

**green life** di Laura Capasso



**AL PARCO SEMPIONE**

## CASCINA APERTA PER LA FESTA ECO

Un fine settimana all'insegna della sostenibilità. L'8 e 9 ottobre la Cascina Nascosta festeggia due anni e lo fa mostrando la sua vocazione green con workshop, laboratori, mercati e concerti, nella splendida cornice del Parco Sempione, che la accoglie e la nasconde. Sono tanti gli appuntamenti, tutti gratuiti (da scoprire su Instagram @cascina\_nascosta), si comincia sabato alle 11 con l'orto in cascina e il workshop «Urban gardening» per imparare a creare il proprio orto sul balcone. Alle 15, invece, si creano biglietti d'auguri utilizzando fiori

e foglie raccolti nel parco, con la tecnica del torchio. Domenica le attività sono rivolte al gusto, all'anima e al divertimento: si può prendere parte alla sessione di Hatha Yoga Flow nel parco, partecipare con i bambini al laboratorio di semina o fare una spesa di prodotti di stagione al mercato agricolo. E poi spazio ai laboratori di cucina, per creare piatti vegetali, per menu a base di fiori edibili fino alla realizzazione di una ricotta aromatizzata. Protagonista della serata sarà la musica con il dj set «Missin Red» sabato e il jazz di «Fool Arcana» domenica.

### **Cos'è**

Appuntamenti per grandi e piccini con cibo, lab e musica

### **Quando**

8 e 9 ottobre, tutto il giorno

### **Dove**

Cascina Nascosta  
Viale Alemagna 14  
Tel. 340.67.55.196

### **Scelto perché**

È una due giorni dove la sostenibilità diventa pratica e divertimento