



# CENTRO AMICIZIA LA PALMA

## ➤ **INFORMATICA** per tutti i livelli per utilizzare **PC, TABLET, Ipad, Smartphone:**

- Corsi **base** per neofiti e **avanzati**, anche individuali, (sia per sistemi **Windows** che per **MAC**) di WORD, EXCEL ...
- Alla scoperta di **INTERNET, SKYPE** e dei **SOCIAL NETWORK**.
- Correzione fotografica e grafica con **PHOTOSHOP** (base e avanzato).
- Preparazione di **foto album digitali** (per foto e filmini) con effetti di movimento, animazioni e musiche (CON **ProShow**).
- Progettazione **siti web e BLOG** con **Word Press**.

## ➤ **LINGUE** (Inglese, Francese) base e conversazione (con differenti livelli), **Cineforum**.

## ➤ **FOTOGRAFIA** e club fotografico

## ➤ Conosciamo **MILANO** e altre città: con visite guidate

## ➤ **Metodo FELDENKRAIS** ("l'antiginastica" per migliorare la posizione e conoscere meglio il proprio corpo)

## ➤ **DECOUPAGE – CARTONAGGIO – MAGLIA e CUCITO**

## ➤ **DISEGNO e PITTURA**

## ➤ Giochi di **CARTE** (BRIDGE, **BURRACO** ....)

- ## ➤ **CULTURA:**
- **Naturopatia**
  - Invito alla **MUSICA classica**

La Segreteria del "Centro Amicizia La Palma" - Parrocchia di San Vito (Via Vignoli 35 palazzina a destra) ha orario **dalle 15 alle 17**

mail: [centroamiciziapalma@libero.it](mailto:centroamiciziapalma@libero.it) cellulare: Donatella 3332062579

Sito: <http://www.centrolapalma.altervista.org>