



50&Più Cultura e Formazione Lucca

*20° anno accademico
2026-27*

corsi • laboratori • conferenze • eventi • visite guidate
sedi • programmi • docenti • orari



50epiu.lucca.it
50epiu.it/lucca
segreteria.50unilucca@gmail.com

Uffici 50&Più Associazione Provincia di Lucca:
Lucca - Via Fillungo, 121 (Palazzo Sani) - tel. 0583-1721600
Lunata - Via della Madonnina, 33/b - tel. 0583 429961

"Senesco multa in dies addiscens"
"Invecchio imparando ogni giorno molte cose"

Cicerone (De Senectute)

Per iscriversi non servono titoli di studio o condizioni particolari, servono, invece, la curiosità, il coinvolgimento, la passione per la cultura o semplicemente quell'energia positiva che rende giovane e vitale ogni adulto.

Siamo arrivati a 20! 50&Più Cultura e Formazione, giunta al ventesimo anno di attività, resta importante nel suo progetto di diffusione della cultura e di aggregazione nella città di Lucca.

Solo la determinazione e l'impegno dei volontari hanno permesso all'associazione senza fini di lucro di affermarsi sempre di più e farsi conoscere. Centinaia di corsi, conferenze, eventi, concerti, visite guidate hanno attirato migliaia di iscritti che hanno potuto accedere ad una grande quantità di proposte. Oltre ai numerosi corsi (sia online che in presenza) anche quest'anno, come di consueto, sono in calendario molte conferenze ed eventi, visione di film, visite guidate a mostre, musei, chiese, monumenti. In programma anche concerti e rappresentazioni teatrali e momenti di socializzazione.

Ormai tutti sanno che a qualunque età il cervello è in grado di imparare e di memorizzare e 50&Più vuole dare un segnale forte proprio in questa direzione: aiutare gli utenti a contrastare attivamente l'invecchiamento e fornire gli strumenti per una vita migliore, sia in termini culturali, che sociali, che ricreativi.

Presente in tutto il territorio nazionale, 50&Più offre numerose attività ed opportunità promuovendo il benessere fisico, mentale e sociale.

Il mondo 50&Più

50&Più è l'Associazione di over 50 che opera per la rappresentanza e tutela degli iscritti e per la loro promozione sociale. Fondata nel 1974 è un'organizzazione privata apolitica ed apartitica. Nel corso degli anni ha dato vita a società collegate per meglio rispondere alle esigenze dei soci e del mondo senior.

50epiu.it/lucca

Su questa piattaforma è possibile, cliccando su "**Cerca nel sito**" trovare sia le indicazioni per associarsi/rinnovare che le notizie sulla vita associativa, eventi nazionali, concorsi, convenzioni nazionali e molto altro.

Inoltre nel sito sono presenti le sezioni CAF e PATRONATO .

Segnaliamo inoltre la piattaforma **Spazio50.org**, il portale degli over 50 dedicato all'informazione e all'intrattenimento grazie ai numerosi articoli di attualità, costume e tecnologia. E' presente anche l'interessante e ricca rivista mensile online.

COORDINAMENTO

Presidente 50&Più Nazionale: Carlo Sangalli

Presidente 50&Più Provinciale e Regionale: Antonio Fanucchi

Coordinatrice sezione Didattico-Culturale: Rosa Conte

tel. 347 6018079 - mail: rosacontes54@gmail.com

Responsabile turismo: Morena D'Antraccoli - tel. 333 7489288

Segreteria: Cinzia Repetti - tel. 371 4588826

Consiglio Direttivo

Presidente	Antonio Fanucchi
Presidente Vicario	Morena D'Antraccoli
Vicepresidente	Rossana Sebastiani
Segretario provinciale	David Colonnata
Consiglieri	Renzo Avenante
	Daniela Bongiorno
	Rosa Conte
	Morena D'Antraccoli
	Elena Pasquini
	Piera Pisani
	Cinzia Repetti

Note organizzative

La quota di iscrizione a 50&Più è di € 50,00. Tale quota, che non può essere pagata insieme alle quote dei corsi, dà diritto a ricevere la 50&Più Card che consente agevolazioni, servizi di patronato, sconti nei negozi convenzionati e la rivista mensile dell'Associazione.

Gli orari e le sedi sono indicati nelle pagine relative a ciascun corso. I prezzi indicati non includono la quota di tesseramento.

MODALITA' DI ISCRIZIONE - PAGAMENTO

Iscrizione presso le sedi di Lucca e Lunata (SOLO su appuntamento)

Per migliorare il servizio di segreteria è necessario prenotare l'appuntamento negli orari di seguito riportati.

lunedì, mercoledì e venerdì dalle 09.30 alle 12.30 e dalle 15.30 alle 18.30

Contatti: *mail:* **segreteria.50unilucca@gmail.com**
 siti: **50epiu.lucca.it**
 50epiu.it/lucca
 371 4588826 telefono - sms - WhatsApp

Pagamento: POS o bonifico bancario alle seguenti coordinate :

Iban: IT33H0832703247000000047010

intestatario: **50 e piu**

In caso di bonifico è necessario inviare il modulo a segreteria.50unilucca@gmail.com unitamente alla contabile del bonifico effettuato. Nel caso di utilizzo di Whatsapp, per motivi di sicurezza consigliamo di inviare la ricevuta di pagamento in formato pdf e non foto.

Visita la nostra pagina Facebook e metti 



Lucca 50ePiù

INDICE

Attività psico-fisica	
❖ Argento vivo	pag. 11
❖ Balli di gruppo	pag. 11
❖ Benessere psicofisico	pag. 12
❖ Bioginnastica	pag. 13
❖ Laboratorio di Counseling	pag. 14
❖ Libera-mente	pag. 14
❖ Longe-Vità	pag. 15
❖ Memoria e metodo	pag. 17
❖ Logichiamo	pag. 18
Teatro e Musica	
❖ Canto corale + Lettura cantata di una melodia	pag. 19
❖ Storia della musica	pag. 20
❖ Compagnia teatrale	pag. 21
❖ Atelier teatrale	pag. 22
❖ Laboratorio teatrale	pag. 23
Attività creative ed artistiche	
❖ Collage	pag. 24
❖ Fotografia digitale	pag. 24
❖ Laboratori di disegno, acquerello e pittura	pag. 26
Informatica e Nuove Tecnologie	
❖ Sportello Cittadinanza Digitale	pag. 28
❖ Usare l'Intelligenza Artificiale con intelligenza	pag. 28
❖ Utilizzo di computer e smartphone	pag. 29
Lingue straniere	
❖ Lingua francese	pag. 31
❖ Lingua inglese	pag. 31
❖ Lingua spagnola	pag. 36
Tra pensiero ed immagine	
❖ Al Cinema con 50&Più	pag. 38
❖ Storia dell'Arte	pag. 38
❖ Storia della Filosofia	pag. 40
Conferenze, eventi, visite guidate	pag. 43
Convenzioni	pag. 63

CORSI

Norme da seguire:

Alla fine di ogni lezione gli utenti (soci e docenti) sono pregati di:

- lasciare le aule in ordine rimettendo a posto tavoli e sedie
- controllare la chiusura delle finestre
- spegnere le stufe (se presenti)
- spegnere pc
- in caso di utilizzo dei cestini (ad esempio per un festeggiamento ecc.) chiudere il sacchetto
- lasciare pulita l'aula, compreso il pavimento

Attività psico-fisica

Argento Vivo 50 Passi & Più

Questo progetto propone la promozione dell'attività fisica negli over 50 (ma non solo) in quanto è dimostrato che uno stile di vita attivo ha effetti molto positivi sullo stato di salute e sulla qualità della vita. L'associazione partecipa a questo progetto attraverso l'attivazione dei Gruppi di Cammino in percorsi strutturati.

Il primo gruppo "Argento Vivo" si ritrova per percorrere l'anello delle Mura con partenza dalla Casa del Boia. La referente è la sig.ra **Daniela Bongiorno** che può essere contattata al n. **333 8330637**.

Il primo incontro sarà **lunedì 19 ottobre**. Per l'orario contattare il numero sopra indicato.

Il secondo gruppo "50 Passi & Più" è coordinato dal sig. **Renzo Avenante** (n. **3491286475**) e prevede percorsi nei dintorni di Lucca e Capannori.

E' un'opportunità per fare esercizio fisico non impegnativo e nello stesso tempo socializzante ed aggregativo. L'attività è di impegno modesto, gratuita e non richiede certificato medico.

La proposta è rivolta solo agli associati 50&Più.

Si consiglia l'uso di scarpe da walking.

Nota: L'orario subirà dei cambiamenti a seconda della stagione e delle condizioni atmosferiche.

Balli di gruppo

Rossella Gamba

Maestra Midas diplomata in danza moderna.

Il corso si propone di far acquisire le tecniche teoriche e pratiche riferite ai balli di gruppo latino-caraibici più conosciuti oltre ai balli più attuali. Aggregazione e divertimento assicurati, in compagnia della musica che aiuta a tenere allenati i muscoli, ma anche la mente.

