e della Lombardia. Dopo la necessaria introduzione teorica di Pietro Bianchi, che permetterà di conoscere il genere dei canti e di collocarli nell'Arco alpino: loro contesto naturale. Si canterà insieme, con l'accompagnamento di strumenti acustici che gli allievi potranno eventualmente portare da casa. Da 8 a 12 partecipanti.				
Bellinzona	<i>Iscrizioni a Paola Bagutti – 079 127 23 05 – cpa.bagutti@gmail.com, oppure online</i>				
	P. Bianchi	8 lunedì	19.00-20.25	5 ottobre	CHF 185.–
Chitarra ritmica per principianti	Durante questo corso si apprendono gli accordi, l'accompagnamento strumentale e vocale delle canzoni, gli arpeggi. È necessario avere il proprio strumento. Da 9 a 10 partecipanti.				
Giubiasco	<i>Iscrizioni a Tatiana Gamboni – 079 313 04 13 – cpa.gamboni@gmail.com, oppure online</i>				
	A. Allegrini	8 lunedì	20.00-21.50	5 ottobre	CHF 210.–
Il tuo sogno è suonare un corno delle Alpi?	Questo corso offre l'opportunità di avvicinarsi ad un vero corno delle Alpi e di conoscerne l'origine e l'utilizzo nella storia attraverso immagini, pubblicazioni e racconti. Dalla seconda lezione saranno trasmesse le nozioni di base per suonare le prime note e si scoprirà che è solo questione di tecnica! Noleggio bocchino (CHF 15.– per 2 settimane) poi obbligo all'acquisto (CHF 50.–). Più CHF 75.– per il noleggio dello strumento fino a fine corso. RC privata obbligatoria. Da 10 a 12 partecipanti.				
Giubiasco	<i>Iscrizioni a Tatiana Gamboni – 079 313 04 13 – cpa.gamboni@gmail.com, oppure online</i>				
	M. Fässler	7 mercoledì	18.00-19.50	14 ottobre	CHF 170.–
Suonare il corno delle Alpi: corso di approfondimento	Questo corso offre l'opportunità di migliorare la tecnica del corno delle Alpi. Corso consigliato a chi ha già frequentato il corso base. Più CHF 15.– per il noleggio del bocchino e CHF 75.– per il noleggio dello strumento fino a fine corso. È necessario essere in possesso di un'assicurazione RC privata. Da 10 a 12 partecipanti.				
Giubiasco	<i>Iscrizioni a Tatiana Gamboni – 079 313 04 13 – cpa.gamboni@gmail.com, oppure online</i>				
	M. Fässler	7 mercoledì	18.00-19.50	2 settembre	CHF 145.–
Io suono l'arpa e tu?		Corso rivolto a principianti che vorranno avvicinarsi all'arpa celtica. I contenuti saranno: rudimenti di teoria, posizioni corrette, nozioni fondamentali dell'arpa (accordatura, note, spartiti), memorizzazione di piccoli brani e accenni di tecnica strumentale. Le arpe celtiche per la lezione saranno messe a disposizione. È obbligatoria una RC privata. Gli strumenti potranno essere noleggiati per tutta la durata del corso alle condizioni previste dalla docente. Massimo 6 partecipanti.			
Lugano	<i>Iscrizioni a Eliana Fuchs-Recalcati – 079 413 68 41 – cpa.fuchs.recalcati@gmail.com, oppure online</i>				
	E. Ligabò	8 martedì	20.00-21.50	22 settembre	CHF 350.–
Saxofono	Durante il corso si apprenderà l'impostazione di base per poter suonare lo strumento ed eseguire semplici melodie. Non sono richieste capacità musicali di base: attraverso le lezioni pratiche e tecniche di impostazione allo strumento, si apprenderanno anche le conoscenze teoriche per la lettura della musica. Ogni partecipante dovrà essere in possesso del proprio saxofono contralto, completo di bocchino e ancia. Possibilità di consulenza e noleggio strumento (su richiesta all'iscrizione). Da 4 a 6 partecipanti.				
Mendrisio	<i>Iscrizioni a Alessandra Fontana-Fumagalli – 077 510 48 07 – cpa.fontana.fumagalli@gmail.com, oppure online</i>				
	S. Guglielmelli	8 mercoledì	19.30-20.20	7 ottobre	CHF 265.–
Ukulele Rockstar	Questo corso mira a trasmettere le conoscenze di base dell'ukulele con i principali accordi, accompagnamenti e alcune tecniche più avanzate senza perdere tempo. L'obiettivo è quello di fornire i mezzi e il materiale necessari per riuscire a continuare da soli tramite l'ausilio di basi musicali. È necessario essere in possesso dello strumento. Costo ukulele: da CHF 60.– a CHF 70.–, accordatore: circa CHF 15.–, ev. capotasto: circa CHF 15.–. Massimo 8 partecipanti. Riduzione del 50% sulla tassa d'iscrizione per i detentori dell'abbonamento Arcobaleno annuale.				
