



## ARTE CALLIGRAFICA

Coordinatore: Rodica Cherciu. Condivide la presidenza del Collegio Creativo Espressivo con Silvia Finetti

Il corso si propone lo studio e la realizzazione di scritture antiche e contemporanee (gotico, onciale, cancelleresca, ecc.) nella grafia artistica.

I corsisti verranno guidati nella comprensione degli stili, l'angolazione della penna, la postura corretta, l'invenzione dei decori e la realizzazione di miniature artistiche, capolettera decorati. Il fine è quello di interpretare un breve testo per realizzarlo in chiave artistica.

Si impareranno vari alfabeti con maiuscole e minuscole.

Il corso è pratico.

Materiale occorrente: penna (cannuccia), pennini (**SPEEDBALL** - si trovano su Amazon - serie completa, cannuccia e 6 pennini di varie misure **SERIE C**), matita, righello, gomma, fogli da disegno (blocco "Strappa e Schizza" 50/55 gr)

Verranno realizzati vari lavori decorativi impreziositi da scritte a piacere.

## BALLI CARAIBICI – Livello base

Coordinatore: Mirko Volonnino

Salsa, bachata, merengue e mambo. I ritmi calienti delle isole caraibiche  
Cuba e Santo Domingo.

Scopriamo insieme le basi per imparare a ballare e divertirci.

## BALLI CARAIBICI – Livello intermedio

Coordinatore: Mirko Volonnino

**Le iscrizioni sono effettuate esclusivamente in Segreteria, in corso Trento 13. Saranno inseriti i nominativi secondo la griglia designata dal coordinatore**

Salsa, bachata, merengue e mambo. I ritmi calienti delle isole caraibiche Cuba e Santo Domingo.

Scopriamo insieme le basi per imparare a ballare e divertirci.

# BALLI DI GRUPPO: LA SALUTE VIEN BALLANDO

## Livello base

Coordinatore: Mirko Volonnino

Che ballare faccia bene, a tutte le età, è ormai risaputo e ribadito non solo da tanti medici, ma anche dalle più famose riviste di medicina. Le persone che si avvicinano a questo meraviglioso ambiente possono trarne vantaggi e benessere psico-fisico: si fanno nuove conoscenze; il movimento corporeo a tempo di musica aumenta la coordinazione e rafforza i muscoli; il respiro diventa più corposo e la memoria più attiva!

Nei 12 incontri, che si svolgeranno presso l'Accademia Carma di Torino, il Maestro Mirko Volonnino, insieme al prof. Federico Muscio (Direttore Artistico-Musicale del Carma) vi accompagnerà in un viaggio “storico-musicale”, partendo dagli anni dell'Opera e dell'Operetta, del Charleston, dello Swing e del Boogie Woogie, passando dal Mambo al Cha Cha Cha fino al Tango e Fox-Trot e ai balli caraibici.

Movimento, salute, sorrisi, storia e tanto divertimento vi aspettano.

- Opera e Operetta: dal melodramma alla Belle Époque
- Impero Austro-Ungarico: Valzer, Mazurka, Polka, i balli di corte
- Swing Era: dal Cotton Club alla programmazione dell'EIAR di Torino
- Anni Cinquanta: il boom economico e il Carosello
- Sofia Loren e De Sica: Mambo Italiano
- “Cari amici vicini e lontani”: la nascita della televisione
- I meravigliosi Anni Sessanta: balli di gruppo con Twist e Hully-Gully
- Liscio non ti lascio
- Fox-Trot e Boogie Woogie: storia di un amore senza fine
- Francesi e Spagnoli: nasce il Cha Cha Cha
- Isole Caraibiche: Lambada, Salsa e Bachata
- Balli popolari italiani: Pizzica e Tarantella

# BALLI DI GRUPPO: LA SALUTE VIEN BALLANDO

## Livello intermedio/avanzato

Coordinatore: Mirko Volonnino

**Le iscrizioni sono effettuate esclusivamente in Segreteria, in corso Trento 13. Saranno inseriti i nominativi secondo la griglia designata dal coordinatore**

### BALLAREFABENE

È questo l'”hashtag” che ormai troviamo scritto in tutti i social media. E che ballare faccia bene, a tutte le età, è ormai risaputo e ribadito dalle più famose riviste di settore, di medicina e in tutte le reti mondiali di comunicazione. Le persone che si avvicinano a questo meraviglioso ambiente, infatti, possono trarne vantaggi e benefici psico-fisici.

