

## Cosa sono Le Case del Tempo

**Le Case del Tempo** sono comunità diurne che propongono attività per il benessere psico-fisico, l'intrattenimento, la cultura e la socialità delle persone anziane.

Sono i partecipanti stessi che gestiscono il loro tempo e le relazioni.

Questo servizio è nato per contrastare l'indebolimento delle relazioni sociali e il rischio di solitudine e per permettere un invecchiamento felice che favorisca la conservazione della propria autonomia e il piacere della condivisione all'interno del proprio quartiere.

"C'è un'alba indicibile in una vecchiaia felice" - Victor Hugo

### Contatti

Telefono  
393 92 88 014 / 333 20 39 894

Per saperne di più  
[www.coopcomin.org/cetempo](http://www.coopcomin.org/cetempo)



## Le Case del Tempo

sono un progetto realizzato dalla  
**Cooperativa Sociale Comin**  
insieme all'**Associazione Muoviti**.

**Dona il tuo 5xMille  
a Comin**

**Sostieni Le Case del Tempo  
C.F. 02340750153**

 **Le Case del Tempo**



**Una risposta concreta  
e solidale ai bisogni  
delle persone anziane  
e delle loro famiglie.**



## Programma delle attività

### GENNAIO

**14 lunedì - ore 12.00**

**CINEMA E PIZZA DI MEZZOGIORNO**

Un orario innovativo per gustare grandi pellicole con una fetta di pizza nell'intervallo. Sarà proiettato "Vogliamo vivere", film del 1942, in B/N, di Ernst Lubitsch. Un capolavoro di pungente satira del nazismo.

**19 sabato - ore 16.00**

**INCONTRIAMOCI TRA I COLORI**

Mostra pittorica a cura dell'Associazione Artistica Culturale Gruppo Sirio.

**23 mercoledì - ore 12.30**

**PRANZO REGIONALE ABRUZZESE**

Con un ritratto di Gabriele D'Annunzio.

**24 giovedì - ore 14.30**

**PERSONAGGI MILANESI ILLUSTRI CHE HANNO FATTO LA STORIA - DI CUI SI È PERSO PURTROPPO IL RICORDO**

Conversazione a cura di Maurizio Piol.

**25 venerdì - ore 18.30**

**APERITIVO CON L'ARTE**

"Il Bacio" di Francesco Hayez, opera manifesto del Romanticismo italiano a cura di Giada Bolognesi.

**28 lunedì - ore 12.00**

**CINEMA E PIZZA DI MEZZOGIORNO**

Sarà proiettato "La signora dello zoo di Varsavia", film del 2017, di Niki Caro, sulla Shoah. La storia eroica di una donna che, pur vivendo in un'epoca di paura e distruzione, ha combattuto per preservare quel che di buono c'è nell'animo umano.

### FEBBRAIO

**1 venerdì - ore 9.30**

**DOLCI DAL MONDO**

Laboratorio di cucina della durata di 10 incontri, realizzato in collaborazione con i Custodi sociali di Zona 8.

**1 venerdì - ore 16.00**

**LA PANCIA: FUNZIONALITÀ INTESTINALE IN RELAZIONE AL BENESSERE GENERALE DEL CORPO**

Conversazione con il dottor Giorgio Cavagna, medico chirurgo.

**6 mercoledì - ore 12.30**

**MILANO NOIR - TRA DELITTI E RAPINE A MILANO**

Racconti di cronaca che hanno fatto notizia. Conversazione a cura di Maurizio Piol.

**11 lunedì - ore 12.00**

**CINEMA E PIZZA DI MEZZOGIORNO**

Sarà proiettato "Bienvenue à Marly-Gomont", film del 2016, di Julien Rambaldi. Discriminazione e integrazione, un documento quantomai moderno.

**13 mercoledì - ore 12.30**

**PRANZO CANORO**

In compagnia delle canzoni di Adriano Celentano, seguirà karaoke.

**15 venerdì - ore 18.30**

**APERITIVO CON L'ARTE**

Il ritrovamento del corpo di San Marco del Tintoretto a cura di Patrizia Mugnano.

