

# InQuercia

## Centro per il Tempo Libero

InQuercia è il nuovo Centro il Tempo Libero di Porta Romana che promuove una migliore socialità nel quartiere attraverso una serie di attività e iniziative per tutte le età. InQuercia è un nuovo spazio dove si integrano differenti culture e dove nascono e si sviluppano connessioni tra la popolazione del quartiere. Una migliore socialità all'interno del quartiere può portare innumerevoli vantaggi psicologici e sociali favorendo la creazione di reti che determinano un ambiente di serena cooperazione e convivenza.

### Attività motorie e riabilitative

I corsi sono rivolti sia a soggetti in buona salute che vogliono mantenersi attivi, sia coloro che presentano problemi motori di vario genere, ai quali sarà dedicata una particolare attenzione anche sul versante riabilitativo. Lo scopo è quello di favorire il miglioramento e la conservazione delle funzioni motorie al fine di promuovere il mantenimento di una buona forma fisica che consenta una maggiore autonomia, con una particolare attenzione allo sviluppo di una sempre maggior consapevolezza del proprio corpo e delle sue funzioni. Oltre ai benefici delle attività motorie viene stimolata la socializzazione e l'aggregazione tra giovani, adulti e anziani favorendo, così, un processo di conoscenza reciproca finalizzato alla nascita di nuove relazioni sociali.

### Attività didattiche e culturali

Il centro mette a disposizione del quartiere uno spazio dedicato alle attività didattiche e ludiche. Un luogo dove poter apprendere e sviluppare nuove conoscenze e nuove tecniche. Queste attività hanno lo scopo di favorire lo sviluppo delle competenze abilità sociali come la comunicazione, l'empatia, la capacità e la cooperazione.

## Lunedì

- 9:00-14:00 Salotto Letterario/ Spazio Giochi
- 9:30-10:30 Yoga
- 16:15-17:00 Gioco Judo 3/5 anni
- 17:15-18:00 Gioco Judo 6/8 anni

## Martedì

- 9:00-14:00 Salotto Letterario/ Spazio Giochi
- 08:00-09:00 Total body workout
- 9:30-10:30 Ginnastica Posturale
- 11:00-12:00 Ginnastica Dolce
- 16:15-17:00: Gioco Scherma 3/5 anni
- 17:15-18:00: Gioco Scherma 6/8 anni
- 16:15-17:00 Gioco calcio 3/6 anni
- 17:15-18:15 Calcio 7/11 anni
- 19:00-20:00 Thai Chi

## Mercoledì

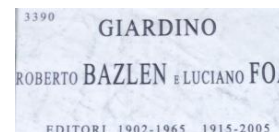
- 9:00-14:00 Salotto Letterario/ Spazio Giochi
- 9:00-10:00 Pilates
- 16:15-17:00 Gioco basket 3/5 anni
- 17:15-18:00: Basket 6/8 anni
- 16:15-17:00 Ginnastica Artistica 3/5 anni
- 17:15-18:00 Ginnastica Artistica 6/8 anni

## Giovedì

- 9:00-14:00 Salotto Letterario/Spazio Giochi
- 11:00-12:00 Ginnastica Dolce
- 16:15-17:00 Gioco calcio 3/6 anni
- 17:15-18:15 Calcio 7/11 anni
- 17:00-19:00 L'alvearechidicesi

## Venerdì

- 9.00-14.00 Salotto Letterario/Spazio Giochi
- 16.15-17.00 Psicomotricità 3/5 anni
- 17:15-18:00 Psicomotricità 6/8 anni



## GIARDINO BAZLEN E FOÀ

InQuercia sorge all'interno dell'incantevole Giardino Bazlen e Foà caratterizzato da un meraviglioso, platano centenario, un parco giochi di 6200 m2 con un'area per bambini attrezzata, un campo da calcio in erba sintetica, un playground per basket, due tavoli da ping-pong in muratura e il 30 ottobre 2019 è stata inaugurata la fontanella "Il Drago Verde".

Il giardino è come nascosto tra due palazzi degli anni settanta, tre scuole, una materna e un ex convento. Si narra che il giardino fosse anticamente l'orto del convento; sono ancora visibili, nel giardino della biblioteca Vigentina, i resti di un sito per pellegrini e quelli dell'annessa chiesa dedicata a San Bernardo crollata nel 1971. Napoleone che amava i platani dalla chioma espansa fece requisire il convento.