Nei 12 incontri, che si svolgeranno presso l'Accademia Carma di Torino, l'insegnante vi accompagnerà in un viaggio “storico-musicale”, scoprendo usi, costumi, evoluzione musicale e relativi balli. Gli incontri avranno, così, un aspetto teorico ma anche molto pratico.

- Cinema e ballo
- Abiti e ballo
- Evoluzione della Musica
- Danze caraibiche
- Danze latinoamericane
- Danze standard
- Liscio piemontese o liscio romagnolo?
- Balli di gruppo
- Musica e ballo contro il fascismo
- Balli di coppia
- Danza o ballo?
- Paese che vai, ballo che trovi

## BALLO: LISCIO NON TI LASCIO

Coordinatore: Mirko Volonnino

**Le iscrizioni sono effettuate esclusivamente in Segreteria, in corso Trento 13. Saranno accettate solamente iscrizioni in coppia**

Storie, usi, costumi e curiosità sui balli tradizionali da sala, con tanti temi da scoprire oltre al ballo.

- Ballo al palchetto o balera?
- Valzer, mazurka e polka: balli sociali o balli popolari?
- Valzer lento, tango, fox trot, amori senza fine...
- Il clarinetto e la fisarmonica: il re e la regina dei nostri balli.

**Rivolto ESCLUSIVAMENTE ALLE COPPIE**

## BRIDGE – Livello base

Coordinatori: Renzo Previtali, Domenico Latella

Il gioco del bridge è una pratica sportiva nonché una considerevole occasione per sviluppare le capacità intellettuali e - mediante il ragionamento logico - accrescere memoria, abilità di decisioni, creatività.

### Programma

- Origine del gioco dal whist al bridge moderno
- Gioco della carta
- Sistema dichiarativo, Quinta nobile
- Mani di gioco esemplificative
- Torneo di fine corso.

Il corso inizierà a novembre e le 12 lezioni avranno cadenza settimanale

## BRIDGE – Livello avanzato

Coordinatori: Renzo Previtali, Domenico Latella

Il gioco del bridge è una pratica sportiva, nonché una considerevole occasione per sviluppare le capacità intellettuali e - mediante il ragionamento logico - accrescere memoria, abilità di decisioni, creatività.

### Programma

#### Quinta nobile italiana

- tutte le mani bilanciate o sbilanciate e loro sviluppi
- le aperture di diritto o di rovescio a livello uno e loro sviluppi
- mani deboli in sottoapertura
- le mani forti e loro sviluppo
- piano di gioco “a colore”, e “a senza”
- apertura 1s.a. stayman, Texas e loro sviluppi
- richiesta di assi
- come si muovono i colori, impasse ed expasse
- appoggi nei colori nobili con legge delle prese totali
- attacchi da un colore corto o lungo
- segnali difensivi
- torneo finale con premiazione e brindisi

Il corso inizierà a febbraio 2027 e le 12 lezioni avranno cadenza settimanale. Le iscrizioni saranno effettuate a partire da gennaio secondo la griglia stabilita dal coordinatore.

## BURRACO

Coordinatore: Renzo Previtali

Dall'insegnamento del gioco al perfezionamento delle tecniche; dalle piccole sfide ai tornei: tutto con grande divertimento!

- Origini del gioco e sua diffusione.
- Regole del gioco: valore delle carte e punteggi.
- Regole di comportamento al tavolo e regole di torneo.
- Inizio del gioco con assistenza al tavolo.
- Tornei bisettimanali e classifiche.
- Torneo di fine corso con premiazione dei vincitori.

