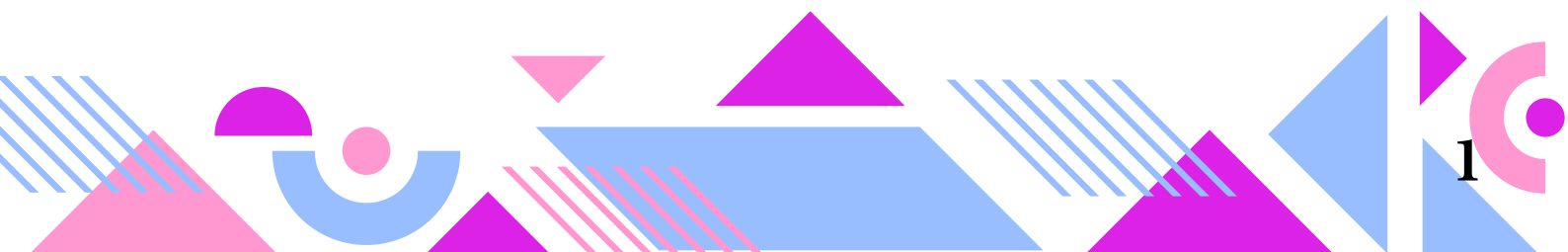


Programma Apr-Giu 2026

Corsi, laboratori e incontri



Prima di iniziare:

Per tutti i corsi, è necessaria la tessera
AUSER: 20€, durata annuale

Contatti per info e iscrizioni:

Indirizzo: Auser Associazione Centro
Diurno, Via S.Antonio,6

Segreteria: 351 514 7054

Mail: segreteriaauservaprio@gmail.com



@auser.vaprio



Auser Vaprio



Auser Vaprio

Indice

Musica.....5

Danze orientali
Danze caraibiche
Boogie Woogie
Balli di gruppo
Balli country

Anima e Corpo.....9

Pilates
Tai Chi Chuan / Ginnastica Dolce
Yoga
Meditazione
Shiatsu
Gruppo di cammino

Arte.....12

Arteterapia
Riciclo Creativo
Avviciniamoci al Colore

Natura.....14

Coltivazione erbe officinali e aromatiche
Viaggio nel mondo delle erbe

Svago.....16

Amici del burraco

Supporto.....18

Consulenza e orientamento medico
Il venerdì delle soluzioni

Cultura.....20

Gruppo di lettura
Corso base di inglese
Università popolare



Musica



*La musica è come la vita: si può fare in
un solo modo, insieme.*

Ezio Bosso

Danze Orientali per il benessere psicofisico

A cura di Enrica Panzeri

- Lunedì, dalle 20.30 alle 21.30
- Contributo: 45€ x 8 incontri
- Inizio: 13 Aprile



Danze Caraibiche

A cura di Gaetano Cicio

- Martedì, dalle 20.00 alle 21.00
- Contributo: 50€ x 10 incontri
- Inizio: 14 Aprile

Boogie Woogie

A cura di Nino Armato

- Martedì, dalle 21.00 alle 22.00
- Contributo: 40€ x 10 incontri
- Inizio: 14 Aprile



Balli di gruppo

A cura di Terry

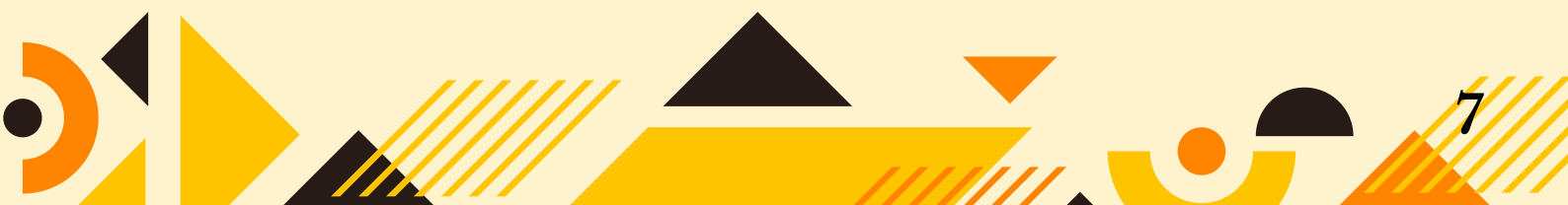
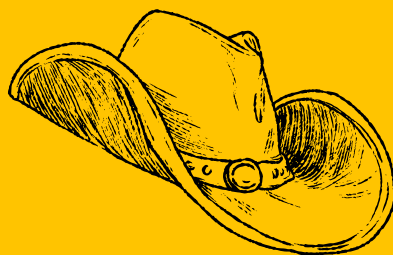
- Mercoledì, dalle 20.00 alle 21.00
- Contributo: 60€ x 9 incontri
- Inizio: 15 Aprile