Contributo: € 180,00

Numero minimo e massimo di partecipanti: 8-14

Numero lezioni: 30

Svolgimento del corso: tutti i mercoledì

Orario corso A: 10:00 - 11:00 dal 14 ottobre

corso B: 15:30 - 16:30 dal 21 ottobre

Sede: Lucca Youth Musical Academy (LYM) - Via Orzali, 377

Per frequentare questi corsi E' NECESSARIO presentare il certificato medico per attività non agonistica, rilasciato dal medico di base o dal medico sportivo. La nostra convenzione col Centro di Sanità Solidale (via dei Macelli) consente ai soci 50&Più di ottenere il certificato al prezzo di € 40,00 comprensivi di ECG e visita cardiologica. Per le prenotazioni mediche telefonare al numero 0583 327790.

Benessere psicofisico

Maria Cristina Consani

Istruttrice di Yoga e Discipline Bionaturali

L'attività fisica per la terza età deve favorire alcuni aspetti principali, come la respirazione, il rilassamento e l'allungamento muscolare, una postura migliore e una maggiore padronanza del proprio corpo. Lo Yoga Posturale lavora sulle difficoltà che insorgono con l'età e consente un netto miglioramento della qualità di vita, aiutando a recuperare la scioltezza articolare, l'equilibrio e l'efficienza muscolare ed insegnando a muoversi con consapevolezza anche e soprattutto nel quotidiano. Tutti gli esercizi devono essere sempre eseguiti curando la sincronia con gli atti

respiratori, fondamentale per un corretto equilibrio psicofisico.

Contributo: € 180,00 + € 20,00 per tessera associativa di durata annuale da versare direttamente alla docente

Numero minimo e massimo di partecipanti: 6-8

Numero lezioni: 20

Svolgimento del corso: tutti i giovedì dal 22 ottobre

Orario: 11:00 - 12:00

Sede: Studio Spazio Yoga - Via Orzali, 160

Bioginnastica

Metodo di riequilibrio posturale bioenergetico

Prof.ssa Michela Panattoni

Laureata in Scienze Motorie. Master in Posturologia clinica.

Specializzata in Bioginnastica

La Bioginnastica, Ginnastica Posturale Bioenergetica è un lavoro sul corpo che agisce sia a livello osteo-articolare che sensoriale-percettivo al fine di favorire le funzioni fisiologiche, biologiche e psicoemotive dell'individuo per il suo benessere globale. È una ginnastica sensoriale che aiuta la persona a riappropriarsi del proprio corpo, conoscerlo e viverlo in modo consapevole e attivo. La Bioginnastica si è evoluta in campo terapeutico e in quello preventivo educativo per prevenire e trattare patologie e disturbi osteo-articolari e muscolari: tensioni, rigidità, lombalgie, cervicalgie, ernie, scoliosi, discopatie, varismi, valgismi, fibromialgia, osteoporosi .

Contributo € 150,00

Svolgimento del corso online: tutti i lunedì dal 19 ottobre

Numero lezioni: 25

Orario: 11.00-12.00

Per informazioni è possibile contattare la docente al numero 338 2714106.

Laboratorio di Counseling

La rabbia: nemica o compagna di viaggio?

Prof.ssa Carla Matassi

Laureata in Lingue e Letterature Straniere. Counselor professionista ASPIC Già docente di Lingua Inglese negli istituti superiori

Cos'è la rabbia? A cosa ci serve? Perché e per quale motivo ci arrabbiamo? Come viviamo la rabbia? Tante domande, a cui cercheremo di dare risposta in questo laboratorio. Attraverso esercizi pratici e condivisione, lavoreremo per scoprire come gestire al meglio le emozioni e migliorare il rapporto con sé stessi e con gli altri.

Contributo: € 25,00

Numero minimo e massimo di partecipanti: 6-12

Numero lezioni: 5

Sede ed orario del corso da definire

Libera-mente

A, B G come Gioco. Libera-mente continua le sue esplorazioni tra giochi, movimento e riflessioni strategiche condivise

Dott.ssa Cristina La Rosa

Laureata in Psicologia. Psicoterapeuta

La mente non ha età, sceglie di continuare a mettersi in gioco. Questo è uno spazio dove la curiosità è l'unico requisito richiesto.

Anche quest'anno giocheremo sul serio. Nessun voto, nessuna competizione, nessuna performance. Solo il piacere di stare insieme, ridere e tenere la mente attiva e ricca di interessi.

Ogni settimana faremo un viaggio speciale che inizierà con una semplice lettera dell'alfabeto. Quella lettera sarà la nostra scintilla! Da lì partiremo per esplorare mondi diversi attraverso:

- Giochi e quiz per allenare la memoria e ricordarci tante cose archiviate.
- Attività creative e manuali per riscoprire il piacere di fare con le mani quello che immaginiamo con la testa.
- Movimento leggero per attivare il corpo con il sorriso e qualche scivolone!
- Letture e video per accendere riflessioni e scambiarsi opinioni.
- Iniziative e nuove idee nate direttamente da tutti noi.

Perché partecipare?

È un'officina di benessere. Un laboratorio perfetto per:

- Prevenire l'invecchiamento mentale e fisico in modo insolito.
- Trovare nuovi amici e aggiungerli alla routine quotidiana.
- Condividere pensieri in un ambiente curioso e accogliente.

Contributo: gratis

Numero incontri: 12

Svolgimento del corso: tutti i martedì dal 20 ottobre

Orario: 10:15 - 11:45

Sede: Centro Civico di Pontetetto - Via del Giardino accanto al Polo Salute.

Longe-Vità

Allenare la mente, valorizzare le emozioni, curare le relazioni e condividere per stare bene in età matura

Dott. Elvio Raffaello Martini

Psicologo di Comunità

Dott.ssa Alice Pirovano
Psicologa e psicoterapeuta

Il corso sarà articolato in tre laboratori esperienziali.

- 1- Apprezzare i cambiamenti
- 2 - Ri-conoscere la propria identità
- 3 - Curare le relazioni

Lo scopo dei laboratori è esplorare ed attivare tutte le risorse, cognitive, emotive e relazionali per stare bene. In particolare si favorirà la condivisione dei propri vissuti e delle proprie esperienze, anche come modalità per fare gruppo ed ampliare il proprio orizzonte.

Contributo: € 60,00

Numero massimo di partecipanti: 18

Numero lezioni: 3

Svolgimento del corso: sabato 16 - 23 - 30 Gennaio

Orario: 9:30 - 12:00

Sede: Confcommercio di Lunata - Via della Madonnina 33/b

Longe-Vità Collegamenti

A seguire corso in 4 incontri dedicato a coloro che desiderano continuare ad approfondire le tematiche trattate sia nel corso di quest'anno che in quello dell'anno scorso.

Contributo: € 80,00

Numero massimo di partecipanti: 18

Numero lezioni: 4

Svolgimento del corso: sabato

Orario: 9:30 - 12:00

Sede: Confcommercio di Lunata - Via della Madonnina 33/b

Memoria e metodo

Applicazioni delle tecniche di memoria alla vita di tutti i giorni

Dott.ssa Mara Bonucci

Laureata in Scienze dell'Educazione, si occupa di Sviluppo Risorse Umane e Formazione, ha maturato una lunga esperienza nell'insegnamento delle tecniche di memoria e apprendimento.

Vi succede di non trovare le chiavi di casa o il cellulare? Entrare in una stanza e dire "ma cosa ero venuto a fare?" Incontrare una persona e non ricordarne il nome? Dimenticare una scadenza o un appuntamento? Tutto questo non è dovuto all'età, ma a come viene usata la nostra memoria e l'atteggiamento con cui affrontiamo la vita di tutti i giorni. Il corso M&M over 50 ci aiuterà a superare queste difficoltà e dare più fiducia alle nostre capacità, magari semplicemente fuori allenamento.

Programma del primo ciclo:

- Memoria e apprendimento
- Le caratteristiche della memoria
- La memoria e l'età
- Tecniche di memoria per la vita quotidiana
- Applicazioni pratiche: la lista della spesa, nomi delle persone, scadenze e appuntamenti, lingue straniere
- Il rilassamento e il sonno

Programma del secondo ciclo (inteso come prosecuzione del primo)

Prima lezione: Consolidamento tecniche apprese e ripasso.

Seconda lezione: suoni fonetici e mappe.

Terza lezione: metodo di studio e cenni di lettura veloce e parlare in pubblico. In alternativa la docente è comunque disponibile ad applicazioni specifiche su richiesta.

Contributo: € 50,00 per ogni ciclo

Numero minimo di partecipanti: 12

Numero lezioni: 3 + 3 (ciascuna da due ore e mezza)

Svolgimento del corso: sabato dalle 10:00 alle 12:30

Date e orario da definire

Sede: Salone di Palazzo Sani - Via Fillungo 121

Logichiamo

Giochi per la mente

I giochi logici non sono solo un piacevole passatempo, ma strumenti di stimolazione cognitiva fondamentali. Allenano la memoria, la capacità di concentrazione e il ragionamento logico-deduttivo. Offrono un'occasione per sentirsi coinvolti e attivi, stimolando l'interazione e la comunicazione. Saranno proposti, ad esempio, indovinelli, semplici rebus, anagrammi, serie logiche, sudoku e molto altro.