## CERAMICA: PITTURA SOPRASMALTO

Coordinatore: Annamaria Nobili Vietti, pittrice, ceramista

Nozioni di base e di perfezionamento per tecniche di pittura e decorazioni su ceramica, porcellana e simili, con spiegazioni ed esempi particolareggiati. Si vaglieranno estro, fantasia e predisposizione, nonché...desideri, variando e arricchendo il programma: mandala, art nouveau, motivi a penna, teoria delle ombre.

Fiori grandi e piccoli, paesaggio, prospettiva, luci e ombre, impressionismo pittorico, colori velati, tamponato.

Nozioni di base e perfezionamento per tecniche di pittura su tessuto da abbigliamento e arredamento, trompe l'oeil, tendaggi, abat-jours.

Nozioni di modellaggio della creta e pittura sotto smalto.

*Il materiale da utilizzare sarà comunicato nelle prime lezioni*

## FOTOGRAFIA – Livello Base

Coordinatore: dott. Giorgio Cerutti, fotografo, alias “Scatti lenti”

Il corso è finalizzato all’apprendimento delle basi della fotografia digitale e dell’uso delle fotocamere in modalità (M)anuale.

Abbandonare gli automatismi significa operare scelte consapevoli e personali, per realizzare fotografie davvero “nostre”.

Particolare accento sarà dato al fatto che l’apprendimento delle tecniche è solo l’inizio della pratica fotografica, la quale è determinata dalla personalità del fotografo.

I dodici incontri, a cadenza quindicinale, comprendono sia lezioni frontali sia sessioni di pratica, svolte secondo le necessità, in presenza o all’esterno.

- Le fotocamere (analogiche e digitali) e gli obiettivi
- Il sensore
- La luce e le sue caratteristiche principali
- La cattura della luce: l’esposizione fotografica
- La gestione della sensibilità, dei tempi e del diaframma
- Il controllo dello scatto e la lettura dell’istogramma
- La gestione del movimento
- La messa a fuoco e la gestione della sfocatura (profondità di campo)
- Il bilanciamento del bianco
- I file JPG e RAW: la loro gestione dopo lo scatto
- Il ruolo della postproduzione
- Le basi della composizione fotografica
- L’importanza di chi preme il pulsante di scatto

## FOTOGRAFIA – Livello avanzato

Coordinatori: Aurelio Sartor; Guido Tiranti

Il corso di fotografia avanzato è organizzato per poter far esprimere i partecipanti attraverso le loro fotografie.

Ciascuno potrà proporre delle immagini alla lettura dei coordinatori che ne valuteranno gli aspetti tecnici e compositivi, offrendo commenti e consigli per il miglioramento delle fotografie.

Sarà proposto un "tema" fotografico dell'anno che sarà la base per la mostra fotografica di fine corso, vedendo, commentando e coadiuvando i partecipanti nelle scelte delle immagini da presentare nella mostra stessa.

Nelle lezioni in aula saranno proposti brevi momenti di cultura fotografica.

Ad integrazione del corso verranno proposti incontri in cui saranno forniti gli elementi base di post produzione con il software "Affinity" - molto simile a Photoshop, uscite fotografiche e visite a mostre fotografiche.

## HATHA YOGA

### Filosofia indiana, impostata sul benessere psico-fisico e spirituale

Coordinatore: Matilde Fina, insegnante di Hatha Yoga e ginnastica posturale

- I chakra: una guida ai sette principali centri energetici del sistema yogico.
- Pranayama: vitalità e calma con la respirazione del fiore di loto.
- Prana Natya, la danza del respiro per rimuovere i blocchi emotivi.
- Sequenza di asana per migliorare il muscolo dell'anima.
- Purificare i chakra ed elasticizzare la colonna vertebrale.
- Come imparare ad amarsi e ad amare attraverso la pratica dell'hatha yoga.
- Guida alla pratica di Tatraka, per arrivare alla meditazione.
- Come equilibrare i chakra, per migliorare la fisicità e l'emotività.
- Yoga Nidra, per migliorare la propria consapevolezza.
- Asana e mudra, per il riequilibrio fisico ed energetico.
- Come gestire l'ansia attraverso le tecniche del pranayama.
- Caratteristiche principali per arrivare al Kripalu yoga, attraverso l'energia interiore.