Balli Country

A cura di Terry

- Mercoledì dalle 21.00 alle 22.00
- Contributo: 60€ x 9 incontri
- Inizio: 15 Aprile



Corso amatoriale di chitarra

A cura di Giampy e Claudio



- Corso base: Martedì, dalle 15.15 alle 16.15
- Corso avanzato: Martedì, dalle 16.15 alle 17.30
- Contributo: 20€ x 10 incontri
- Inizio: 14 Aprile

Serate danzanti

Tutti i mesi proporremo cene con accompagnamento musicale

**Le relative date
verranno comunicate
sui social!**

Anima e Corpo



*La vita non è vivere ma vivere in
benessere*

Marziale

Pilates

A cura di Martina



- Lunedì, dalle 18.30 alle 19.30
- Martedì dalle 9.30 alle 10.30, dalle 10.30 alle 11.30 e dalle 11.30 alle 12.30
- Contributo: 50€ x 8 incontri
- Inizio: 13 Aprile

Tai Chi Chuan - Ginnastica Dolce

*A cura dell'associazione ASD HATA MOTO
MUMON APS con il maestro Carlo Rocco*

- Mercoledì e venerdì su due turni, dalle 17.00 alle 18.00 e dalle 18.00 alle 19.00
- Contributo: 50€ x 10 incontri (sono previsti sconti per chi fa più incontri)
- Inizio: 15 Aprile

**Per chi vuole
approfondire, 10 lezioni
il lunedì dalle 17 alle 18,
con un contributo di 50€**

Gruppo di cammino

*A cura di Paolo Pirotta con la collaborazione
della Casa di Comunità*

- Mercoledì, partenza dall'Auser alle 9.30
- Contributo: gratuito (con tessera)

Yoga

*A cura dell'associazione ASD HATA MOTO
MUMON APS con il maestro Carlo Rocco*

- Martedì dalle 18.00 alle 19.00
- Giovedì, dalle 9.00 alle 10.00 e dalle 10.00 alle 11.00
- Contributo: 50€ x 10 incontri
- Inizio: 14 Aprile



Meditazione

*A cura dell'associazione ASD HATA MOTO
MUMON APS con il maestro Carlo Rocco*

- Lunedì dalle 18.00 alle 19.00
- Contributo: 50€ x 10 incontri
- Inizio: 13 Aprile

Esperienza di benessere Shiatsu

*A cura dell'associazione ASD HATA MOTO
MUMON APS con il maestro Carlo Rocco*

Una pressione mirata a risvegliare e attivare
in modo corretto l'energia interna.

NOVITÀ!

- Sabato dalle 15.00 alle 17.00 (solo su appuntamento telefonando alla segreteria Auser 351 514 7054)
- Contributo: 30€ + Tessera Auser (40 min circa)
- Inizio: 18 Aprile

Arte



*Non si può esaurire la creatività: più
ne usi, più ne hai!*

Maya Angelou

Arteterapia per Adulti

A cura di Viviana Visconti

- **Contributo:** 70€ x 6 incontri, comprensivo di materiale
- Gli incontri saranno i seguenti mercoledì dalle 9.30 alle 11.00:
 - 15, 22, 29 Aprile
 - 6, 13, 20 Maggio



Riciclo Creativo

A cura di Maria Grazia Losurdo

Condivisione di idee e creatività

- **Mercoledì dalle 10.30 alle 12.00**
- **Contributo:** 60€ x 10 incontri
- **Inizio:** 15 Aprile

NOVITÀ!

Primo Approccio al Colore

A cura di Daniela Ardizzone

Avviciniamoci all'arte con semplicità

- **Giovedì dalle 10.30 alle 12.00**
- **Contributo:** 65€ x 10 incontri (*comprensivo di materiali*)
- **Inizio:** 16 Aprile

Natura



*La natura non ha fretta, eppure
tutto si realizza*

Lao Tsu

Coltivazione di erbe officinali e aromatiche *A cura di Auser*



Insieme seminiamo e raccogliamo

- **Incontri settimanali seguendo il ciclo della natura**
(il numero degli incontri dipenderà dalla crescita delle piantine che saranno poi a disposizione di chi le coltiva)
- **Contributo: 30€**
- **Inizio: Aprile**

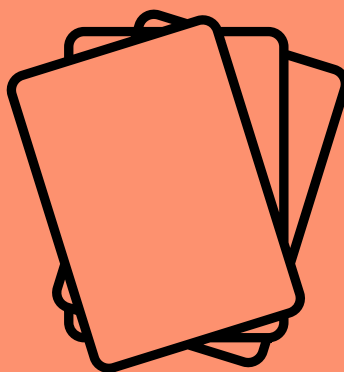
NOVITÀ!



