



35° Anno Accademico 2026-2027

Calendario e programma corsi

Carugate - Piazza Manzoni, 2
02 97 19 00 74
atc.carugate@tiscali.it
www.tempocultura.it





CHI SIAMO

L'Associazione **Tempo Cultura di Carugate** persegue gli scopi e le finalità della antecedente "Università Tempo Cultura", fondata dal prof. Romeo Della Bella, tramite la promozione di specifici corsi tenuti da Docenti qualificati atti ad approfondire temi culturali, sociali e sanitari con particolare riferimento alle persone della Terza Età, ma non solo.

L'associazione istituisce anche corsi di pittura e modellazione artistica e promuove anche altre attività che negli anni hanno sempre incontrato un crescente interesse permettendo di trascorrere il tempo libero in modo piacevole e utile.

Quest'anno abbiamo ampliato l'offerta formativa programmando 17 corsi che troverete specificati su questo depliant.



*a lato:
esposizione artistica
all'ingresso di
Villa Besozzi, sede
dell'Associazione
Tempo Cultura*

Incontri LUNEDÌ

Ore 14.30 - 16.00



A QUANDO GLI UOMINI DIVENTARONO SEDENTARI, INIZIARONO A VIAGGIARE

Docente: Lucia TORNAGHI

Si è soliti segnare l'inizio della civiltà con la coltivazione, ovvero con l'inizio della sedentarietà. Siamo sicuri che l'umanità sia fatta per "stare ferma"? Nella storia sono numerosi gli esempi che smentiscono questa convinzione: dalle migrazioni fino ai viaggi del Grand Tour, per arrivare agli attuali low cost.

- 09/11/2026 Riflessioni sulle migrazioni di popoli: "invasioni barbariche", guerra di conquista araba e Crociate
- 16/11/2026 La via della seta: dall'Occidente all'Oriente sulla via dei commerci
- 23/11/2026 L'eroica storia di una piccola nazione: l'Olanda alla conquista dei mari
- 30/11/2026 I pellegrinaggi: scoperta e avventura nel segno della religione
- 14/12/2026 L'Orient Express: da Parigi a Istanbul sul treno simbolo del lusso

B ARTE A SIENA: LA CATTEDRALE DI SANTA MARIA ASSUNTA

Docente: Carlo CATIRI

I cinque incontri intendono approfondire la realtà artistica di Siena attraverso la sua Cattedrale e l'evoluzione artistica in essa evidenziata. Verranno presentati i diversi artisti che in essa vi lavorarono tra il Duecento e il Seicento.

- 11/01/2027 L'architettura romanica e gotica a Siena
- 18/01/2027 I progetti per la Cattedrale tra il Duecento e il Trecento
- 25/01/2027 Le sculture di Nicola e Giovanni Pisano
- 01/02/2027 Il Battistero
- 08/02/2027 Il museo dell'Opera del Duomo

C LA PROBLEMATICITÀ DEI CONCETTI DI ORIENTE E OCCIDENTE NELLA ATTUALE FASE STORICA

Docente: Giovanni CAROSOTTI

I concetti di "Oriente" e "Occidente" hanno sempre caratterizzato l'autocomprensione della nostra civiltà, già a partire dalla contrapposizione della civiltà greca all'Impero Persiano. Il corso si propone di farci comprendere le tensioni che attualmente caratterizzano le vicende geopolitiche mondiali

Trattandosi di argomenti legati all'attualità, i titoli dei 5 incontri saranno precisati man mano dal docente. Queste le date del corso: 15 e 22 Febbraio 2027 / 1-8-15 Marzo 2027

D "LO SAPEVO FARE ANCH'IO" GUIDA ALL'ARTE CONTEMPORANEA

Docente: Federica ZORLONI

Questo corso vuole essere una piccola mappa stradale attraverso il viaggio nell'arte contemporanea, uno spunto per costruire un bagaglio di strumenti per comprendere, delineare e, forse, apprezzare questi strani oggetti che ci vengono presentati come 'arte'.

