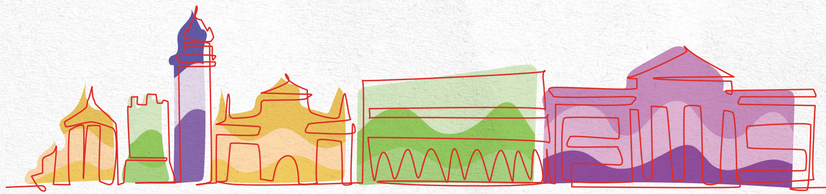
Vibrazioni Positive

Diversi fili creativi, espressivi, culturali intrecciano il progetto e la città, frutto della collaborazione ormai consolidata tra Anteas Bergamo e i CTE della città.

Una proposta variegata, con l'idea di offrire occasioni di incontro segnate da stimoli culturali che promuovano approcci preventivi, messa in gioco di sé creativa e capacità di **leggere i grandi cambiamenti che viviamo nei mondi digitali**.
Per continuare ad essere cittadini che vivono con benessere e consapevolezza la propria città e le prospettive di futuro.

Le attività, che coinvolgeranno diversi CTE sul territorio cittadino, saranno a carattere laboratoriale, centrati sulla partecipazione attiva e sull'**interazione tra i partecipanti di tutte le età adulte**.



in collaborazione con

CSV BERGAMO ETS centro di servizio per il volontariato

CONSORZIO SOCIALE

CONSORZIO SOLCO CITTÀ APERTA

Informazioni e **iscrizioni entro il 10 ottobre 2025** presso:
ANTEAS Bergamo, via Carnovali 88/a
Tel. **035 318153**
bergamo@anteaslombardia.org

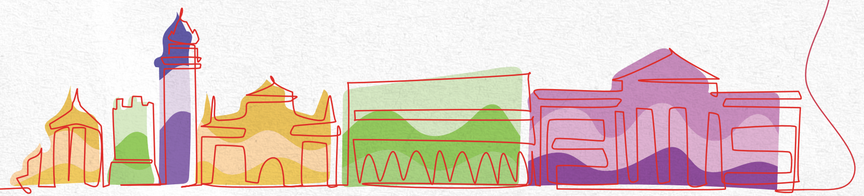
Oppure presso i CTE del Comune di Bergamo coinvolti:
CTE Carnovali, via dei Carpinoni 18
CTE San Tomaso de' Calvi, via Caprera 17
CTE Villaggio degli Sposi, via Cesare Cantù 2
CTE Redona, via Papa Leone XIII 27
CTE Celadina, via Pizzo dei tre signori 4
CTE Loreto, via Pasteur 1/A
CTE Colognola, Via dei Caravana 7



dingoconcept

VIBRAZIONI POSITIVE

Percorsi sperimentali su Musica, Intelligenza Artificiale e ginnastica mentale



PERCORSO 1

La musica è il mondo... il ritmo è vita

L'incontro, che sarà replicato nei tre CTE coinvolti, offre l'opportunità di esplorare insieme come la musica rappresenti un linguaggio universale che unisce culture e popoli, e di come il ritmo scandisca la nostra esistenza, dal battito del cuore ai cicli naturali.

A cura di **Maria Zilocchi** *musicista, soprano e musicoterapeuta e* **Pier Paolo Catini** *musicista, insegnante di batteria, drum circles facilitator*

Numero partecipanti: **max 20**

Target: **tutte le età adulte**



Tre incontri

CTE S. Tomaso, Via Caprera 17, Bergamo
mercoledì 22 ottobre 2025 dalle ore **15** alle **17**

CTE Loreto, via Pasteur 1/A, Bergamo
mercoledì 29 ottobre 2025 dalle ore **15** alle **17**

CTE Villaggio degli Sposi, via Cesare Cantù 2, Bergamo
giovedì 06 novembre 2025 dalle ore **15** alle **17**

L'obiettivo sarà quello di far vivere ai partecipanti un'esperienza dove suono, movimento e ascolto diventano strumenti di connessione con se stessi e gli altri.



PERCORSO 2

Muoviamo la mente!

Percorso di ginnastica mentale

Ci alleneremo divertendoci! Gli incontri proporranno esercizi in prevalenza "carta e penna", "giochi didattici" per il mantenimento/potenziamento delle capacità cognitive (es. memoria, attenzione, visuo-spaziali, linguaggio, etc...). Verrà consegnata una sintetica dispensa sulle principali funzioni cognitive. Per gli over 60 la finalità è esclusivamente preventiva.

A cura di **Cristina Pellegrini** *psicologa e psicoterapeuta*

Numero partecipanti: **max 25**

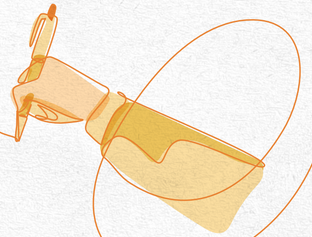
Target: **tutte le età adulte**

Luogo: **CTE Colognola**, Via dei Caravana 7, Bergamo



Quattro incontri

martedì 21 ottobre 2025 dalle ore **15** alle **17**
martedì 28 ottobre 2025 dalle ore**15** alle **17**
martedì 4 novembre 2025 dalle ore**15** alle **17**
martedì 11 novembre 2025 dalle ore**15** alle **17**



PERCORSO 3

Intelligenza Artificiale: rappresentazioni, impatti e utilità

Un'esperienza laboratoriale

L'incontro, che sarà replicato nei tre cte coinvolti, offrirà un'esplorazione riflessiva e guidata delle capacità generative e dei limiti dei grandi modelli linguistico-multimodali (es. ChatGpt) contemporanei. Con modalità interattive si condivideranno percezioni, timori e rappresentazioni sugli impatti della IA sulla collettività. Si sperimenteranno alcuni possibili utilizzi della IA (es. traduzioni e redazione di testi, creazione di contenuti multimodali di testo + immagine, ecc.).

A cura di **Prof.ssa Maria Francesca Murru** *e* **Prof. Stefano Coniglio** *dell'Università degli Studi di Bergamo*

Numero partecipanti: **max 30**

Target: **tutte le età adulte**

Tre incontri

CTE Redona, Via Papa Leone XIII 27, Bergamo
mercoledì 5 novembre 2025 dalle ore **15** alle **17**

CTE Celadina, Via Pizzo dei tre signori 4, Bergamo
mercoledì 12 novembre 2025 dalle ore **15** alle **17**

CTE Carnovali, Via dei Carpinoni 18, Bergamo
mercoledì 19 novembre 2025 dalle ore **15** alle **17**