Contributo: gratis

Numero minimo e massimo di partecipanti: 6 - 8

Numero incontri: 5/6

Svolgimento del corso: sabato da definire

Orario: 16:00 - 18:00

Sede: Ex-caserma Lorenzini - Corso Garibaldi 53

Teatro e Musica

Canto corale

Maestro Silvano Pieruccini

Diplomato in pianoforte ed in organo liturgico, ha conseguito il Magistero in Composizione Sacra e Direzione Corale. Direttore d'orchestra, compositore ed arrangiatore, ha diretto prestigiosi cori

Prof.ssa Alessandra Sabbatini Pieruccini

Già Docente di Italiano e Storia nelle scuole superiori. Specializzata in Psicologia dell'orientamento e homework tutor per DSA. Contralto

Il corso, svolto in collaborazione con la corale Santa Felicità, si propone l'approfondimento delle nozioni fondamentali melodico-ritmiche e lo studio del repertorio accompagnato dal riscaldamento della voce attraverso vocalizzi nel rispetto dell'apparato vocale.

Il programma prevede la ripresa dell'opera "**Da Giacomo a Giacomo**" per due voci recitanti, solisti, coro e orchestra. La partecipazione dei coristi allo spettacolo finale sarà valutata a discrezione dei maestri in base alla preparazione raggiunta.

Lettura cantata di una melodia

La novità di quest'anno è rappresentata dal progetto "Lettura cantata di una melodia". Ogni buon corista, cantante, o strumentista solista, per essere all'altezza del compito da assolvere nella musica di insieme, deve conoscere e saper praticare l'intonazione e il ritmo di una qualsiasi melodia. Per ottenere questo risultato si devono saper leggere le note sul pentagramma, intonarle e riconoscerne il valore ed esercitarsi col solfeggio cantato. Per frequentare questo corso è necessario un passaggio di verifica dei requisiti che saranno

valutati dai maestri. Il progetto consta di 15 lezioni con incontri periodici quindicinali .

Contributo: € 120,00

Numero minimo dei partecipanti: 15

Numero lezioni: 30

Svolgimento del corso: martedì dal 13 ottobre

Orario: 15:00 - 17:00

Sede: Sala parrocchiale della chiesa di Sorbano del Giudice

Corso di Lettura cantata di una melodia:

Contributo: € 50,00

Numero massimo di partecipanti: 16

Numero lezioni: 15

Svolgimento del corso: lunedì dal 12 ottobre

Orario: 10:00 - 12:00

Sede: Sala parrocchiale della chiesa di Sorbano del Giudice

Storia della Musica

"Oltre l'Oceano. La musica tra Europa e America (1800-1900)"

Regina Rocca

Didatta in Musica e Pianoforte

Un ciclo di conversazioni e ascolti dedicato a un secolo di dialoghi musicali tra due continenti.

Nell'Ottocento la musica europea attraversa l'oceano e incontra nuove voci, nuovi ritmi e nuove storie. Nasce così un dialogo a distanza, fatto di viaggi, curiosità e contaminazioni, che ha cambiato per sempre il modo di comporre e di ascoltare.

Durante questo ciclo di incontri, guidati da racconti e

suggerzioni, ascolteremo insieme tanti brani per riscoprire come la musica viaggi con le persone e si trasformi nell'incontro con l'altro.

Un percorso sonoro in parallelo tra tardo romanticismo, avanguardie occidentali e il Jazz nell'evoluzione dei suoi stili: dagli Spirituals al Blues, dal Ragtime al Jazz di New Orleans e Chicago; dal Bebop al Free jazz.

Contributo: € 60,00

Numero minimo e massimo di partecipanti: 10/20

Numero lezioni: 10

Svolgimento del corso: martedì dal 19 gennaio

Orario: 15:30 - 17:00

Sede: Scuola Media di San Concordio - Piazza Aldo Moro

Compagnia Teatrale

Prof. Massimo Dal Poggetto

Dopo il successo delle precedenti rappresentazioni, la *Gioiosa Compagnia* con entusiasmo, motivazione e convinzione vuole continuare a mettersi in gioco mettendo in scena un nuovo spettacolo, che sarà occasione per lavorare ulteriormente su dizione, corporeità e gestione dello spazio scenico.

L'intenzione è quella di arrivare sul palcoscenico consapevoli, convinti, convincenti e divertiti.

Contributo: € 200,00

Numero lezioni: 30

Svolgimento del corso: tutti i lunedì dal 19 ottobre

Orario: 17:00 -19:00

Sede: teatro della chiesa di San Cassiano a Vico

Atelier teatrale

Dott. Francesco Tomei

Dottorato di Ricerca in Storia del Teatro (Università di Firenze), drammaturgo e regista esperto in pedagogia teatrale.

L'Atelier Teatrale è un luogo di formazione, ricerca e produzione artistica che concepisce il teatro come strumento di crescita personale, partecipazione culturale e valorizzazione del patrimonio materiale e immateriale dei territori. Non un semplice corso di recitazione, ma un percorso di ricerca collettiva in cui ogni partecipante è chiamato a contribuire attivamente alla costruzione di un progetto artistico. L'attività non ha una finalità esclusivamente formativa, ma è orientata alla realizzazione di produzioni teatrali originali sviluppate in collaborazione con enti culturali, istituzioni e amministrazioni del territorio con l'obiettivo di raccontare e valorizzare il patrimonio storico, artistico e paesaggistico delle comunità coinvolte. Ai partecipanti è richiesto un impegno costante e responsabile, poiché ogni contributo individuale concorre alla costruzione di un'opera collettiva destinata all'incontro con il pubblico e inserita all'interno di progettualità culturali condivise con i partner dell'atelier. E' richiesta inoltre una frequenza minima del 70% delle lezioni, per poter prendere parte alla produzione finale.

Contributo: € 200,00

Numero lezioni: 26 + prove per lo spettacolo finale

Svolgimento del corso: tutti i lunedì dal 9 novembre

Orario primo gruppo: 15.00 - 17.00

Orario secondo gruppo: 17.00 - 19.00

Sede: Centro Civico di San Vito - Via Giorgini

Laboratorio teatrale

Docenza e regia: Lorenzo Bonaccorsi

Attore, regista e formatore teatrale. Inizia il suo percorso artistico con "La Cattiva Compagnia"

Supervisione: Dott.ssa Elisa D'Agostino

Laureata in Cinema, Teatro e Produzione Multimediale. Insegnante di dizione e coordinatrice didattica di Accademia Recitazione Toscana

La finalità del Laboratorio è quella di fornire gli strumenti del linguaggio teatrale: lo spazio scenico, le energie, il corpo e la sua percezione, per riscoprire e ricostruire insieme un pezzo importante della storia dello spettacolo italiano confrontandoci con attori ed autori che hanno inventato modi di far ridere che funzionano ancora oggi. L'obiettivo è quello di divertirci facendo teatro e far divertire il pubblico. Il tema trattato quest'anno sarà "Un viaggio nella comicità degli anni '50 e '60", alla riscoperta di sketch, personaggi e situazioni provenienti dal teatro, dal varietà, dalla pubblicità e dalla televisione di quegli anni.

Contributo: € 200,00

Numero minimo e massimo di partecipanti: 6-10

Numero lezioni: 25 + prove per lo spettacolo finale

Svolgimento del corso: tutti i giovedì dal 22 ottobre

Orario: 14:45-16:45

Sede: Centro Civico di San Vito - Via Giorgini

Attività creative ed artistiche

Collage

Anne Matteoni

Pittrice e restauratrice di affreschi. Tecnico di animazione sociale

Questo corso, in quattro incontri, è un laboratorio sull'espressione individuale del collage come forma di indagine su se stessi. Con qualche rivista, colla e cartoncini Bristol sarà possibile liberare la propria espressività. Il collage, che nasce all'inizio del 900, consente di delegare all'immagine la comunicazione di emozioni profonde.

I primi due incontri introdurranno al simbolismo analizzando l'Apocalisse di San Giovanni e la personificazione delle stagioni di Alphonse Mucha.

I successivi due incontri affronteranno il tema del tempo con tre parti pratiche: la scatola dei ricordi, orientata al passato, poi uno sguardo al domani, orientato al futuro ed infine individuare una simbologia che, come un ponte, vada a tradurre il presente.

Contributo: € 40,00 per il ciclo di 4 incontri

Numero minimo e massimo di partecipanti: 6-10

Date e orario da stabilire

Sede: ex Caserma Lorenzini - Corso Garibaldi 53

Fotografia digitale

Frank Andiver

Fotografo-reporter professionista. Copertinista e redattore di riviste specializzate

Sono previsti due corsi che si terranno a lunedì alterni.

Il primo, definito **Intermedio** potrà essere frequentato da chi desidera iniziare ad apprendere i segreti della fotografia e/o migliorare le proprie conoscenze in modo semplice e creativo. Il corso offre nozioni tecniche e pratiche per utilizzare da subito la propria macchina fotografica.

Il secondo, definito **Circolo Fotografico**, è rivolto a chi ha già frequentato il corso base e desidera ampliare la conoscenza degli aspetti compositivi ed espressivi, sviluppando la capacità di lettura ed interpretazione del linguaggio fotografico.

Livello intermedio

Contributo: € 100,00

Numero minimo e massimo di partecipanti: 6-12

Numero lezioni: 12

Svolgimento del corso:

lunedì 9 e 23 novembre

lunedì 7 e 21 dicembre

lunedì 18 gennaio

lunedì 1 e 15 febbraio

lunedì 1 e 15 marzo

lunedì 5 e 19 aprile

lunedì 3 maggio

e uscite di gruppo da concordare.