- 22/03/2027 Fotografia e Impressionismo. La morte dell'arte e la nascita di una nuova era. (Monet, Munch, Cezanne)
- 05/04/2027 Rivelare l'essenza. La linea espressiva dell'arte contemporanea (Espressionismo tedesco, Rotchko, Pollock)
- 12/04/2027 Punto, linea, superficie. La linea analitica dell'arte contemporanea. (Picasso, Duchamp, Fontana)
- 19/04/2027 Oltre lo spazio. L'opera d'arte illimitata (Pop art, Arte concettuale, Arte performativa)
- 26/04/2027 Oggi, la Post-modernità. Ultime tendenze dell'arte contemporanea.



Incontri MARTEDÌ

Ore 14.30 - 16.00

E LA MENTE IN MOVIMENTO

Docente: Stella DELL'ERA

Viaggio nelle neuroscienze quotidiane: come il cervello impara, ricorda e si trasforma. Un percorso pratico per capire come funziona la nostra mente e come possiamo allenarla a dare il massimo, sempre.

- 03/11/2026 La neuroplasticità: il “muscolo” che non dorme mai
- 10/11/2026 I segreti della memoria: perchè ricordo la mia prima “cotta” e non dove ho messo le chiavi
- 17/11/2026 Il cervello sociale: l'importanza dei neuroni, specchio per restare giovani
- 24/11/2026 “Può ma non si applica”: come impariamo a leggere e scrivere e perchè alcuni cervelli lo fanno “diversamente”
- 01/12/2026 L'intelligenza di cristallo: quando l'esperienza del cervello senior batte la velocità

F LA FILOSOFIA DELLA NATURA

Docente: Giuseppe TORNAGHI

Il concetto di “natura” è uno dei più presenti nel dibattito contemporaneo. Tuttavia è anche all'origine della Filosofia, posto che i primi filosofi sono definiti “naturalisti”. Inoltre costituisce un tema centrale di riflessione lungo i secoli, dando luogo a cosmologie e idee sempre nuove. Ripercorreremo alcune soluzioni al problema su che cos'è la natura, seguendo le scansioni tradizionali della Storia della filosofia.

- 12/01/2027 Il problema della natura nella filosofia
- 19/01/2027 Il pensiero antico (Presocratici, Platone, Aristotele, Stoici)
- 26/01/2027 Il pensiero medioevale (Sant'Agostino, Scuola di Chartres, San Tommaso)
- 02/02/2027 Il pensiero moderno (Cartesio, Spinoza, Leibniz, Kant)
- 09/02/2027 Il pensiero contemporaneo (Idealisti, Schopenhauer, Positivisti, autori del Novecento)

G ENERGIE E RIFLESSI

Docente: Antonio MAGLIO

L'invisibile e la nostra salute. Siamo circondati da un mondo di energie e siamo il riflesso di questa energia

- 16/02/2027 Zone geopatogene: dove vivi, dove dormi, ecc...
Chakra: porta d'ingresso dell'energia cosmica
- 23/02/2027 Uso del colore per il benessere: 1ª parte - Curarsi con i colori
- 02/03/2027 Uso del colore per il benessere: 2ª parte - Uso e applicazione dei colori per la casa, per vestirsi, nell'alimentazione
- 09/03/2027 Energia segreta delle acque
- 16/03/2027 Argilla e cristalli curativi

H LE PAROLE DEI POETI (COSA CI DICONO?)

Docente: Cesare MANDELLI

Un testo poetico è costruito in un modo speciale e richiede di essere letto con strategie altrettanto speciali. Nei 5 incontri identificheremo, se possibile, l'argomento generale e poi gli altri argomenti più particolari di cui si parla.

- 23/03/2027 Dante Alighieri: la prima terzina della Divina Commedia
- 06/04/2027 Petrarca: “Voi ch'ascoltate...”
- 13/04/2027 Leopardi: “A Silvia”
- 20/04/2027 Pascoli: “Digitale Purpurea”
- 27/04/2027 Montale: “I Limoni”



Incontri MERCOLEDÌ

Ore 14.30 - 16.00



I LA BELLEZZA

Docente: Gianmario MARINONI

Riscoprire il valore umanizzante della gratuità, della contemplazione e della libertà interiore.