Gravesano	<i>Iscrizioni a Davide Patriarca – 077 405 67 09 – cpa.patriarca@gmail.com, oppure online</i>				
	M. Mantello	9 martedì	20.00-21.50	6 ottobre	CHF 265.–

LOCALITÀ	DOCENTE	DURATA	ORARIO	INIZIO	TASSA
REGNO ANIMALE					
Arredamento a misura di ...gatto!	Il gatto è un animale esigente in fatto di comfort, ancora di più se convive con altri suoi simili. Come allestire al meglio la casa per garantirgli il massimo benessere? Dove vanno posizionate le lettiere, le ciotole, le cucce? Come posso farlo smettere di affilarsi le unghie sul divano? Attraverso questo corso conosceremo i trucchi per creare una casa a misura di gatto che possa soddisfare le sue esigenze e... le nostre! Da 8 a 12 partecipanti.				
Bellinzona	<i>Iscrizioni a Paola Bagutti – 079 127 23 05 – cpa.bagutti@gmail.com, oppure online</i>				
	L. Fomasi	1 sabato	08.30-12.10	10 ottobre	CHF 75.–
Il linguaggio del gatto	La corretta comunicazione tra proprietario e animale è alla base della prevenzione della maggior parte dei problemi e delle patologie comportamentali perché permette di costruire una relazione sana, non antropomorfizzata ma orientata verso l'osservazione e la comprensione dell'animale. Il corso vuole suscitare interesse e curiosità verso l'animale, fornendo gli strumenti di base per instaurare un rapporto fondato sul reciproco rispetto. Da 8 a 12 partecipanti.				
Bellinzona	<i>Iscrizioni a Paola Bagutti – 079 127 23 05 – cpa.bagutti@gmail.com, oppure online</i>				
	L. Fomasi	1 sabato	08.30-12.20	14 novembre	CHF 75.–
Il linguaggio del TUO gatto	NUOVO	Un approfondimento dedicato a chi ha seguito il corso "Il linguaggio del gatto". Attraverso la visione di filmati portati direttamente dai partecipanti, ci metteremo in gioco per analizzare la comunicazione del gatto. Riusciremo finalmente, tutti insieme, a capire il nostro amato felino? Massimo 8 partecipanti.			
Riva San Vitale	<i>Iscrizioni a Marica Grandi – 079 951 77 89 – cpa.grandi@gmail.com, oppure online</i>				
	L. Fomasi	2 martedì	18.30-20.30	6 ottobre	CHF 75.–
Scoprire i serpenti del Ticino ed il mondo dei ragni	NUOVO	Come capirli, come si comportano e come dobbiamo comportarci noi con loro? Durante la mattinata Gregoire Meier ci farà conoscere i serpenti del Ticino, mentre nel pomeriggio faremo un'escursione virtuale nel mondo dei ragni con Françoise Liloia-Ansermet. Da 10 a 12 partecipanti.			
Arbedo-Castione	<i>Iscrizioni a Roberta Del Don – 079 739 91 37 – cpa.deldon@gmail.com, oppure online</i>				
	F. Liloia-Ansermet e G. Meier	1 sabato	10.00-14.40	10 ottobre	CHF 50.–
SCUOLA E FAMIGLIA					
Disturbi specifici dell'apprendimento (DSA)	Durante gli incontri si tratteranno i disturbi specifici dell'apprendimento, dislessia, disortografia, disgrafia e discalculia, con l'obiettivo di fornire alcuni elementi chiave per poterli capire e gestire. Il corso si rivolge sia a studenti adulti (a partire dai 18 anni) che a genitori di studenti minori con DSA. Da 8 a 12 partecipanti.				
Arbedo-Castione	<i>Iscrizioni a Roberta Del Don – 079 739 91 37 – cpa.deldon@gmail.com, oppure online</i>				
	P. Ciccocioppo Jaumin	3 lunedì	20.00-21.50	9 novembre	CHF 110.–
Interpretazione del disegno del bambino	Perché alcuni bambini non colorano, fanno contorni neri, persone senza occhi, teste grandi o piccole, alberi con un buco nel tronco o sole con occhi e bocca...? Imparare i codici di questo strumento espressivo consente di cogliere disagi che il bambino non sa esprimere verbalmente. Si vedranno vari test: della figura umana, della casa, della famiglia, degli animali e dell'albero. Massimo 8 partecipanti.				
Arbedo-Castione	<i>Iscrizioni a Roberta Del Don – 079 739 91 37 – cpa.deldon@gmail.com, oppure online</i>				
	C. Lupo	1 sabato	09.00-16.50	17 ottobre	CHF 120.–