

PARROCCHIA DI SANTA MARIA LIBERATRICE A TESTACCIO

Sala Parrocchiale – Ingresso Via Ghiberti, 2

ATTIVITÀ CULTURALI E DI SOCIALIZZAZIONE PER ADULTI DI TUTTE LE ETÀ

DISEGNO E PITTURA

Si partirà dallo studio a matita di modelli dal vero dando particolare importanza alla osservazione delle luci, delle ombre, e alla prospettiva. Si passerà poi ai carboncini, alle chine, ai pastelli, per arrivare gradualmente ad introdurre il colore e dunque gli acquarelli, le tempere, gli acrilici. E contemporaneamente si affronterà lo studio del paesaggio, della figura animale e della figura umana.

MELE MARIA ORSOLINA - Ha svolto gli studi presso l'Università "La Sapienza" di Roma. Ha frequentato lo studio romano del maestro Diotallevi. A partire dal 1982 si è dedicata alla scultura in ceramica lavorando presso lo studio siciliano del maestro Luigi Gismondo. Dal 1984 al 2007 ha tenuto corsi di ceramica e modellazione presso Università della Terza Età. Negli anni più recenti si è dedicata anche all'insegnamento del disegno e della pittura rivolti ad adulti e ragazzi. Ha realizzato opere scultoree per la Chiesa Parrocchiale di S. Fulgenzio in Roma, tra cui la decorazione del fonte battesimale, il tabernacolo ed un Presepe.

Al Martedì dalle 09.00 alle 10.30

TAI CHI CHUAN E QI GONG

Il Tai Chi e il Qi Gong sono sistemi di tecniche nate dall'incontro tra le arti marziali la meditazione e la medicina tradizionale cinese. Possono essere praticate a tutte le età e per tutta la vita. Attraverso la pratica di queste discipline si raggiunge il rilassamento mentale e si favorisce la concentrazione. Altri benefici consistono nell'eliminazione dello stress, miglioramento della mobilità articolare (i tendini si allungano e si distendono), aumento della profondità di respirazione con una conseguente ossigenazione del corpo. Migliora il funzionamento degli organi interni, del sistema vascolare, del sistema metabolico, del sistema articolare.

MARINELLI PATRIZIA - Laureata in Lettere, si è inseguito dedicata oltre che all'insegnamento delle materie letterarie nelle scuole superiori, alla

conoscenza e studio delle discipline orientale conseguendo attestati, frequentando seminari formativi di Tai Chi, Qi Gong. Ha frequentato corsi di lingua e cultura cinesi. È promotore sportivo e tecnico di 2° livello di Tai Chi Chuan; insegnante di 1° e 2° livello Qi Gong.

Al Martedì dalle 10.30 alle 12.00

CORSO BASE DI PIANOFORTE

Il pianoforte. Il tempo migliore di noi è quello in cui riusciamo a comunicare: emozioni silenzi e sensazioni che sulla tastiera ci vedono protagonisti e interpreti. Spinti da passione e volontà. Per abbattere le barriere della Terza età, scegliamo la musica che ci restituisce, gioventù e desideri a volte chiusi in un cassetto. Basta comunicare o ... ricominciare. Il programma è basato sulla lettura e sulla ritmica musicale. Ecco *i principali contenuti*: concetti fondamentali sulla musica; lettura, intonazione e metrica; esercitazioni ritmiche su tastiera fino al raggiungimento dell'esecuzione di facili partiture di melodie e canzoni.

Sono previsti inoltre, incontri a cadenza mensile con l'insegnante che intratterrà i presenti declamando poesie e suonando brani di musica classica e leggera.

CIMPANELLI NICOLETTA - Diplomata in pianoforte al Conservatorio Santa Cecilia di Roma. Vincitrice di concorso per la cattedra di musica, si è distinta in numerosi corsi di perfezionamento frequentando anche lo studio del clavicembalo al Conservatorio di Roma. Alla musica, alterna la poesia, di cui è raffinata interprete.

Al Mercoledì dalle 10.30 alle 12.00

**Martedì 18 e Mercoledì 19 ottobre
LEZIONE DI PROVA GRATUITA**

Per info: 3472261367