*I partecipanti sono pregati di indossare un abbigliamento comodo e di munirsi di tappetino e copertina*

## ORIGAMI – Livello base

Coordinatori: Rita Berruto; Roberto Guberti

*“Se incontri una persona che possiede l’abilità di ricavare delle figure piegando fogli di carta, non ritenere che sia cosa da niente: cerca di imparare!”*

C. Gotthilf Salemann

- Conoscenza della tecnica dell’origami ed esercitazioni pratiche per la realizzazione di origami giapponesi tradizionali e origami moderni di autori italiani e stranieri
- Utilizzo degli origami per la realizzazione di oggetti decorativi natalizi o, comunque, collegati a festività varie

*In occasione delle prime lezioni sarà illustrato il materiale occorrente per l’attività.*

## ORIGAMI – Livello avanzato

Coordinatori: Rita Berruto; Roberto Guberti

*“Esistono poche arti al mondo in grado di far nascere un capolavoro in pochi minuti e con un unico strumento. L’Origami è una di queste”*

### **Programma**

- Studio di origami modulari tridimensionali, sia tradizionali giapponesi per la realizzazione di oggetti decorativi, sia moderni per la composizione di solidi geometrici, di paralumi e di soprammobili
- Realizzazioni più impegnative di elementi singoli

Il corso è rivolto a chi possiede già nozioni di base degli origami.

*In occasione delle prime lezioni sarà illustrato il materiale occorrente per l’attività.*

# PITTURA A OLIO: INCONTRO TRA ARTE E POESIA

## Corso pratico di pittura

Coordinatori: arch. Claudio Rabino, artista; arch. Ornella Bucolo, docente della facoltà di Architettura di Torino

Nel corso **dipingeremo** usando la tecnica impressionista come i grandi maestri del passato ma con tecniche moderne. Si affronterà l'esperienza della pittura e del disegno **pratico** cercando di scoprire le sfumature poetiche e intimistiche che sono racchiuse in ognuno di noi. Tutto sta a saperle capire e farle emergere. **Verrà utilizzata la pittura ad olio in modo assolutamente rivoluzionario, libero da ogni schema canonico.** Perché usare il nero per le parti in ombra, quando si può utilizzare il viola e conferire al quadro una potenza e una atmosfera poetica?

*“Sulla tela colorata tutto il mondo non ci sta  
qualche luce e qualche ombra si sono perse un po' più in là  
ma se potessi per un istante darti quei sogni che non hai il tempo di  
sognare darti spazio e libertà vorrei prenderti per mano  
e portarti via lontano nel mio mondo un po' speciale dove niente è realtà  
ti porterei oltre il confine tra la lavanda e il grano là dove il lilla si  
contrasta con il giallo indiano sulle colline laggiù in fondo dove basta solo  
un passo per entrare nel mio mondo  
chiudi gli occhi e andiamo via là dove si ferma la realtà e tutto il resto è  
fantasia”*

**N.B.** durante la prima lezione verrà chiaramente e dettagliatamente spiegato il materiale da portare per seguire il corso

# PITTURA: ACQUERELLO PER ASPIRANTI SOGNATORI

Coordinatori: arch. Claudio Rabino, artista; arch. Ornella Bucolo, docente della facoltà di Architettura di Torino

*Bella sarà la più bella  
Dipingerò una stella  
E te la dedicherò  
Bella sarà la più bella  
E ad assomigliarti proverà  
Anche solo un po'*

## **Obiettivo del corso**

Avvicinarsi alla pittura ad acquerello, ispirata all'impressionismo in chiave moderna, con l'uso di pennelli, stracci, mani e tanta fantasia

## **Programma**

Verrà utilizzata la pittura ad acquerello in modo assolutamente rivoluzionario, libero da ogni schema canonico. Perché usare il nero per le parti in ombra quando si può utilizzare il viola e conferire al quadro una potenza e una atmosfera poetica?