Orario: 17:30 - 19:30

Sede: ex-Caserma Lorenzini - Corso Garibaldi 53

Circolo fotografico

Contributo: € 100,00

Numero minimo e massimo di partecipanti: 6-12

Numero lezioni: 12

Svolgimento del corso:

lunedì 16 e 30 novembre

lunedì 14 dicembre

lunedì 11 e 25 gennaio

lunedì 8 e 22 febbraio

lunedì 8 e 22 marzo

lunedì 12 e 26 aprile

lunedì 10 maggio

e uscite di gruppo da concordare

Sede: ex-Caserma Lorenzini - Corso Garibaldi 53

Orario: 17:30- 19:30

Laboratori di Disegno, acquerello e pittura

Riscoprire la gioia nel creare arte

Filippo Passeo

Maestro d'Arte. Docente di acquerello e disegno

Il programma è articolato nelle seguenti proposte:

Primo modulo. Approccio al disegno a matita, carboncino e sanguigna (soggetti dal vero) 4 lezioni di 2 ore nel mese di novembre (7 - 14 - 21 - 28).

Secondo modulo. Dipinti con matite acquerellabili e acquerello classico con tecniche varie (bagnato su asciutto e bagnato su bagnato) 4 lezioni di 2 ore nei mesi di dicembre e gennaio (5 - 12 - 19 dic. - 9 gen.).

Terzo modulo. Dipinti con tecniche acrilico, olio. Soggetti dal vero o da immagini a seconda dell'esigenza dell'allievo. 8 lezioni di 2 ore nei mesi di gennaio, febbraio e marzo (16 - 23 - 30 gen. - 6 - 13 - 20 - 27 feb. - 6 mar.).

Quarto modulo. Ritratti: approccio corretto al ritratto con varie tecniche.

Quattro lezioni di due ore nei mesi di marzo e aprile (13-20 marzo - 3-10 aprile).

Nota: ogni modulo è personalizzabile in base al livello dell'allievo.

Per motivi amministrativi è richiesto il pagamento anticipato di ogni modulo.

Contributo: € 50,00 per ciascun modulo da 4 lezioni

€ 100,00 per il terzo modulo

Numero minimo e massimo di partecipanti: 6-10

Svolgimento del corso: tutti i sabati dal 7 novembre

Orario: suddivisione in due gruppi 9:00 - 11:00 e 11:00 - 13:00

Sede: ex-Caserma Lorenzini - Corso Garibaldi 53

Informatica e Nuove Tecnologie

Percorso Formativo Multidisciplinare

Letizia Giorgetti - Professionista ICT

Sistemista IT ed esperto in Sicurezza Informatica.

Collaboratore presso Consortium GARR. Certificatore

Microsoft e CISCO. Ricercatore Android Security Essential.

Sportello Cittadinanza Digitale

E' in fase di progettazione lo sportello che nasce per accompagnare i cittadini, con particolare attenzione alla popolazione adulta e anziana, nell'acquisizione di autonomia rispetto agli strumenti di identità digitale oggi indispensabili per l'accesso ai servizi della Pubblica Amministrazione (SPID, CIE, firma digitale).

Usare l'Intelligenza Artificiale con intelligenza[©]

Corso pratico di prompt ed utilizzo dei modelli AI per la vita di tutti i giorni

L'intelligenza artificiale è ormai presente nella vita quotidiana: scrive testi, riassume documenti, crea immagini, aiuta a comprendere informazioni complesse. Questo corso, pensato per un pubblico over 50, ha l'obiettivo di insegnare a dialogare in modo efficace con i principali strumenti di AI, attraverso la scrittura di prompt chiari e la comprensione dei diversi tipi di modelli (testo, immagini, multimodali) .

Obiettivi

- **Comprendere** in modo semplice che cos'è l'AI generativa e cosa si intende per "modello di AI".
- **Scrivere** prompt strutturati e chiari per ottenere risposte più utili e affidabili dagli assistenti AI.
- **Utilizzare** l'AI per compiti pratici: scrittura e revisione di email, riassunto di documenti, spiegazioni di concetti complessi, generazione di contenuti per dialogare con enti, associazioni, professionisti e in tutti gli ambiti del quotidiano.
- **Distinguere** i principali tipi di modelli (testo, immagini, multimodali) e scegliere lo strumento più adatto allo scopo.
- **Applicare** semplici regole di sicurezza e buon senso nell'uso dell'AI, per proteggere dati personali e informazioni sensibili.

Non sono richieste competenze tecniche avanzate: è sufficiente una familiarità di base con l'uso del computer e di Internet.

Contributo: € 60,00

Numero minimo e massimo di partecipanti: 6-10

Numero lezioni: 8 + approfondimenti on line con dimostrazioni pratiche ed esercitazioni guidate

Svolgimento del corso: tutti i venerdì dall'8 gennaio

Orario: 16:00 - 17:30

Sede: ex-Caserma Lorenzini - Corso Garibaldi 53

Utilizzo di Computer e Smartphone[©]

Il corso è stato progettato per fornire ai partecipanti una solida preparazione di base nell'utilizzo del computer e delle

principali applicazioni digitali, con un successivo approfondimento di competenze di livello intermedio. L'obiettivo del percorso formativo è duplice: da un lato, offrire una panoramica chiara e accessibile dei concetti fondamentali dell'informatica, dall'altro, accompagnare progressivamente gli utenti verso un utilizzo più consapevole ed efficace degli strumenti digitali nella vita quotidiana, nello studio e nell'attività professionale. Il programma prevede un'introduzione ai componenti hardware e software del computer, alla gestione dei file e delle cartelle, all'utilizzo degli strumenti di videoscrittura, ai principali concetti legati alla rete Internet, alla posta elettronica e alla sicurezza informatica. Nella seconda parte, il corso approfondirà tematiche quali l'uso intermedio degli applicativi Office, la gestione dei dati e dei servizi online, l'archiviazione in cloud e l'autonomia nella risoluzione dei problemi più comuni.

Il corso prevede anche un modulo dedicato alla gestione dei dispositivi mobili, con particolare attenzione all'uso degli **smartphone e tablet Android e Apple (iPhone)**.

La metodologia didattica integra momenti teorici, dimostrazioni pratiche e esercitazioni guidate, con l'obiettivo di favorire l'apprendimento attivo e il consolidamento delle competenze.

Contributo: € 180,00

Corso on-line

Numero minimo e massimo di partecipanti: 6-10

Numero lezioni: 20

Svolgimento del corso: tutti i lunedì dal 16 novembre

Orario: 16:00 - 18:00.

Per richiedere maggiori informazioni sui percorsi offerti:

contattare con Whatsapp la docente Letizia Giorgetti al numero 340 0909430

Lingue straniere

Lingua francese principianti

Isabelle Laurent

Docente madrelingua

Il corso è rivolto a coloro che intendono acquisire la capacità basica di conversare in lingua francese ed apprendere le regole fondamentali che costituiscono la struttura della forma scritta. Il corso consentirà di utilizzare e comprendere espressioni familiari per soddisfare bisogni di tipo quotidiano e concreto.

Contributo: € 200,00

Numero minimo e massimo di partecipanti: 6-10

Numero lezioni: 25

Svolgimento del corso: tutti i sabati dal 7 novembre

Orario: 9:30 -11:00

Sede: Centro Civico di San Vito- Via Giorgini

Se non si raggiunge il numero minimo di iscritti a livello principianti, si può valutare la possibilità di avviare un corso di livello intermedio.

Lingua inglese

Dott.ssa Giulia Lippi

Laureata in Lingue e Letterature Straniere

Sarah Murdoch

Docente madrelingua

Dott.ssa Martina Madrigali

Laureata in Lingue e Letterature straniere. Certificazione TEFL

Dott.ssa Lia Pacini

*Laureata in Lingue e Letterature euro-americane
Dottorato di ricerca in studi umanistici transculturali*

Dott.ssa Ailish Mary Lynam

Docente madrelingua. Già docente di lingua inglese presso l'Università di Pisa

Dott.ssa Barbara Smith

Docente madrelingua. Esperta in comunicazioni internazionali.

Livello Principiante Avanzato (ING1)

L'obiettivo principale sarà quello di sviluppare sufficienti capacità di parlato, ascolto e scrittura che permettano di comprendere e usare espressioni della quotidianità, saper descrivere e descriversi, affrontare situazioni basiche della vita di tutti i giorni. Verranno proposte lezioni interattive, con esercizi individuali e collettivi e verrà dato spazio alla comprensione della lingua parlata e scritta.

Contributo: € 200,00

Numero minimo e massimo di partecipanti: 6-10

Numero lezioni: 25

Classe A

Docente: Lia Pacini

Svolgimento del corso: tutti i giovedì dal 22 ottobre

Orario: 15:00-16:30

Sede: Confcommercio di Lunata - Via della Madonnina 33/b

Classe B

Docente: Lia Pacini

Svolgimento del corso: tutti i giovedì dal 22 ottobre

Orario: 17:00-18:30

Sede: Confcommercio di Lunata - Via della Madonnina 33/b

Classe C

Docente: Ailish Mary Lynam

Svolgimento del corso: tutti i martedì dal 20 ottobre

Orario: 15:30-17:00

Sede: Scuola Media di San Concordio - Piazza Aldo Moro

Livello Intermedio (ING2)

Il corso è rivolto a tutti coloro che hanno delle buone conoscenze di base della lingua inglese. Dopo un ripasso iniziale, utile a consolidare le funzioni linguistiche già acquisite, il corso avrà come obiettivo principale il rafforzamento delle capacità di ascolto, parlato, scrittura e comprensione della lingua scritta. Verranno proposti esercizi individuali e di gruppo, situazioni comunicative sia orali che scritte ed esercizi di ascolto e comprensione della lingua parlata, con introduzione di nuovi elementi grammaticali.

