



Ottobre

Un autunno plus colorato!

Programmazione Ottobre 2025

MER 01/15/22/29 e LUN 13/20/27 OTT_H.14:30 - 18:30
SPAZIO GIOVANI

SPAZIO GIOVANI

Un luogo dove chiacchierare, giocare e stare con amic*. Vieni a condividere Spazio giovani con chi vuoi!

MER 01/08 OTT_H.15:00 - 16:30 **CRAL COGNE**
MER 15/22/29 OTT_H.15:00 - 16:30 **EXPO**

ON THE RING - Avvicinamento alla boxe

Un percorso pensato per far conoscere la boxe in modo accessibile, dinamico e divertente. Attraverso esercizi a corpo libero, giochi di coordinazione e tecniche base, i le ragazz* inizieranno a sviluppare autocontrollo, concentrazione e consapevolezza del proprio corpo.

DA MER 01 A DOM 12 OTT
PLUS

T*DANSE - DANSE ET TECHNOLOGIE

Festival multidisciplinare di danza, performance, musica e circo contemporaneo, organizzato da TIDA-Teatro Instabile di Aosta. (Programmazione completa su tdanse.net.)

GIO 02/09/16/23/30 OTT_H.17:00 - 18:00
MAR 07/14/21/28 OTT_H.16:30 - 18:00

SALA PROVE

ECOLE DU ROCK

Se la musica rock è il tuo sogno, se sai suonare o vuoi imparare, vieni a Plus per i pomeriggi di musica insieme. Il martedì per ragazz* fino ai 12 anni, il giovedì per giovani 14-18 anni.

GIO 02 OTT_H.18:00 - 20:00
EXPO

LABORATORIO MUSICA EMOZIONI

Ultimo appuntamento con il musicista e compositore Fosco Zambon, per riflettere sul legame tra musica ed emozioni, con un focus sulle colonne sonore; in previsione di un concerto al Salone Ducale del Comune di Aosta con la partecipazione del pluripremiato pianista Andrea Manzoni gruppo che ha seguito il percorso.

SAB 04 OTT_H.17:00 - 19:30

PLUS CAFÉ

RIGENERIAMOCI - Baratto di skills

In occasione del Dono Day, un pomeriggio per condividere e barattare le proprie passioni e talenti con gli le altr*, imparandone di nuovi. Un progetto di Plus promosso dalla cooperativa L'Esprit à l'Envers all'interno del progetto Erasmus+ KA2 Regenerative Communities.

SAB 04 OTT_H.18:30 - 20:30

SALONE DUCALE MUNICIPIO

CONCERTO DI MUSICA EMOZIONI

Ospite della serata il pluripremiato pianista Andrea Manzoni, esperto in improvvisazione, preceduto dall'esibizione di Fosco Zambon e ensemble e dalla restituzione del laboratorio Musica Emozioni.

LUN 06/13/20/27 OTT_H.16:30 - 18:30

SALA PROVE

LABORATORIO RAP

Laboratorio Rap a cura di Sago. Vuoi raccontare storie attraverso la musica? Il freestyle fa per te. Tutti i lunedì ti aspettiamo per un workshop sui testi, sulle note e sulla voce!

MAR 07/14/21/28 OTT_H.18:00 - 19:00

MEETING

CORSO DI HATHA YOGA

Il corso di Hatha Yoga è un invito a rallentare, ad abbandonare l'idea di "dover essere all'altezza" e a riscoprire il valore dell'ascolto profondo.

MER 08/15/22/29 OTT_H.14:00 - 18:00

PLUS

VIA-VAI INFOPOINT

Sportello di orientamento sulle opportunità di volontariato locale, nazionale e internazionale.

GIO 09 OTT_H.18:00

COWORKING

DISEGNINI CARINI O BRUTTINI

Torna a gran richiesta! Sessione di disegno collettivo guidata dall'illustratore Eleusi. Tema dell'appuntamento: i lavori. Esperienza aperta a tutti i livelli di capacità.

