



CHL

Centre for Healthy Longevity
UNIVERSITÀ DEGLI STUDI
DI BERGAMO

Progetto **RE
INT**
2565
#UniBg

Programma promosso
e finanziato da
Regione Lombardia



ATELIER DEI SAPERI 2026

Nuova edizione laboratori UniBg

UNCINETTO 2.0: LA RIVOLUZIONE DEGLI AMIGURUMI

DALLA TRADIZIONE AL DESIGN GIAPPONESE: INTRECCI CREATIVI TRA GENERAZIONI

Dimentica i vecchi centrini! L'uncinetto si rinnova e diventa tridimensionale con l'arte giapponese degli Amigurumi.

Un laboratorio pratico dove la sapienza manuale incontra la cultura pop: partiremo dalle basi (o le risolveremo insieme) per dare vita a piccoli personaggi, animali e oggetti colorati. Un'occasione perfetta per chi vuole imparare una nuova abilità e per chi vuole aggiornare la propria tecnica in compagnia.

→ **GLI APPUNTAMENTI:** 26 febbraio 2026 | ore 16.00 | Aula 5, Bernareggi
12 marzo 2026 | ore 16.00 | Aula 5, Bernareggi
26 marzo 2026 | ore 16.00 | Aula 5, Bernareggi

23 aprile 2026 | ore 16.00 | Aula 2, Bernareggi
7 maggio 2026 | ore 16.00 | Aula 2 Bernareggi

INTELLIGENZA SENSORIMOTORIA: SCIENZA, PERCEZIONE E MOVIMENTO

SMART SENSORIMOTOR THERAPY: ALLENARE IL CERVELLO ATTRAVERSO IL CORPO PER UN BENESSERE INTEGRATO

Un atelier per esplorare una pratica che unisce i principi della neurofisiologia del movimento agli studi contemporanei sul corpo ed emozioni. Attraverso la stimolazione delle vie sensoriali, quali: esterocezione, propriocezione e interocezione, impareremo a rendere il movimento più efficiente e armonioso, attivando i processi di neuroplasticità che permettono al cervello di rimodellare i propri schemi.

→ **L'APPUNTAMENTO:** 31 marzo 2026* (aula e orario da definire)

(*): data da confermare

GENERAZIONI IN GIOCO: DIALOGHI A CARTE SCOPERTE

INCONTRI INTERATTIVI IN UNIBG PER ROMPERE IL GHIACCIO E LE BARRIERE DELL'ETÀ

Dimentica la classica conferenza universitaria. In questi incontri, l'unico requisito è la voglia di partecipare. Attraverso giochi, carte stimolo e domande "pescate nel mucchio", creeremo uno spazio dove studenti e cittadini di ogni età si sfidano... a colpi di idee.

Vieni a scoprire quanto hai in comune con chi ha il doppio (o la metà) dei tuoi anni.

→ **GLI APPUNTAMENTI:** 24 febbraio 2026 | ore 16.00 | Aula Fornasa, Sant'Agostino
17 marzo 2026 | ore 16.00 | Aula Fornasa, Sant'Agostino

14 aprile 2026 | ore 16.00 | Aula Fornasa, Sant'Agostino
12 maggio 2026 | ore 16.00 | Aula Fornasa, Sant'Agostino

VOCI CONNESSE: DIVENTARE NARRATORI DIGITALI

GIOVANI E SENIOR INSIEME: UN PERCORSO PRATICO TRA SOCIAL, SICUREZZA E CREATIVITÀ

Un'esperienza di apprendimento unica dove le generazioni si incontrano. In "Voci Connesse", studenti e over 60 collaborano per svelare i segreti del digitale: dall'uso quotidiano di WhatsApp alla creazione di un profilo Facebook, fino alla difesa dalle truffe online.

Non è una lezione teorica, ma uno scambio vivo: tu porti la tua esperienza di vita, noi ti diamo gli strumenti digitali per raccontarla e proteggerla nel mondo di oggi.

→ **L'APPUNTAMENTO:** 3 marzo 2026 | ore 16.00 | Aula Fornasa, Sant'Agostino

**NUOVI LABORATORI
IN ARRIVO:**

LABORATORIO PRATICO DI CUCINA E GESTIONE DOMESTICA

LABORATORIO IN COLLABORAZIONE ESCLUSIVA CON L'ACADEMICA CARRARA



Si informa che eventuali variazioni e aggiornamenti al programma "Atelier dei saperi 2026", saranno comunicati attraverso l'e-mail ufficiale del Progetto Reint2565: reint2565@unibg.it o sulla pagina dedicata al Progetto Reint2565: <https://chl.unibg.it/it/terza-missione/reint2565>

Inquadra il QR code per partecipare o [Clicca qui!](#)