Contributo: € 200,00

Numero minimo e massimo di partecipanti: 6-10

Numero lezioni: 25

Classe A

Docente: Martina Madrigali

Svolgimento del corso: tutti i martedì dal 20 ottobre

Orario: 9:00 - 10:45

Sede: Centro Civico di San Vito - Via Giorgini

Classe B

Docente: Martina Madrigali

Svolgimento del corso: tutti i martedì dal 20 ottobre

Orario: 15:30 - 17:00

Sede: Centro Civico di San Vito - Via Giorgini

Classe C

Docente: Ailish Mary Lynam

Svolgimento del corso: tutti i martedì dal 20 ottobre

Orario: 17:00-18:30

Sede: Scuola Media di San Concordio - Piazza Aldo Moro

Conversazione (ING3)

Il corso è rivolto a tutti coloro che già possiedono una conoscenza grammaticale della lingua inglese e che vogliono potenziare le loro capacità orali, di intonazione e di pronuncia. Il corso mira a sviluppare una maggiore autonomia e sicurezza nella lingua parlata. Gli obiettivi del corso saranno raggiunti attraverso la lettura e il commento di vari testi in lingua accompagnati da integrazioni grammaticali.

Gli obiettivi di questo corso sono pertanto quelli di:

- incrementare una maggiore indipendenza e sicurezza a livello orale,
- sviluppare un lessico più ricco e vario,
- migliorare il proprio accento e intonazione (attraverso l'espressione orale, la lettura ad alta voce, l'ascolto di testi e canzoni),
- sciogliere i nodi e i dubbi grammaticali,
- "and last but not least" imparare divertendosi.

Contributo: € 200,00

Numero minimo e massimo di partecipanti: 6-10

Numero lezioni: 25

Classe A

Docente: Giulia Lippi

Svolgimento del corso: tutti i mercoledì dal 21 ottobre

Orario: 17:00 -18:15

Sede: Aula presso parrocchia di San Concordio

Classe B

Docente: Giulia Lippi

Svolgimento del corso: tutti i lunedì dal 19 ottobre

Orario: 11:00 - 12:15

Sede: ex-Caserma Lorenzini - Corso Garibaldi 53

Classe C*Docente: Sarah Murdoch**corso on-line**Svolgimento del corso: tutti i giovedì dal 22 ottobre**Orario: 8:45 -10:00***Classe D***Docente: Sarah Murdoch**corso on-line**Svolgimento del corso: tutti i mercoledì dal 21 ottobre**Orario: 8:45 -10:00***Classe E***Docente: Sarah Murdoch**Svolgimento del corso: tutti i martedì dal 20 ottobre**Orario: 9:15 - 10:30**Sede: ex Caserma Lorenzini - Corso Garibaldi 53***Classe F***Docente: Martina Madrigali**Svolgimento del corso: tutti i martedì dal 20 ottobre**Orario: 11:00 - 12:30**Sede: Centro Civico di San Vito - Via Giorgini***English Conversation - Advanced Level (ING4)**

This course is aimed at over 50s who are already competent in spoken English and wish to take their fluency one step further. Emphasis is on developing conversational skills rather than grammar and there is no need to have a formal school certificate or university diploma. Anybody able to converse correctly and with some fluency is welcome.

Each lesson will revolve round a topic of specific interest to adults and will use newspapers, magazines, short film clips, music and so on to spark off conversation and build up greater confidence in the spoken language.

Classe A

Docente: Giulia Lippi

corso on-line

Contributo: € 200,00

Numero minimo e massimo di partecipanti: 6-10

Numero lezioni: 25

Svolgimento del corso: tutti i lunedì dal 19 ottobre

Orario: 15:30 -16:45

Classe B

Docente: Barbara Smith

Contributo: € 160,00

Numero minimo e massimo di partecipanti: 6-10

Numero lezioni: 20

Svolgimento del corso: tutti i mercoledì dal 4 novembre

Orario: 15:30 - 17:00

Sede: ex Caserma Lorenzini - Corso Garibaldi 53

Nota: A richiesta potrà essere attivato, in presenza a Lunata, un corso dalle 19.00 alle 20.30 giorno e livello da definire, in base alle richieste.

Lingua Spagnola

Dott.ssa Giulia Lippi

Laureata in Lingue e Letterature Straniere

Livello Principianti

Il corso, rivolto a tutti coloro che non hanno mai studiato la lingua, si propone di fornire una conoscenza basilare dello spagnolo sia a livello lessicale che grammaticale. I partecipanti svilupperanno le capacità necessarie a gestire semplici situazioni quotidiane. Obiettivi del corso: conoscere l'alfabeto e le regole fonetiche principali, imparare i numeri, conoscere il presente indicativo dei verbi, salutare, presentarsi, saper descrivere e descriversi, parlare delle

proprie preferenze, acquisire un lessico di base che permetta di interagire in situazioni comunicative semplici.

Le attività prettamente linguistiche saranno affiancate da schede integrative (in lingua) che permettano di imparare una nuova lingua straniera conoscendo anche qualche curiosità culturale dei paesi in cui essa è parlata.

Contributo: € 200,00

Numero minimo e massimo di partecipanti: 6-10

Numero lezioni: 25

Svolgimento del corso: tutti i mercoledì dal 21 ottobre

Orario: 9:15 - 10:30

Sede: Aula presso parrocchia di San Concordio

Conversazione

Il corso è rivolto a coloro che hanno una buona padronanza della lingua. L'obiettivo principale sarà quello di rendere l'espressione orale sempre più fluida e corretta. Verranno proposte letture di vario genere tratte da racconti, romanzi e articoli di giornale per stimolare il dialogo e l'interazione. Saranno inoltre utilizzati brevi video per esercitare la capacità di ascolto e comprensione della lingua.

Contributo: € 200,00

Numero minimo e massimo di partecipanti: 6-10

Numero lezioni: 25

Svolgimento del corso: tutti i lunedì dal 19 ottobre

Orario: 9:45 - 11:00

Sede: ex Caserma Lorenzini - Corso Garibaldi 53

Conversazione avanzata

Contributo: € 200,00

Numero minimo e massimo di partecipanti: 6-10

Numero lezioni: 25

Svolgimento del corso: tutti i mercoledì dal 21 ottobre

Orario: 15:30 - 16:45

Sede: Aula presso parrocchia di San Concordio

Tra pensiero ed immagine

Al cinema con 50&Più

Stiamo programmando, con la consulenza del dott. Nicola Borrelli, presidente di LFF, l'organizzazione di proiezioni cinematografiche rivolte ai soci.

Sede e orari da definire.

Storia dell'arte

Dott. Daniele Micheli

Laurea magistrale in Storia dell'Arte con estensione per l'insegnamento di Italiano e Storia. Curatore per la parte storico-artistica in MT6-Group coordinato dal dott. Enrico Marchi per le visite nell'ex ospedale psichiatrico di Maggiano. Accompagnatore turistico e appassionato di rievocazione e ricostruzione storica.

Dott.ssa Carlotta Lattanzi

Laurea magistrale in Storia dell'Arte. Docente al Liceo Artistico "Passaglia"

L'organizzazione delle attività viene modificata e suddivisa in programmi curriculari tenuti da Carlotta Lattanzi e Seminari monografici tenuti da Daniele Micheli, aventi come tema lo studio delle diverse tecniche artistiche, ad esempio l'arte musiva e l'intarsio lapideo, le tecniche orafe, tessili e grafiche per l'editoria.

Sedi, orari e costi dei seminari da definire

I programmi curriculari sono:

- **L'Ottocento. Dal Neoclassicismo alla ribellione artistica gridata dagli espressionisti**

Il "Secolo lungo" cruciale per la storia e la cultura umana. Alba della contemporaneità e culla di artisti neoclassici, romantici, simbolisti, macchiaioli, impressionisti, divisionisti, primitivisti ed espressionisti.

Contributo: € 180,00

Numero minimo e massimo di partecipanti: 8-18

Numero lezioni: 24

Corso online: tutti i mercoledì dall'11 novembre

Orario: 15:00 – 16:30

Classe A

Svolgimento del corso: tutti i venerdì dal 6 novembre

Orario: 11:00 - 12:30

Sede: ex Caserma Lorenzini - Corso Garibaldi 53

Classe B

Svolgimento del corso: tutti i martedì dal 3 novembre

Orario: 15:30 - 17:00

Sede: Confcommercio Lunata, via della Madonnina 33/B

- **Il Novecento. Dall'espressionismo ad oggi**

Scena e linguaggi artistici del XX secolo, passando dai due conflitti mondiali.