**18 lunedì - ore 14.30**

**ALIMENTAZIONE, FITOTERAPIA E RIFLESSOLOGIA PLANTARE A SOSTEGNO DEL FEGATO**

Conversazione a cura di Clara Pitton, naturopata.

**21 giovedì - ore 14.30**

**STORIE DEL SACRO E DEL PROFANO A MILANO - TRA LA REALTÀ E LA LEGGENDA**

Conversazione a cura di Maurizio Piol.

**25 lunedì - ore 12.00**

**CINEMA E PIZZA DI MEZZOGIORNO**

Sarà proiettato "Les souvenirs", film del 2014, di Jean-Paul Rouve. Un inno al tempo che passa, alla giovinezza, alla senilità e a tutto quello che scorre tra le due stagioni della vita.

**27 mercoledì - ore 12.30**

**PRANZO REGIONALE LOMBARDO**

In tavola la Lombardia con le poesie di alcuni suoi celebri e meno celebri poeti.

### MARZO

**4 lunedì - ore 12.00**

**CINEMA E PIZZA DI MEZZOGIORNO**

Sarà proiettato "Easy - Un viaggio facile facile", film del 2016, di Andrea Magnani. Un road movie originale che fa sorridere senza smettere di far riflettere.

**7 giovedì - ore 14.30**

**L'AVVENTUROSA STORIA DELLE VIE E DELLE PIAZZE MILANESI. STRANEZZE - CONTRADE - PERIFERIE - ORIGINI DEI NOMI**

Conversazione a cura di Maurizio Piol.

**11 lunedì - ore 12.30**

**PRANZO CANORO**

Con i brani di Enzo Jannacci e di altri cantautori meneghini.

**13 mercoledì - ore 14.30**

**LE PATOLOGIE DELLA SPALLA E DEL TRATTO CERVICALE**

Lezione con parte pratica a cura di Franco Silvestri, osteopata.

**15 venerdì - ore 18.30**

**APERITIVO CON L'ARTE**

Le due madri di Giovanni Segantini fra tecnica divisionista e naturalismo simbolico, a cura di Giada Bolognesi.

**18 lunedì - ore 12.00**

**CINEMA E PIZZA DI MEZZOGIORNO**

Sarà proiettato "E se vivessimo tutti insieme?", film del 2011, di Stéphane Robelin. Una commedia pudica che affronta con realismo e leggerezza una condizione antropologica tutta contemporanea.

**20 mercoledì - GIORNATA DEDICATA ALLA LOTTA CONTRO L'INVECCHIAMENTO DELLA MENTE**

ore 10.00 - **CONFERENZA**

a cura dell'organizzazione Medici in Famiglia

ore 12.30 - **PRANZO**

curato con uno sguardo al tema il cibo che fa bene alla mente

ore 14.00 - **ESERCITAZIONE SUL METODO "GINNASTICA NEURONALE"** a cura di Giovanni Ghidini

**21 giovedì - ore 14.30**

**MUOVERSI A MILANO. LA STORIA LUNGA PIÙ DI UN SECOLO DEI TRASPORTI MILANESI**

Conversazione a cura di Maurizio Piol.

**25 lunedì - ore 14.30**

**GLI ORTI DI BOLDINASCO**

Raccontano la loro attività e la storia della celebre cascina che li accoglie, a cura dell'Associazione Artistica Culturale Gruppo Sirio.

**27 mercoledì - ore 12.30**

**PRANZO REGIONALE SICILIANO**

In tavola la Sicilia ed alcuni stralci degli scritti di Luigi Pirandello.

**28 giovedì - ore 14.30**

**VISITA ALLA CERTOSA DI GAREGNANO**

Con ritrovo di fronte alla chiesa dove incontreremo Roberto Gariboldi che ci farà da guida.

**Prenotazione pranzi obbligatoria.**

**Per informazioni:**

**Tel. 393 92 88 014 / 333 20 39 894**

**INDIRIZZO**

**VIA GIOVANNI DELLA CASA, 19  
MILANO**