- 04/11/2026 La Bibbia: una "guida pratica" alla bellezza
- 11/11/2026 Via pulchritudinis: la bellezza (di)mostra Dio
- 18/11/2026 Cristianesimo, la Chiesa e l'arte della bellezza
- 25/11/2026 Cristo, Maria, la santità... bellezza divina!
- 02/12/2026 "Tu sei bellezza": San Francesco d'Assisi l'esteta di Dio

L VIAGGIO NELL'ARTE DEI GIARDINI STORICI

Docente: Francesco GALLI

Il corso si propone di esplorare i giardini storici e contemporanei, alla ricerca dei tratti artistici e botanici che hanno contraddistinto tale forma d'arte, dall'antichità ai nostri giorni.

- 09/12/2026 Geometrie, labirinti e sculture viventi
- 16/12/2026 Zampilli, fontane e laghetti
- 13/01/2027 Piante, fiori e animali
- 20/01/2027 Grotte, piramidi, obelischi e altre bizzarrie
- 27/01/2027 200 anni di giardini milanesi

M LUOGHI E FIGURE CARUGATESI TRA SETTECENTO E OTTOCENTO

Docente: Francesco RONCHI

L'obiettivo del corso è di focalizzare l'attenzione su come Carugate visse il passaggio dall'Ancien Régime sino alla fine del Regno Lombardo Veneto

- 03/02/2027 Il canto del cigno dei Gallerani: l'Oratorio alla Cascina Graziosa
- 10/02/2027 Cernusco o Brianza? Il "contrasto" Alari - Ghirlanda
- 17/02/2027 Dopo la parentesi napoleonica il "Regno" del Gelsi
- 24/02/2027 Il Patriota Giulini e "l'austriacante" Vigoni nel 1848
- 03/03/2027 Le novità amministrative e fiscali della Destra Storica

N LA TERZA ETÀ, UNA NUOVA TAPPA DELLA VITA: SALUTE E BENESSERE

Docente: Chiara ZAZZERON (medico resp. di Nucleo della Casa dell'Anziano San Camillo)

Questo ciclo di incontri si propone come un percorso essenziale per affrontare con consapevolezza il tema della salute nel corso degli anni, focalizzandosi sul benessere della terza età.

Ogni appuntamento si concentra su un aspetto specifico dell'invecchiamento, offrendo strumenti pratici per prevenire e gestire le patologie più diffuse.

- 10/03/2027 La salute dopo i 65 anni: l'invecchiamento attivo
- 17/03/2027 Prevenzione e convivenza con le patologie dell'apparato osteo-muscolare
- 24/03/2027 Prevenzione e convivenza con le patologie dell'apparato cardio-respiratorio
- 07/04/2027 Prevenzione e convivenza con le patologie dell'apparato gastroenterico
- 14/04/2027 Prevenzione e convivenza con le patologie del sistema neurologico





Incontri GIOVEDÌ

Ore 14.00 - 17.00

O CORSO DI PITTURA

Docente: Federico MONTESANO

Il corso sarà strutturato in due fasi, una di disegno ed una di pittura e sarà incentrato sui seguenti temi: materiali d'uso e modo di utilizzo, linee guida per impostare un disegno, disegno di oggetti d'uso comune, copia dal vero di una composizione di oggetti a chiaro scuro, disegno preparatorio al lavoro pittorico su cartone telato o tela, preparazione disegno ed esecuzione pittorica.

Le 15 lezioni saranno quindi suddivise in 3 tipologie:

- disegno propedeutico alla pittura
- preparazione alle tecniche pittoriche
- realizzazione pittorica

Il corso si terrà nelle seguenti date:

29 Ottobre 2026

5-12-19-26 Novembre 2026

3-10-17 Dicembre 2026

14-21-28 Gennaio 2027

4-11-18-25 Febbraio 2027

P LAVORAZIONE DELLA CRETA

Docente: Francesca TORNAGHI

Il corso di 8 lezioni si prefigge di realizzare oggetti di terracotta di uso comune e decorativo.