Contributo: € 180,00

Numero minimo e massimo di partecipanti: 8-18

Numero lezioni: 24

Svolgimento del corso: tutti i giovedì dal 5 novembre

Orario: 15:00-16:30 e 17:00-18:30

Sede: ex Caserma Lorenzini - Corso Garibaldi 53

Corso online: tutti i giovedì dal 12 novembre

Orario: 15.00 – 16.30 e 17.00 – 18.30

Storia della Filosofia

Dall'Età antica a quella medioevale e all'epoca moderna

Dott.ssa Ilaria Vietina

Laureata in Filosofia. Docente nella scuola superiore.

Consigliera comunale

Il percorso di quest'anno sarà indirizzato ad analizzare argomentazioni, individuare temi portanti, sviluppare il pensiero critico a partire da brevi testi, mediante l'analisi dei diversi punti di vista e dei contributi di autori centrali nell'evoluzione del pensiero.

Argomento delle lezioni

1. Cos'è la filosofia? Dalla filosofia antica all'epoca del pensiero cristiano
2. Filofofe dall'antichità al Medioevo: Ipazia e le altre
3. Il rapporto tra fede e ragione dalle origini del cristianesimo ad Agostino
4. La filosofia scolastica e il pensiero di Tommaso D'Aquino : teologia, etica e politica
5. Nascita della scienza moderna e il mutare dei paradigmi
6. Galileo Galilei: una vita consacrata alla scienza
7. Francesco Bacone, il profeta della tecnica
8. La ragione e il suo metodo: il pensiero di Cartesio
9. Il problema del senso della vita: Blaise Pascal
10. Spinoza: libertà dell'uomo e la conoscenza di Dio
11. Esperienza e ragione nei pensatori inglesi: Hobbes, Locke e Hume
12. Il pensiero delle donne nell'epoca moderna
13. L'illuminismo e il nuovo sguardo sul mondo
14. Jean-Jacques Rousseau: natura, progresso ed educazione
15. La filosofia di Kant : cosa posso sapere, cosa mi è lecito sperare, cosa devo fare?

Contributo: € 100,00

Numero minimo e massimo di partecipanti: 8-20

Numero lezioni: 15

Svolgimento del corso: tutti i giovedì dal 15 ottobre

Orario: 17:00 - 18:30

Sede: Scuola media di San Concordio - Piazza Aldo Moro

***CONFERENZE, EVENTI,
VISITE GUIDATE***

Inaugurazione delle attività di 50&Più Cultura e Formazione

**Mercoledì 14 ottobre ore 16,00 Auditorium della
Fondazione Cassa di Risparmio - Via San Micheletto 3**

Nel corso dell'incontro sarà presentata l'attività della sezione didattico-culturale di 50&Più Lucca. Sono previsti momenti musicali ed un piccolo rinfresco .



La nostra Provincia possiede un notevole patrimonio artistico, culturale, museale, storico, naturale e delle tradizioni locali. Con questo progetto vorremmo coinvolgere i nostri soci e tutta la cittadinanza nella sua scoperta e valorizzazione .

Attraverso proposte mirate vorremmo stimolare la partecipazione dei nostri soci e dei cittadini, rafforzando il senso di appartenenza alla comunità, avvicinando nuove persone alla nostra realtà associativa e promuovendo così uno stile di vita più attivo, aperto all'ambiente circostante, alle relazioni sociali e allo svago, consapevoli che queste condizioni favoriscono una situazione di benessere generale per la persona.

Saranno pertanto proposte visite guidate, incontri, partecipazione a eventi e spettacoli, visite a mostre.

➤ **All'alba vinceremo**

Progetto espositivo e installativo ideato dall'artista e nostra docente Martina Madrigali, dedicato alla reinterpretazione contemporanea dell'universo lirico di Giacomo Puccini attraverso il linguaggio della Paper Art e del collage. L'iniziativa, alla quale 50&Più ha dato la propria collaborazione, presso Villa Bottini, prevede la realizzazione di una mostra di opere originali di grande formato, in un dialogo interdisciplinare tra arti visive, musica e patrimonio culturale del territorio

Sabato 5 settembre Vernissage su invito dalle 19.00 alle 21.00

Sabato 5 settembre e Domenica 6 settembre dalle 9.30 alle 23.00

➤ **"Voci di Terra"**

Lo spettacolo teatrale, diretto dal regista Francesco Tomei, intreccia memorie orali, leggende, testimonianze e racconti del territorio per costruire un atlante emotivo capace di restituire l'identità più profonda della comunità. Attraverso una drammaturgia originale ispirata al patrimonio immateriale locale, lo spettacolo dà voce ai luoghi, alle persone e alle storie che hanno attraversato il tempo, trasformando la memoria collettiva in esperienza teatrale.

La scena diventa uno spazio in cui realtà e immaginazione si incontrano, facendo emergere un territorio che non è semplice sfondo della narrazione, ma protagonista vivo: un luogo che conserva tracce, custodisce racconti e continua a generare significati attraverso le voci di chi lo ha abitato.

Lo spettacolo è promosso in collaborazione con il Sistema Museale Territoriale della Provincia di Lucca, la Provincia di

Lucca e il Comune di Capannori, ed è realizzato in collaborazione con il Liceo Artistico "A. Passaglia" di Lucca .

Giovedì 24 settembre

Cinema Teatro Artè di Capannori ore 21.00

➤ **Collaborazione alla manifestazione Lucca Film Festival (26 settembre - 4 ottobre)**

In occasione dell'ottavo centenario della scomparsa di San Francesco d'Assisi, Lucca Film Festival presenta, presso il Complesso di San Michele e il Cinema Centrale, un ciclo di proiezioni speciali dedicato alle rappresentazioni cinematografiche del Santo e, più in generale, all'immaginario francescano come patrimonio culturale, spirituale e civile. Tra le proiezioni, anche due dei tre film diretti da Liliana Cavani. La regista e sceneggiatrice riceverà il Premio alla Carriera, che verrà assegnato anche al regista ed artista statunitense Julian Schnabel. Inoltre il 30 settembre, alle ore 17.00 presso il Complesso di San Michele, sarà proiettato il film "Fratello Sole, sorella Luna" di Franco Zeffirelli.

Per tutti i film in programmazione ingresso libero con prenotazione obbligatoria al sito luccafilmfestival.it.

➤ **Visita alla mostra "Turandot: O divina bellezza! O sogno! O meraviglia!"**

L'esposizione celebra il centenario dell'opera di Giacomo Puccini mettendo in mostra costumi originali del 1926 restaurati, bozzetti di Galileo Chini e figurini di Umberto Brunelleschi. Dopo la visita, presso l'atelier Ricci, incontro con Maria Alberti che ci parlerà di "Turandot nel 900: Franco Zeffirelli e altri allestimenti storici".

Venerdì 16 ottobre ore 15.00

Casa Museum Puccini - Corte San Lorenzo

➤ **Marcia podistica non competitiva.**

"Passeggiata d'Autunno"

Partenza e arrivo presso la sede Gruppo Donatori di Sangue Fratres di Lunata, Via della Chiesa (Lunata). Percorsi da 3 - 7 e 13 Km.

Sabato 24 ottobre ore 14.30

➤ **Visita guidata alla Fortezza Medievale e al Borgo di Montecarlo**

Venerdì 6 novembre ore 16.00

➤ **Visita guidata alla Pieve di Santo Stefano e San Giovanni Battista a Camaione, al Museo di Arte Sacra e alla Badia di San Pietro**

La Pieve, che custodisce una fonte battesimale ricavata da un sarcofago romano del II-III secolo d.C., è citata in una pergamena vescovile dell'anno 817 ed è stata la prima chiesa in tutto il camaione. Da essa si è diffuso il Cristianesimo nei territori limitrofi. La Badia di San Pietro, un'abbazia fondata dai benedettini e risalente al VII secolo, era un punto di riferimento sulla Via Francigena.

Sabato 14 novembre ore 15.30

➤ **Visita all'azienda agricola La Badiola a San Pancrazio con degustazione di vino e olio**

Data e orario da definire

➤ **Presentazione del libro "Capannori e la Via Francigena". Monumenti medioevali del territorio di Capannori di Sebastiano Micheli**

Presentazione del prof. Giovanni Macchia, in collaborazione con l'Associazione Culturale Ponte.

Volume ricco di immagini, pensato in particolar modo per le nuove generazioni, perché attraverso la conoscenza possano apprezzare e prendersi cura del patrimonio storico locale.

Polo Culturale Artemisia - Capannori
Venerdì 27 novembre ore 16.00

➤ **Visita guidata alle Sale Monumentali di Palazzo Ducale e alla Prefettura di Lucca**

data da definire

➤ **"Lucca, la città nel Basso Medioevo"**
Gli edifici, le strade, i luoghi del potere e della vita quotidiana

Dott. Francesco Niccoli
Laureato in Archeologia ed esperto in Urbanistica Medievale

Una città non è solo un insieme di edifici, strade e piazze, ma è un intrecciarsi di "luoghi" che simbolicamente e più spesso praticamente venivano vissuti in modo diverso. Palazzi del potere, quartieri artigiani, spazi residenziali e produttivi disegnano un quadro della città che non è solo architettura e urbanistica, ma teatro della vita quotidiana medievale.

Sala Tobino - Palazzo Ducale
Venerdì 22 gennaio ore 16.00

➤ **Visita al Museo e presentazione animata dell'ex-ospedale psichiatrico di Maggiano**

L'Ultima Chiave è un percorso immersivo che si svolge nell'ex ospedale psichiatrico di Maggiano. Non si tratta di una semplice visita guidata, ma di un'esperienza che intreccia storia, teatro, musica e testimonianze per raccontare la vita all'interno del manicomio e l'evoluzione della psichiatria italiana.