Viaggio nel mondo delle erbe tra profumi e rimedi *A cura di Danilo Gregori*

- **Sabato dalle 10.00 alle 11.30**
- **Contributo: 55€ x 10 incontri**
- **Inizio: 18 Aprile**

Svago



*La vita non consiste nell'avere buone
carte, ma nel saper giocare bene quelle
che si hanno.*

Amici del Burraco

Ci si ritrova tutti i lunedì a partire dalle ore 20.30, è attivo il servizio bar.

Torneo di burraco

Solo per tesserati Auser!

Vieni a sfidare la fortuna e a dimostrare la tua strategia nei nostri tornei domenicali.

Da Auser troverai un'atmosfera accogliente e amichevole, ma anche competitiva!

Qui sotto le date dei tornei:

Domenica 26 aprile, ore 14.30

Domenica 31 maggio, ore 14.30

Domenica 28 giugno, ore 14.30

Supporto



*Dopo il verbo “amare” il verbo
“aiutare” è il più bello del mondo.*

Anonimo

Consulenza e orientamento medico

- Il primo e il terzo mercoledì del mese, dalle 9.15 alle 10.15
- Il servizio sarà garantito da un gruppo di medici volontari in pensione:
 - Cardiologo
 - Pneumologo
 - Radiologo
 - Medico di base
 - Anatomopatologo
 - Ortopedico



Il venerdì delle soluzioni

- Venerdì dalle 9.30 alle 12.00 (oppure dalle 14.00 alle 16.00 PREVIA RICHIESTA)
- Qui troverai qualcuno ad aiutarti per:
 - Richiedere e creare lo SPID;
 - Presentare domanda per i servizi;
 - Accedere al Fascicolo Sanitario;
 - Prenotare le visite;
 - Risolvere problemi con il cellulare;
 - E molto altro ancora, chiedi e ti aiuteremo!

Cultura



*Sono ancora convinto che la cultura
salverà il mondo*

Philippe Daverio

Gruppo di lettura

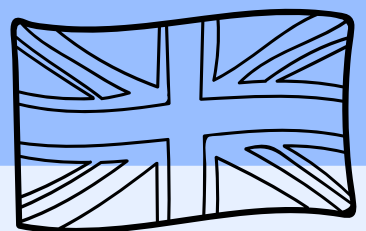
- Incontri mensili il martedì dalle 20.30 alle 21.30
- Ad ogni incontro si discuterà del libro letto nel mese e si sceglie quello per il successivo
- Da quest'anno, ci saranno anche degli esclusivi incontri con gli autori!



Corso base di inglese

A cura di Marco Casati

- Livello 1: Mercoledì dalle 17.00 alle 18.00
- Livello 2: Mercoledì dalle 18.00 alle 19.00
- Contributo: 30€ x 10 incontri
- Inizio: 15 Aprile



Università Popolare

- **Tutti i martedì alle ore 17.00
presso AUSER Vaprio d'Adda**
- **Tutti i giovedì alle ore 15.30
presso Auditorium Biblioteca
Vaprio d'Adda**