SAB 11 OTT_H.16:00 - 23:00

BOCCIOFILA QUARTIERE COGNE

RIGENERERIAMOCI:

Technopétanque intergenerazionale

I ragazz* di VolonTiamo sono gli special guest al torneo intergenerazionale organizzato da Anziani Attivi. Un mix tra tradizione della pétanque e l'energia della musica techno: un pomeriggio di gioco e un incontro tra generazioni.

MAR 14 OTT_H.09:00 - 13:00

TEATRO

SECONDO ATTO

Spettacolo teatrale contro la vittimizzazione secondaria
Nato da un'idea di Giulia Morello, a cura di M.A.S.C., progetto realizzato nell'ambito di Never Again, in collaborazione con la rete D.I.Re. A cura del Centro Donne contro la Violenza.

DA MAR 14 A GIO 16 OTT_H.14:30 - 20:00

PLUS

FESTIVAL DEI GIOVANI

Workshop di social media management, mixing musicale, teatro, poesia e fotografia. Conclusione e presentazione dei lavori gio in Teatro alle 21.00. A cura di Exus.

MER 15 OTT_H.18:30 - 20:00

TEATRO

UNO SGUARDO AL DI LA' DEL MURO:

il conflitto israelo-palestinese

Strumenti per capire: una finestra sul contesto storico. Inizia un percorso in tre tappe con appuntamento mensile per districarsi meglio e comprendere il conflitto. Il percorso nasce da un'idea di alcuni giovani universitari.

SAB 18 OTT_H.17:00 - 19:30

PLUS CAFÉ

RIGENERIAMOCI: RE-START

Con il gruppo VolonTiamo e il proegtto Rigenieriamoci si riparte con la progettazione !

Un appuntamento per riprendere le idee già avviate, rimetterle in gioco e dare spazio a nuove proposte dei giovani.

Rigenieriamoci – un progetto di Plus promosso dalla cooperativa Esprit all'interno del progetto Erasmus+ KA2 Regenerative Communities".

SAB 18/25 OTT_H.10:30 - 20:00

DANCE

TIME FOR MUSICAL

Plus ospita e accompagna le prove dei progetti di due gruppi di giovani valdostan*.

SAB 18 OTT_H.21:00

TEATRO

STAND UP COMEDY - C'È FIGA

Sul palco del Teatro Plus andrà in scena lo spettacolo di stand-up comedy C'è figa, il format di stand-up al femminile ideato e diretto da Alessandra Fiamini. Si alterneranno, oltre a Fiamini, Frad e Valentina Medda, per una serata di comicità irriverente che spazia dal sociale alla politica, dalla vita quotidiana ai temi della parità di genere, delle pari opportunità e della body positivity. A cura di Queer VdA.

MAR 21 OTT_H.10:00 - 13:00

TEATRO

TERRITORI E SCUOLE A TEATRO

La rassegna, rivolta alle scuole secondarie di secondo grado, presenta lo spettacolo Mucche Ballerine di Alessandra Celesia, centrato sui temi della Resistenza e della Liberazione. A cura di Altitudini.

GIO 23 OTT_H.18:00

TEATRO

FONDAMENTALMENTE, SIAMO TUTTI SCRITTORI

Condivisione di pratiche artistiche con l'autrice e attrice Florence Bovet all'interno del percorso NOT SO YOUNG ideato da Altitudini e sostenuto dal Bando Cultura della Regione Autonoma Valle d'Aosta.

VEN 24 OTT_H.18:00 - 20:00

EXPO

QUALE SPORT PER TU* FIGLI*?

Non solo gioco ma crescita

Con Maurizio Cremonini, formatore tecnico sportivo, si parla dell'importanza dell'istruttore* e del contesto educativo nello sport. Organizzato dal Centro per le Famiglie in collaborazione con Plus.

VEN 24 OTT_H.21:00

TEATRO

WELCOME TO LAS VEGAS

Spettacolo di e con Florence Bovet, musiche composte ed eseguite dal vivo da Luca Moccia. La storia di Valérien « Val » Roulet: il lavoro ripercorre la vita di un emigrato valdostano che negli anni '30 si imbarca verso l'America.