Guidati da racconti, letture e performance artistiche, i partecipanti attraversano alcuni dei luoghi più significativi dell'antico complesso, riscoprendo le vicende di pazienti, medici e operatori. L'iniziativa invita a riflettere sulla memoria storica dell'istituzione manicomiale, sul valore della dignità della persona e sul cambiamento introdotto dalla Legge 180, che ha segnato la chiusura dei manicomi e l'avvio di un nuovo approccio alla salute mentale.

"L'Ultima Chiave" trasforma così un luogo un tempo simbolo di esclusione in uno spazio di memoria, cultura e consapevolezza, dove il passato diventa occasione per comprendere meglio il presente e promuovere una riflessione sullo stigma e sull'inclusione sociale.

data da definire

➤ **Visita guidata al Museo del Motore a Scoppio "Barsanti e Matteucci"**

Eugenio Barsanti e Felice Matteucci, entrambi di origine lucchese, furono gli ideatori del primo motore a scoppio della storia. I due scienziati, da metà dell'Ottocento, svilupparono studi, esperimenti e brevetti che anticiparono soluzioni

tecniche decisive per l'evoluzione dei motori a combustione interna. Oggi sono riconosciuti a livello internazionale come protagonisti fondamentali della storia dell'ingegneria e dell'innovazione tecnologica. Dopo l'introduzione della presidente ing. Maria Luisa Beconcini e successiva visita guidata del Museo, incontreremo il fumettista Bigo, che ha realizzato la storia a fumetti dei due inventori.

*Museo del Motore a scoppio
Via S.Andrea 56*

data da definire

➤ **Visita guidata "I segreti della facciata di San Martino"**

Dott. Francesco Niccoli

Laureato in Archeologia ed esperto in Urbanistica Medievale

La facciata romanica colpisce per la sua asimmetria: un'arcata del portico, realizzato nel XII secolo, è più piccola per via del preesistente campanile. Le loggette sovrapposte su colonnine scolpite e istoriate, realizzate a partire dal 1204 da Guidetto da Como, presentano delle tarsie marmoree bicrome. I tre portali sono incorniciati da una ricca decorazione scultorea. Sul pilastro a ridosso del campanile si trova l'affascinante scultura del labirinto, simbolo legato al tema del pellegrinaggio.

Venerdì 26 febbraio ore 15.00

➤ **Presentazione del libro "Le infermiere volontarie di Croce Rossa. Una scelta di vita. Tempi di guerra, tempi di pace"**

Dott.ssa Simonetta Simonetti*Membro Società Italiana delle Storiche. Scrittrice*

Tra le pieghe della guerra emerge il coraggio silenzioso di cinquantasei donne lucchesi. In questo saggio, Simonetta Simonetti ricostruisce con rigore le vite delle Infermiere Volontarie della Croce Rossa. Dalle corsie degli ospedali territoriali fino alle retrovie del fronte, queste "sorelle" hanno sfidato le convenzioni del tempo per offrire conforto e cura. Attraverso documenti inediti e ricerche minuziose, scopriamo non solo una cronaca sanitaria, ma un fondamentale capitolo dell'emancipazione femminile. Un'opera che onora la memoria di una Lucchesia che seppe farsi carico delle ferite di una nazione.

*Venerdì 5 marzo ore 16.00**Palazzo Sani - Via Fillungo 121*

➤ **Presentazione del libro "Insolita Lucca. A zonzo per la storia con Franco Cardini, Dante e Ugucione" di Alessandro Bedini**

presenta Andrea Consorti

Il prof. Franco Cardini fa da guida e conduce i suoi compagni di viaggio alla scoperta della repubblica lucchese, sulle tracce della storia; un itinerario tra volti e luoghi, tra pellegrini, santi e condottieri. Viaggio affascinante e divertente, non certo una semplice guida di Lucca, ma una lettura colta, ironica e accattivante dei tanti volti di questa città.

*Venerdì 12 marzo ore 16.00**Palazzo Sani - Via Fillungo 121*

➤ **Alla scoperta dell' "arborato cerchio".**

Visita guidata alle Mura di Lucca

Le mura rinascimentali di Lucca , costruite tra il XVI e XVII secolo, costituiscono il maggior esempio in Europa di mura costruite secondo i principi della fortificazione alla moderna, che si sia conservato completamente integro in una grande città. La cerchia di Lucca, lunga 4 chilometri e 223 metri, e mai utilizzata a scopo difensivo, si articola su 12 cortine ed 11 baluardi.

Sabato 20 marzo ore 15.30

➤ **Percorso alla scoperta delle meridiane del centro storico**

Dott. Tullio Della Togna

Studioso di meridiane e orologi solari

Visita guidata alle meridiane della chiesa di Santa Maria Forisportam, Palazzo Paresni e al Museo di Storia Naturale del Liceo Classico "N. Machiavelli".

Sabato 24 aprile ore 15.30

➤ **La chiesa di San Niccolò di Palatino: Storia ed archeologia di una canonica dell'XI secolo nella "silva palatina"**

Prof. Gino Fornaciari

Già professore Ordinario di Storia della Medicina, Università di Pisa. Direttore della Divisione di Paleopatologia e del Museo di Anatomia Patologica. Presidente dell'Accademia Maria Luisa di Borbone

Molti torrelaghesei conoscono i ruderi della "Chiesaccia", posta vicino a Torre del Lago nella proprietà dei duchi Salviati, con le relative leggende di processioni notturne dei morti e su un presunto "tesoro" ivi sepolto. Si era persa quasi completamente la memoria e il nome della chiesa di San Niccolò in Palatino, posta cioè nella foresta palatina, di proprietà del "palazzo" reale e gestita dai marchesi di Toscana. Si trattava di un'importante chiesa canonica, fondata da Matilde di Canossa nel 1093 e di cui fu priore addirittura Francesco Petrarca. Gli studi storici ed archeologici hanno permesso di individuare la posizione e la planimetria dell'edificio e hanno fornito informazioni inedite sulla "cultura materiale" (materiali ceramici e metallici) e sullo stile di vita degli antichi abitanti della macchia di Migliarino.

Venerdì 7 maggio ore 16.00
Palazzo Sani - Via Fillungo 121

➤ **Visita all'Orto Botanico e al Pomario del giardino di San Micheletto**

Il giardino più prezioso di Lucca, fondato nel 1820, conserva collezioni viventi di piante in un percorso di colori, suoni e odori che ci conduce in giro per il mondo, fino alla scoperta dei tesori della flora locale e della biodiversità.

Introduzione del prof. Paolo Emilio Tomei e del dott. Claudio Rovai.

Venerdì 14 maggio

➤ **Visita al Museo Etnografico "Don Luigi Pellegrini" di San Pellegrino in Alpe e Castiglione Garfagnana**

Pranzo in locale caratteristico

Il Museo contiene una collezione che testimonia la plurisecolare civiltà rurale della Valle del Serchio e dell'Appennino tosco-emiliano. A partire dagli anni '60 del secolo scorso, il parroco don Luigi Pellegrini cominciò a raccogliere oggetti che rappresentavano la tradizione popolare e contadina. La storia di Castiglione di Garfagnana risale all'epoca dei romani che qui installarono un primitivo Castrum, poi cresciuto in epoca longobarda e franca. Con le conquiste napoleoniche, Castiglione fu assegnata al Principato di Lucca.

Domenica 13 giugno

Ed inoltre.....

➤ Mostra dei lavori dei laboratori di Fotografia, Collage, Disegno e Pittura

Esposizione Fotografia: date da definirsi.

Esposizione Disegno/Pittura e Collage: da mercoledì 11 novembre a domenica 15 novembre. Associazione "Lucchesi nel Mondo" - Castello Porta San Pietro.

➤ Incontri con l'IMT Altì Studi Lucca

Conferenze tenute da docenti del prestigioso Istituto lucchese. Lo spazio che ci ospiterà sarà la Cappella Guinigi presso il Campus San Francesco. La conferenza del 5 novembre sarà tenuta all'Auditorium della Fondazione Banca del Monte . Piazza San Martino.

• **Psicopatologia della violenza contro le donne**

Prof. Pietro Pietrini

Psichiatra e Neuroscienziato. Docente di Biochimica e Biologia Molecolare Clinica. Già Direttore dell'IMT.