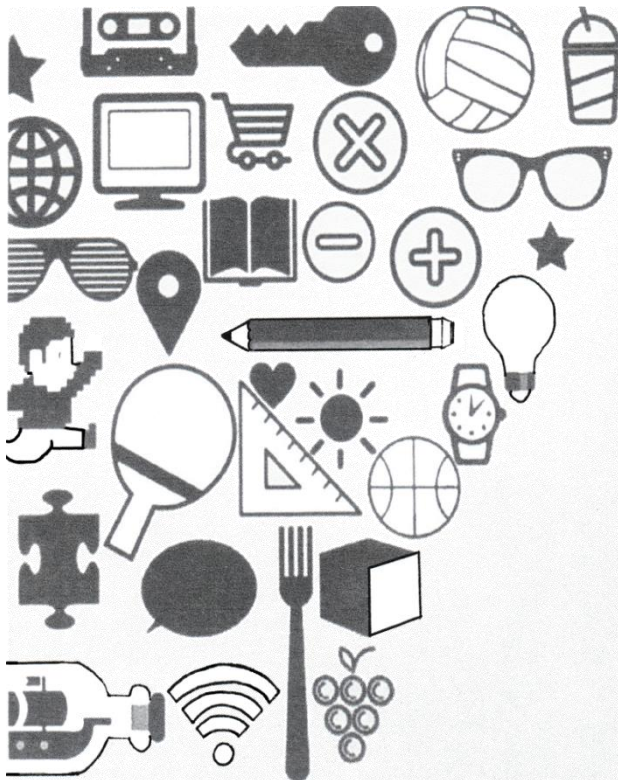
Nel 1979, in occasione dell'anno Internazionale del Fanciullo, il Comune di Milano attrezzò il giardino con diversi giochi 'robinsoniani' e costruì anche due prefabbricati uniti con una tettoia destinandoli a Centro per il Tempo Libero denominato CTL di Porta Romana. Nel maggio 2008 il giardino fu dedicato all'editore Roberto Bazlen (1902-1965) e il 22 Settembre 2020 è stato integrato l'editore Luciano Foà (1915-2005). Denominato Giardino Bazlen e Foà.



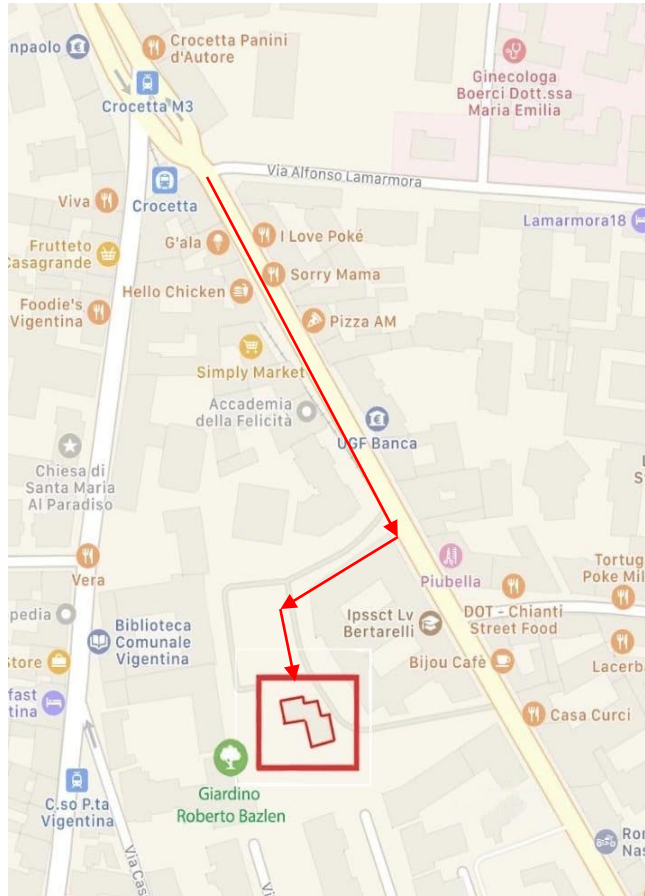
*Nel Giugno 2015 nasce il nuovo  
Centro per il Tempo Libero di Porta  
Romana "InQuercia".*

### IL NUOVO MODO DI VIVERE IL QUARTIERE

-I corsi possono avere delle variazioni durante l'anno



**2 minuti a piedi dalla metro MM3  
gialla Crocetta!!**



# InQuercia

IL NUOVO MODO DI  
VIVERE IL QUARTIERE

## InQuercia

C.so di Porta Romana 116/b  
Interno giardini Bazlen e Foà  
Email: [inquercia@outlook.it](mailto:inquercia@outlook.it)  
Tel: 3459799311

# InQuercia

IL NUOVO MODO DI  
VIVERE IL QUARTIERE