SAB 25 OTT_H.14:30 - 19:30

EXPO E SPAZIO GIOVANI

TORNEO PING PONG PLUS

Prima tappa del torneo di ping pong! Partecipa soprattutto per divertirti, anche se è la prima volta che prendi la racchetta in mano. E se vuoi far vedere quanto sei bravo, ti aspettano i nostri premi. Non puoi venire questo sabato? L'appuntamento sarà mensile.

SAB 25 OTT_H.16:00

TEATRO

... CHE DIRE?

Come si raccontano le news sui social media? Come raccontare in modo avvincente e approfondito i fatti e le storie? Ne parliamo con esperti e professionisti del settore. Stay tuned!

SAB 25 OTT_H.17:00 - 19:30

MEETING

CORSO DI SCRITTURA CREATIVA

Laboratorio di scrittura creativa organizzato dal Centre d'études francoprovençales in collaborazione con Plus. Rivolto alle donne e alle giovani che hanno voglia di creare e divertirsi con le parole.

MER 29 OTT_H.15:00

TEATRO

IL CORPO REALE PER LA DANZA VIRTUALE

Presentazione del lavoro sulla sfida tecnologica fatto con le scuole secondarie di secondo grado di Aosta, nel contesto della rassegna CHALLENGE - IL LINGUAGGIO E IL SUO DOPPIO. A cura di TiDA – Teatro Instabile di Aosta e sostenuta dal Bando Cultura della Regione Autonoma Valle d'Aosta.

GIO 30 OTT_H.14:30 - 17:00

ROOM A

YOUTH BANK

La Youth Bank prosegue il percorso con la formazione del comitato di gestione. Un'occasione di attivismo, inclusione e lavoro di squadra.

GIO 30 OTT_H.17:30 - 19:30

TEATRO

NON FACCIAMO DEL BENE

presentazione del libro di Andrea Morniroli e Gea Scancarello

Trecento lavoratrici e lavoratori delle cooperative sociali vengono licenziati dall'Azienda sanitaria di Napoli dopo trent'anni di servizi essenziali nel campo delle tossicodipendenze, della cura degli anziani e delle malattie croniche, in quella che è stata a lungo una virtuosa integrazione tra pubblico e privato sociale. Presentazione del libro e confronto. A cura della cooperativa L'Esprit à l'Envers.

GIO 30 OTT_H.18:00

PLUS CAFÉ

QUIZZONE CACIARONE

In attesa di Halloween, ci prepariamo alla festa con un quizzone a tema cinema e cultura horror in collaborazione con AIACE VDA. Travestimenti e cosplay benvenuti!

VEN 31 OTT dalle 14:30

PLUS

RIGENERIAMOCI:

VOLONTIAMO AD HALLOWEEN

In occasione della festa di Halloween, il gruppo VolonTiamo sarà coinvolto nello svolgimento del pomeriggio attraverso attività di gioco, truccabimbi e sarà parte della giuria popolare del contest per il miglior costume!

VEN 31 OTT_H.15:00 - 19:30

PLUS E CITTA'

AIACE da Brividi

Caccia al tesoro per le strade del centro storico con partenza in Plus e a seguire, contest per il miglior costume in attesa dell'inizio del Caos Festival. A cura di AIACE VDA.

VEN 31 OTT_H.20:00

PLUS CAFÉ

C.AO.S FEST

Continuano i festeggiamenti di Halloween. Una serata di musica e divertimento, di chiacchiere e rock con gruppi navigati e altri improvvisati! Ti aspettiamo per dolcetti e scherzetti musicali! Da un'idea di Lollo Domaine .

SAB 01 NOV

TEATRO

AIACE da Brividi

Mini maratona horror adatta a piccini (all'inizio almeno) e ai più forti di stomaco. A cura di AIACE VDA.

HALLOWEEN

Spazio Giovani

LUN – MER
14:30 – 18:30

Plus Café

LUN – GIO VEN
12:30 – 21:00 12:30 – 24:00
SAB
11:00 – 24:00

Aule studio

LUN – VEN
13:30 – 20:00
SAB
11:00 – 17:00

Parco Puchoz

TUTTI I GIORNI
12:00 – 19:30



Scopri
il programma
completo



info@plusaosta.com



+39 380 470 4907



www.plusaosta.com



@Plus.aosta

@pluscafe.ao