# Cascina Cotica - Programma eventi Ottobre 2019

Fondazione Cotica

DELTAECOPOLIS

**Lun. 30 Sett**
**Merc. 2 Ottobre**
**Giov. 3 Ottobre**
**ore 21:00**

***Milano Pet Week- 3 incontri per scoprire le opportunità che ci offre la relazione con il cane.***

*30 Settembre: Vivere con il cane in città*
*02 Ottobre: Il cane come possibilità di crescita personale e professionale*
*03 Ottobre: Cani e bambini*

**Giov. 10 Ottobre**
**ore 10:00 - 13:00**

***Open day dei servizi per la Salute mentale e delle dipendenze***

*Il benessere psichico: la presa in carico gobale. Sinergie tra psichiatria e medicina delle dipendenze.*

Sistema Socio Sanitario
Regione Lombardia
ASST Fatebenefratelli Sacco

**Sab. 19 Ottobre**
**ore 16:30 -17:30**

***Presentazione corso di fumetto***

*Vuoi far vedere ai tuoi compagni che sei capace di disegnare i personaggi Disney, i supereroi e Harry Potter? Ti aspettiamo con il fumettista Luca Galimberti. Per bambini da 8 a 13 anni.*

Rete al femminile milano

**Mar. 1 Ottobre**
**ore 21:00**

***Il decluttering***

*cosa è come si può applicare alle diverse aree della nostra vita, agli oggetti e anche alle relazioni in modo da fare spazio a nuove possibilità e avventure.*
*In collaborazione con Rete al Femminile*

**Giov. 10 Ottobre**
**ore 18:00**

***Stili di vita e alimentazione***

*Insieme salute in collaborazione con Coop Lombardia presenta un incontro sui comportamenti alimentarie sugli stili di vita che possono ridurre il rischio di ammalarsi*

MUTUA SANITARIA INTEGRATIVA INSIEME SALUTE

Rete al femminile milano

**Mar. 22 Ottobre**
**ore 21:00**

***Conosci il cyber-mondo dei tuoi figli?***

*Guida al mondo digital per i genitori della "Generazione Z".*
*Relatrici: Corinna Caccianiga e Silvia Bevilacqua.*
*In collaborazione con Rete al Femminile*

Rete al femminile milano

**Lun. 7 Ottobre**
**ore 21:00**

***Giornata del Sorriso***
***Yoga della risata con Ornella Torresani e cabaret con Didi Mazzilli***

*Attiveremo la Risata Libera attraverso la pratica dello Yoga della Risata e della comicità.*
In collaborazione con Rete al Femminile

**Lun. 16 Ottobre**
**ore 18:00**

***Giornata mondiale dell'alimentazione***

Le nostre azioni sono il nostro futuro: un'alimentazione sana per un mondo fame zero
Evento promosso dalla FAO - l'organizzazione della Nazioni Unite per l'alimentazione e l'agricoltura-

**Sab. 26 Ottobre**
**dalle ore 15:00**

***Laboratorio per bambini "MANDALA"***

Realizziamo grandi disegni colorati con la tecnica del mandala usando solo farine, semi e polente.
Gruppo 1: da 3 a 5 anni
Gruppo 2: dai 6 ai 10 anni

**Mar. 8 Ottobre**
**Mar. 22 Ottobre**
**ore 10:00 - 12:00**

***CullaMi in cascina, spazio per le future mamme e neomamme con un'operatrice Mitades.***

*8 ottobre: Il racconto del "diventare mamma" rivisto attraverso i quadri di famosi artisti*
*22 Ottobre: programma in via di definizione, seguici sul sito e sui social per aggiornamenti*

**Per tutti gli eventi è necessaria prenotazione su: Eventbrite.it**

**Giov. 31 Ottobre**
**ore 21:00**

***L'onda di Nico - Geppetto 2.0 - Il ruolo del padre del nuovo millennio***

*Tornano i giovedì dell'onda, incontri aper ai genitori e i ragazzi, momenti di inconti confronto con esperti per discutere le tematiche legate al mondo dell'adolescenza.*

**In collaborazione con**
coop Lombardia

**Seguici su:**
**Facebook: Cascina Cotica Cooperativa**
**Instagram : cascinacotica**
**sito web: www.cascinacotica.com**
**e-mail: info@cascinacotica.com**