## **Materiali:**

*Acquerelli, straccio, due o tre pennelli (piccolo, medio e uno grande per fare il fondo), due bicchieri di carta, album fogli di cotone, un piatto di carta per provare i colori (tavolozza), un tubetto piccolo di tempera bianca. E... un sacchetto abbondante di simpatia.*

## PITTURA: ACQUERELLO PER PRINCIPIANTI

Coordinatore: Cristina De Maria, pittrice

Gli incontri saranno inizialmente focalizzati sulle caratteristiche che rendono l'acquerello diverso rispetto a tutte le altre tecniche pittoriche.

Illustrerò come l'utilizzo di materiali idonei faccia la differenza, aiutando o limitando gli "effetti speciali" di cui la tecnica ad acquerello è così inconfondibilmente ricca.

La grande differenza di tecniche sarà oggetto di studio anche attraverso le opere di pittori acquerellisti dagli stili diversi. Il percorso, che comprenderà anche lo studio di piccoli e semplici soggetti secondo un programma orientato verso un lavoro inizialmente collettivo, sarà solo successivamente individuale e proporzionato all'impegno personale, privilegiando il divertimento e liberando la propria creatività.

Si consiglia di portare fin dal primo giorno l'essenziale:

- Fogli singoli o album di fogli collati "carta da acquerello" 100% cotone, spessore 300 gr. cm. 38x56 circa, grana fine
- Colori in pastiglie (godet) per acquerello: 2 rossi (carminio e vermiglio); 2 blu (oltremare e di prussia); 2 gialli (limone e cadmio)
- Un pennello sintetico tondo da acquerello, di misura media

## PITTURA: DIPINGERE AD ACQUERELLO... PER SENTIRSI BENE

Coordinatore: Magda Tardon, pittrice

Il corso si avvale della collaborazione dell'ing. Elio Fiorina

*“Dipingere è l’occasione per prendersi una pausa dai problemi consueti e immergersi nel mondo meraviglioso del colore”*

Questo è un corso in cui viene prestata particolare attenzione al potere distensivo della pittura che vi permetterà di rilassarvi, dimenticare le tensioni e giocare con il colore.

Per le sue caratteristiche è un corso aperto a tutti, anche a chi non ha mai dipinto ad acquerello.

Particolare attenzione verrà data allo studio dei colori. Dobbiamo capire quali ci infondono calma e benessere: una sorta di meditazione attraverso la pittura.

Ma ogni corpo ha una sua struttura, per cui non trascureremo le nozioni base di prospettiva, composizione e disegno.

Il corso è orientato a sviluppare la creatività individuale, quindi nei limiti del tempo a disposizione cercheremo di dargli un’impronta fortemente legata alle potenzialità di ogni allievo.

Sarà anche un’occasione per parlare di pittura, confrontarci sulle mostre visitate, chiederci che cos’è l’arte per noi.

*“Per dipingere con piacere non occorre essere grandi artisti”*

*Per chi non ha mai acquerellato il primo incontro sarà l’occasione per comprendere i fondamenti della tecnica e per capire quali sono i materiali più opportuni da utilizzare nel corso.*

## PITTURA: DIPINGERE CON L'ACRILICO

Coordinatore: Silvia Finetti, pittrice, grafica, illustratrice. Condivide la presidenza del Collegio Creativo Espressivo con Rodica Cherciu

Il corso è rivolto a coloro che vogliono approfondire e migliorare la tecnica dell'acrilico. Verranno forniti spunti per vari lavori, sia con fotografie sia con immagini inviate via mail dalla docente durante l'anno.

Gli iscritti lavoreranno su supporti: tele, tele cartonate.

Ci sarà una breve introduzione sui colori, sulla stesura del colore e sulla creazione di sfumature e accenni sul monocromo.