- | | |
|------------|---|
| 04/03/2027 | Realizzazione di un portasapone |
| 11/03/2027 | Realizzazione porta spazzolino da denti |
| 18/03/2027 | Realizzazione di una testa in bassorilievo di putto |
| 01/04/2027 | Realizzazione del putto |
| 08/04/2027 | Realizzazione del putto |
| 15/04/2027 | Realizzazione di motivo floreale |
| 22/04/2027 | Realizzazione di motivo floreale |
| 29/04/2027 | Realizzazione di motivo floreale |





Q ALIMENTAZIONE CONSAPEVOLE E PREVENZIONE

Docente: Nadia SIRONI

Obiettivo del corso è fornire conoscenze chiare e scientificamente corrette sull'uso delle piante officinali e dei fitoterapici, con particolare attenzione alle interazioni farmacologiche, alla sicurezza e ai benefici sul metabolismo e sulla salute in generale

- 06/11/2026 Fitoterapia e patologie comuni: uso sicuro delle piante officinali (tè, infusi, estratti)
- 13/11/2026 Alimentazione per cuore e pressione: nutrienti chiave per la salute cardiovascolare, grassi buoni e cattivi.
- 20/11/2026 Nutrizione e sistema immunitario: alimenti che rafforzano le difese naturali
- 27/11/2026 Salute di ossa, muscoli e articolazioni: osteoporosi e osteopenia
Prevenzione e fattori di rischio
- 04/12/2026 Benessere mentale, sonno e gestione dello stress

R VIAGGIO NELL'AMERICA LATINA

Docente: Santiago VARGAS

Un interessante viaggio attraverso alcuni significativi paesi dell'America latina: la loro storia, la cultura, i luoghi tipici, la gastronomia...

- 05/02/2027 *Perù*: Gli Inca, la foresta amazzonica e il Machu Picchu, l'influenza giapponese e la sua civiltà e cultura
- 12/02/2027 *Messico*: Aztechi e Maya, deserti, vulcani e la foresta del Chapas, la conquista spagnola, le feste religiose e la sua cucina che è patrimonio Unesco
- 19/02/2027 *Argentina*: la colonizzazione spagnola, le migrazioni dall'Europa del XIX secolo, le pampas e le montagne della Patagonia, la gastronomia e la cultura del Tango.
- 26/02/2027 *Colombia*: le culture indigene originarie, la conquista spagnola, foresta amazzonica e spiagge caraibiche. Il problema del narcotraffico coi cartelli della droga.
- 05/03/2027 *Bolivia*: le civiltà prima della conquista spagnola, le Ande e il lago Titicaca, economia e piatti tipici. La Bolivia e Che Guevara.

S LE ORIGINI DELLA FOTOGRAFIA

Docente: Marco POLLASTRI

Un affascinante viaggio alle origini della fotografia, alla riscoperta dei processi antichi che hanno trasformato un'intuizione in una forma d'arte senza tempo. Un percorso che racconta la nascita di un linguaggio capace ancora oggi di emozionare, documentare e ispirare.

- 02/04/2027 Breve storia della nascita della fotografia
- 09/04/2027 La camera oscura
- 16/04/2027 La ricerca dei materiali sensibili
- 23/04/2027 La fotografia stenopeica
- 30/04/2027 La fotografia ambulante



Costi e Informazioni

Quota di iscrizione annuale all'Associazione Tempo Cultura

Obbligatoria per iscriversi ai Corsi € 5,00

Quote di partecipazione

• Ogni corso di 5 incontri del Lunedì, Martedì, Mercoledì e Venerdì € 15,00

• Ogni corso aggiuntivo a 4 corsi € 10,00

• Corso completo di pittura (15 lezioni) del Giovedì € 150,00

• Corso di lavorazione Creta (8 lezioni) del Giovedì € 50,00

Gli iscritti ai corsi di pittura e lavorazione creta potranno iscriversi ad altri corsi al costo di 5€ ognuno

NB: In caso di iscrizione di due coniugi allo stesso corso, la seconda quota sarà di 7,50€ a corso

Sede dei corsi

Presso Villa Besozzi - Piazza A. Manzoni, 2 – Carugate

Orari Segreteria

La Segreteria è aperta ogni LUNEDÌ dalle 9,30 alle 11,30 presso la Sede

Tel: 02 97190074

Mail: atc.carugate@tiscali.it

Sito web: www.tempocultura.it

Iscrizioni

Le iscrizioni si ricevono in Segreteria nell'orario di apertura (Lunedì 9,30-11,30)

e tutti i pomeriggi durante i corsi programmati.

**AD INTEGRAZIONE DEL PROGRAMMA L'ASSOCIAZIONE TEMPO CULTURA
PROPORRÀ' UNA GITA CULTURALE NEL CORSO DELL'ANNO
E POSSIBILI VISITE A MOSTRE E MUSEI**