**Per informazioni, iscrizioni e per il
programma dettagliato:**

3515147054

vapriouniversità.popolare@gmail.com

Il programma completo Apr-Giu 2026

LUNEDÌ

18.00–19.00
Meditazione

18.30–19.30
Pilates

20.30
Amici del Burraco

20.30-21.30
Danze Orientali

MARTEDÌ

9.30–12.30
Pilates
3 turni

15.15–16.15

16.15–17.30
Chitarra Avanzata

17.00
Università Popolare
presso AUSER

18.00-19.00
Yoga

20.00–21.00
Danze Caraibiche

21.00–22.00
Boogie Woogie

MERCOLEDÌ

9.15-10.15
Consulenza medica
1° e 3° del mese

9.30
Gruppo di Cammino

9.30–11.00
Arteterapia
secondo calendario

10.30-12.00
Riciclo Creativo

17.00–18.00
Inglese Livello 1

17.00–19.00
Tai Chi Chuan
2 turni

18.00-19.00
Inglese Livello 2

20.00–21.00
Balli di Gruppo

21.00–22.00
Balli Country

GIOVEDÌ

9.00–11.00
Yoga
2 turni

10.30–12.00
Primo Approccio al
Colore

15.30
Università Popolare
Auditorium Biblioteca

VENERDÌ

9.30–12.00
Venerdì delle
Soluzioni

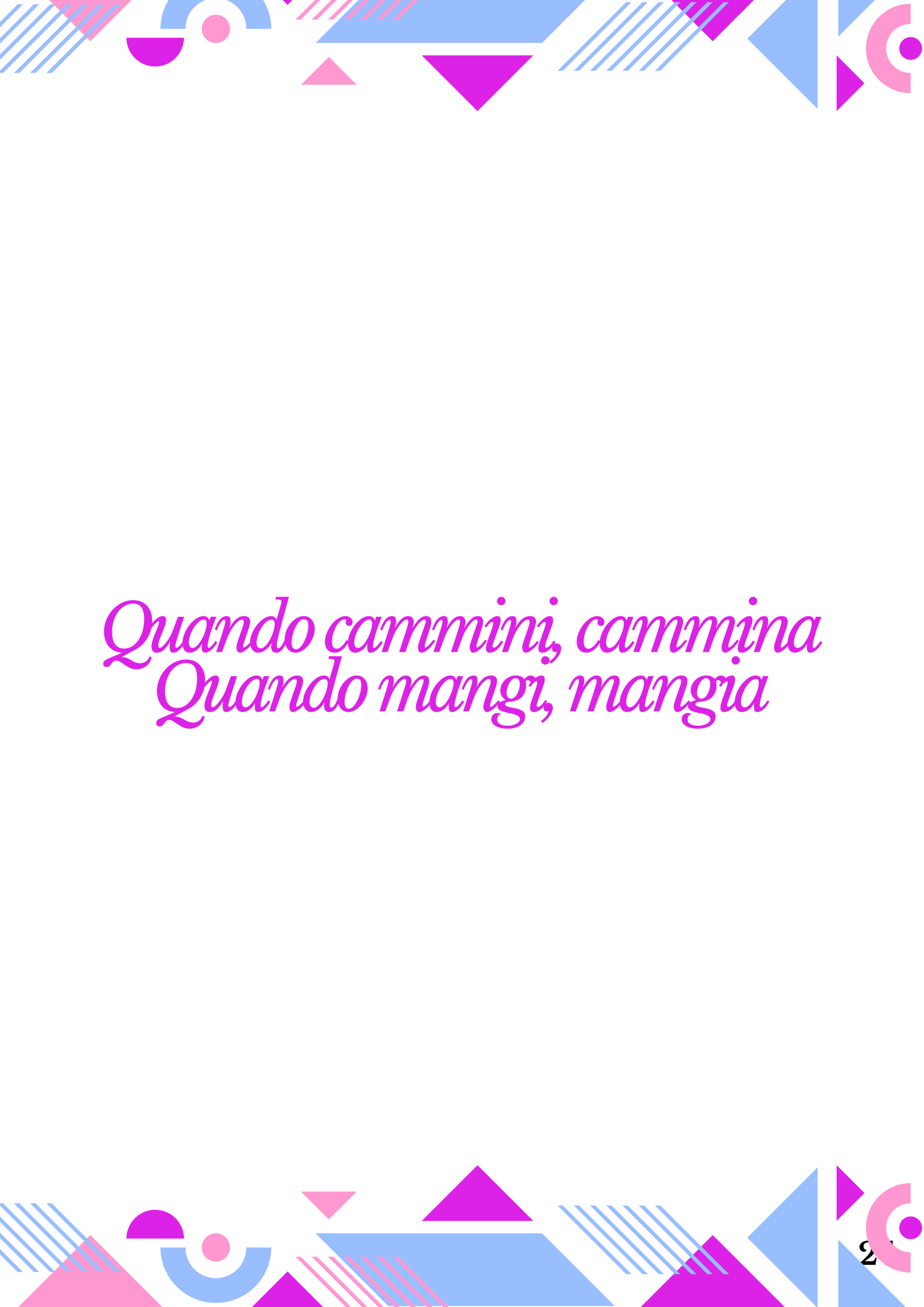
14.00-16.00
Venerdì delle
Soluzioni
solo su appuntamento

17.00–19.00
Tai Chi Chuan
2 turns

SABATO

10.00-11.30
Viaggio nel mondo
delle erbe

15.00–17.00
Shiatsu
solo su appuntamento



*Quando cammini, cammina
Quando mangi, mangia*