Avremo modo di approfondire la tecnica lavorando su paesaggi, volti, nature morte, animali e particolari di oggetti.

Tratteremo all'interno del corso il contrasto tra luci, ombre e volumi sui vari oggetti e soggetti.

Si consiglia di portare dalla prima lezione:

- colori ad acrilico che si hanno in casa (giallo, rosso, blu, nero, bianco)
- tele o tele cartonate per poter iniziare a disegnare nel primo incontro
- matite HB o B o 2B
- gomma e gomma pane
- pennelli tondi (n° 3 – 8- 12) e piatti (n°4 - 10 - 14)

**Il corso è rivolto a persone che in passato hanno già avuto basi di disegno o hanno già fatto dei corsi di pittura e di acrilico.**

## PITTURA: IL RITRATTO

Coordinatore: Gianna Dalla Pia Casa, pittrice

Il corso è rivolto a tutte le persone che desiderano conoscere, disegnare e dipingere il ritratto.

I principianti impareranno le regole di base per realizzare il volto umano e la figura, contemporaneamente alle basi del disegno (da effettuare con matita-sanguigna, pastelli, acquerello, ecc.).

I più esperti potranno approfondire le proporzioni, i canoni, il movimento, ma anche le tecniche pittoriche preferite (come l'olio, l'acrilico, ecc.).

Ogni incontro prevede alcune spiegazioni teoriche, facilitate da esempi e dimostrazioni, alle quali seguiranno esercizi dal vero, con un modello o con l'ausilio di immagini fotografiche e di fantasia.

Si darà ampio spazio all'aspetto creativo, alla sperimentazione, all'interpretazione personale e allo sviluppo delle capacità espressive di ciascuno.

A questo scopo saranno utili e graditi gli scambi di idee, le spiegazioni e i confronti sulle soluzioni formali e tecniche degli artisti antichi e moderni che hanno affrontato il tema del ritratto.

*N.B.: i principianti, alla prima lezione, possono portare: carta da disegno, matite, righello, gomma, etc*

## PITTURA: TECNICHE PITTORICHE

Coordinatore: Gianna Dalla Pia Casa, pittrice

Gli incontri saranno orientati all'apprendimento delle varie tecniche del disegno e della pittura quali: matite, gessetti, pastelli, acquerelli, acrilici ecc., scelti insieme ai corsisti secondo la loro preparazione e le loro preferenze.

Privilegiata sarà la copia dal vero di nature morte e paesaggi da fotografie o di fantasia.

Nozioni di chiaroscuro, di prospettiva, armonia di colori e tutto ciò che necessita per una buona e soddisfacente realizzazione dei lavori personali.

*N.B.: i principianti, alla prima lezione, possono portare: carta da disegno, alcune matite, gomma, etc*

## PITTURA: TEMPERA ALL'UOVO

Coordinatore: Marco Piva, pittore

La tempera al rosso d'uovo è il genere di pittura più diffuso, tra il periodo medioevale ed il Rinascimento, prima della pittura ad olio. Tra le varie colle organiche esistenti, il rosso d'uovo fu il più utilizzato perché più solido come collante, dotato di buona maneggevolezza e più adatto a lavorazioni fini e accurate.

In questi incontri si potrà sperimentare un'applicazione semplificata utilizzando una emulsione semplice composta solamente da tuorlo, acqua e aceto nella quale verranno stemperati i pigmenti.

La scelta dei temi da rappresentare sarà un pretesto per fare pittura ed ogni partecipante potrà liberamente scegliere il soggetto con difficoltà variabile in base alle sue capacità.

### **Materiale necessario per l'attività**

*pennelli, conchette, recipiente per l'acqua (possibilmente di plastica), boccettino con contagocce per contenere l'uovo, pigmenti in polvere, (blu oltremare, terra di Siena bruciata, terra d'ombra naturale, verde ossido di cromo, un giallo chiaro, ocre gialla, un rosso chiaro, bianco di titanio).*