Martedì 13 ottobre ore 16.00

• **Minacce e promesse: quando la politica economica è credibile**

Dott. Alessandro Pozzetti

Giovedì 5 novembre ore 16.00

Nota: questa conferenza sarà tenuta all'Auditorium della Fondazione Banca del Monte - Piazza San Martino

- **Restituire le opere d'arte. retorica, resistenze, conflitti e problemi aperti**

Dott. Emanuele Pellegrini

Professore ordinario di Storia dell'Arte

Giovedì 19 novembre ore 16.00

- **L'intelligenza artificiale nella vita di tutti i giorni: capire una tecnologia che ci riguarda da vicino**

Dott. Giacomo Marzi

Professore Associato di Management

Martedì 15 dicembre ore 16.00

- **Cervello, benessere e sport**

Dott. Emiliano Ricciardi

Professore associato in Neuroscienze cognitive

Martedì 12 gennaio ore 16.00

- **Cybersicurezza: oltre le password c'è di più**

Dott. Letterio Galletta

Professore associato di Computer Science

Martedì 16 febbraio ore 16.00

- **La traccia di Lucca. Nuove possibilità per la scultura pubblica in un'azione di Francesco Somaini**

Dott. ssa Sara Catenacci

Ricercatrice in Museologia e Storia dell'Arte

Martedì 23 marzo ore 16.00

- **Intelligenza artificiale: dagli albori fino ai giorni nostri per capire come funziona**

Dott. Fabio Pinelli

Professore associato di Computer Science

Martedì 27 aprile ore 16.00

➤ **Presentazione del libro "La NATO in guerra. Dal patto di difesa alla frenesia bellica"**

Dott. Fabio Mini

Generale di Corpo d'Armata dell'Esercito Italiano e saggista

Nel volume, l'ex comandante della missione internazionale NATO in Kosovo (KFOR) tra il 2002 e il 2003 e Capo di Stato Maggiore del Comando NATO per il Sud Europa analizza come l'Alleanza Atlantica abbia tradito il suo spirito difensivo originario, trasformandosi in uno strumento offensivo.

Venerdì 13 novembre

Palazzo Sani - Via Fillungo 121

➤ **Venezia segreta**

Avv. Andrea Consorti

Storico e scrittore

Un viaggio intrigante attraverso storia e leggende di Venezia e una rassegna in tutti gli aspetti iconografici, monumentali,

artistici meno riconosciuti e al di fuori di quelli che sono i siti usualmente visitati dai turisti.

venerdì 20 novembre ore 16.00

Palazzo Sani - Via Fillungo 121

➤ **Presentazione del libro "La linea Gustav, itinerari di guerra nel Lazio meridionale" di Maria Cristina Pettorini**

Presentazione a cura dell'avv. Andrea Consorti alla presenza dell'autrice.

Il saggio ricostruisce la storia del fronte di guerra nel Lazio meridionale dalla linea Gustav alla terribile vicenda dell'Abbazia di Montecassino. Si narra degli stupri compiuti dai marocchini del Corpo di spedizione francese in Ciociaria, dell'attentato di Via Rasella e dell'eccidio delle Fosse Ardeatine. Tristi pagine che ci parlano di violenza efferata sulla popolazione civile e imperdonabili errori tattici anche da parte dei comandanti alleati americani e britannici, che costarono un alto tributo di sangue innocente, in una babele di lingue, dialetti e religioni.

venerdì 4 dicembre ore 16.00

Palazzo Sani - Via Fillungo 121

➤ **Medioevo inventato**

Avv. Andrea Consorti

Storico e scrittore

Una rassegna delle "fake news" che nei secoli hanno alimentato molti pregiudizi sul Medioevo come il mito della cintura di castità, lo ius primae noctis, la scomunica di

Savonarola, la Papessa Giovanna e moltissime altre.

venerdì 11 dicembre ore 16.00
Palazzo Sani - Via Fillungo 121

➤ **Presentazione del libro "La nave scuola 'Amerigo Vespucci'. Orgoglio italiano"**

Amm. Cristiano Bettini

Dopo una lunga esperienza professionale e di Comando a bordo di navi militari, ha svolto incarichi direttivi nella pianificazione e nella gestione operativa delle Forze Armate, sia presso lo Stato Maggiore della Marina e quello della Difesa

Realizzato alla vigilia della partenza per il giro del mondo cominciato nel 2023, il volume celebra uno dei più prestigiosi simboli delle eccellenze italiane e raccoglie immagini del veliero in navigazione e della vita di bordo. Una visita esclusiva in ogni ambiente della "nave più bella del mondo" attraverso un virtual tour.

Venerdì 15 gennaio ore 16.00
Sala Tobino - Provincia di Lucca

➤ **Presentazione del libro "Le radici del vuoto" di Cristina Casati**

Il racconto, intenso ed appassionato, attraversa il Novecento fino ai giorni nostri: la storia si fonde con la dimensione intima, la trama unisce destino e memoria collettiva con una voce limpida e capace di toccare le corde emotive universali. Parole in bilico tra radici e futuro, tra nostalgia e speranza, tra fughe e ritorni, tra addii e nuovi inizi.

Introduce la prof.ssa Lisa Del Carlo.

Venerdì 5 febbraio
Palazzo Sani - Via Fillungo 121

➤ **Presentazione del libro "Quel mese di ottobre"**
di Luca Zermani Anguissola

Presentazione del gen. C.A. Emilio Borghini.

Un romanzo storico vive tra realtà e immaginazione: un equilibrio fragile che l'autore mantiene con maestria unendo verità e sentimento. L'alpino diventa simbolo di coraggio e sacrificio: combatte non per la patria, ma per salvare il compagno accanto a sé, affinché almeno uno potesse tornare a casa e raccontare ciò che aveva vissuto. Gli alpini della Grande Guerra ci insegnano che non possiamo scegliere la morte, ma possiamo decidere come vivere, giorno dopo giorno, fino all'ultimo respiro.

Venerdì 2 aprile
ore 16.00 Palazzo Sani - Via Fillungo 121

➤ **La filosofia della pace**

Dott.ssa Ilaria Vietina

Laureata in Filosofia. Docente nella scuola superiore.
Consigliera comunale

L'incontro intende offrire un percorso che attraversi la storia della filosofia individuando le tracce di un pensiero capace di preparare la pace. La ricerca di uomini e donne, pensatori e pensatrici, si rivela molto ricca di argomentazioni, suggestioni e sollecitazioni capaci di alimentare la nostra riflessione e di privilegiare la dimensione costruttiva e propositiva. Analizzare i conflitti, riconoscere le discordanze, accettare le reciproche esigenze consente di elaborare situazioni problematiche per realizzare dinamiche di reciproco rispetto e collaborazione.

Dal pensiero di filosofe e filosofi in vari contesti storici e culturali possiamo cogliere il sostegno alla meditazione personale e alla formulazione di percorsi comunitari di crescita nell'orizzonte della pace.

Venerdì 9 aprile

Palazzo Sani - Via Fillungo 121

➤ **Incontro con il Prefetto**

data da definire

➤ **Rappresentazioni dei Laboratori Teatrali di Francesco Tomei, Lorenzo Buonaccorsi e della "Gioiosa Compagnia" di Massimo Dal Poggetto**

➤ **Esibizioni del coro, diretto dal maestro Silvano Pieruccini**

➤ **Incontri conviviali socializzanti**

➤ **Tornei di Burraco mensili presso Salone Parrocchiale di Capannori**

➤ **Visite guidate a mostre ed eventi**

Nota: Date e sedi di conferenze, eventi e visite guidate saranno comunicate agli iscritti via email, Whatsapp o sms. Le date indicate potrebbero subire modifiche. La partecipazione a queste attività è libera e gratuita a tutti i nostri soci, salvo il costo del biglietto d'ingresso a musei e chiese.

CONVENZIONI

➤ **Associazione "Amici del Cuore" di Lucca e Fondazione di Sanità Solidale**

Assicura agli associati 50&Più uno sconto del 10% su tutte le attività di prevenzione, diagnosi, cura e riabilitazione. Nel Centro è possibile usufruire di prestazioni in tutti i settori specialistici.

È inoltre possibile, versando una quota annuale di euro 40,00, iscriversi all'Associazione "Amici del Cuore" di Lucca.

L'iscrizione, valida dall'1 gennaio al 31 dicembre, garantisce lo sconto del 15% per visite ed esami strumentali, il 10% su ciò che è ciclico (fisioterapia, psicoterapia, agopuntura). Durante tutto l'anno gli iscritti al Centro possono usufruire gratuitamente, dietro appuntamento, di: ecg basale refertato dal Cardiologo, misurazione della pressione arteriosa, della frequenza cardiaca e della saturazione dell'ossigeno.

Contatti:

0583-327790

fondazione-sanita-solidale@gmail.com

Whatsapp: 3801433956 (dal lunedì al venerdì 9-13/ 15-19 e il sabato 9-13)

www.amicidelcuoredilucca.it

➤ **Teatro del Giglio Giacomo Puccini**

Assicura agli associati 50&Più lo sconto CRAL per tutti gli spettacoli e gli abbonamenti della stagione 2026-27. Per ottenere lo sconto, se non già inseriti nella lista presentata nel mese di luglio, basterà presentare la tessera 50&Più o dichiarazione sostitutiva da richiedere in segreteria - Via Fillungo 121.

➤ ***Bagno de Pinedo***

Gli associati in regola con l'iscrizione (presentando la tessera) potranno accedere nei mesi estivi ai servizi di spiaggia e ristorazione del Bagno "De Pinedo" in Darsena a Viareggio ed usufruire di notevoli agevolazioni/sconti sui prezzi.

➤ ***Festival Pucciniano di Torre del Lago***

La Fondazione Festival Pucciniano offre sconti agli associati di 50&Più Associazione Lucca, dietro la presentazione della tessera associativa. L'acquisto potrà avvenire presso la biglietteria del Teatro, telefonicamente al numero 0584 359322 o via e-mail scrivendo a ticketoffice@puccinifestival.it con ritiro in loco. Lo sconto non è applicabile agli acquisti online né cumulabile con altre promozioni.

[illegible]

Note:

[illegible]

[illegible]