N.34
MAGGIO - GIUGNO 2021
FREE PRESS

milano MOMS

IDEE, STILI E TENDENZE PER LE MAMME A MILANO



ESTATE
Lago, montagna, summer camp

MEDITAZIONE
Una risorsa per noi mamme

BEBÈ
Musica fin dalla nascita

I look per la stagione del sole
MODA

BEAUTY
I trattamenti viso e corpo

POSTE ITALIANE S.P.A. - SPEDIZIONE IN ABBONAMENTO POSTALE - 70% LO/MI

ALTO ADIGE

TOP OFFERTA

Estate intensa

all'Hotel Schneeberg - Family Resort & Spa di 4 stelle

4 giorni da 339€* p.pers.

con **"All-Inclusive Light"** e un buono wellness da **€20 a camera!**



prenotabile dal:
21/05 - 01/07/2021 da €339
dal 01/07 - 05/08/2021 e dal
29/08 - 12/09/2021 da €365
3 giorni (gi-do) o 4 giorni (do-gi)







HOTEL SCHNEEBERG
Family Resort & Spa
★★★★

Tutta la varietà dell'Alto Adige sotto un unico nome **www.schneeberg.it**











Info: ☎ +39 0472 656232 ✉ **info@schneeberg.it**

Schneeberg Hotels Sas, der Kruselburger Verwaltung S.r.l. – Ridanna / Masseria 22 – 39040 Racines (BZ) / Italia – C.Fiscale & Part.IVA IT02258830211

EDITORIALE

di Valentina Valente e Laura Della Badia



FOTO DI LE KELLY PHOTOGRAPHY

TEMPO… PER NOI!

Mamme, conoscete forse una risorsa più importante del tempo? Quanto vorremmo averne di più! Sicuramente per fare più cose con la famiglia, ma, diciamocelo, anche da dedicare solo a noi stesse! Ne abbiamo proprio bisogno tutte, soprattutto dopo mesi così difficili, così serrati, senza possibilità di svago, senza la nostra pausa in palestra, senza poterci rilassare con qualche acquisto, ma soprattutto senza socializzare. Quanto ci sono mancate le cene con le amiche o la colazione al bar nel fine settimana per fare due chiacchiere in compagnia.

Tempo per noi, anche in solitudine, per fare qualcosa che ci piace, dalla corsa alla cucina, dallo yoga alla lettura e, perché no… per meditare. Apriamo questo numero proprio con un articolo sulla meditazione e sui tanti risvolti che questa pratica può avere sulla nostra quotidianità: per indirizzare le nostre energie, per guardarci dentro, per accrescere il nostro potenziale. Leggete l'intervista a pag. 14, un approfondimento ricco di spunti con Michel Braca, psicologo e psicoterapeuta esperto di bioenergetica, che cura per noi anche la rubrica "Appunti di benessere" sui social. Per chi desidera invece ritagliarsi del tempo da dedicare a una coccola di benessere e bellezza, ecco i trattamenti per prepararsi all'estate: a pag. 30 le proposte per rimettere in forma viso e corpo, all'insegna del relax tutto per sé, in uno dei centri più esclusivi della città.

A proposito di spazio per noi, se siete amanti della lettura, (quale pausa migliore in solitudine, il buon vecchio libro) abbiamo pensato anche a voi book addicted (come noi!) con una nuovissima rubrica online, ogni venerdì un nuovo libro scelto per voi e raccontato in video! Seguiteci su IG e Facebook!

Ovviamente in questo numero troverete anche tanti altri spunti: attività all'aria aperta in città, shopping per il guardaroba dei bambini, ma anche per farli giocare in modo creativo, idee per le vacanze e tanto altro. Ritagliatevi un po' di tempo, tutto per voi e anche per la lettura di questo nuovo numero di Milano MOMS!

Infine, c'è aria di novità qui da noi… vi siete iscritte alla newsletter? Quindicinale, con tante idee sempre attuali e curiose!

BUONE VACANZE MAMME, CON TUTTO IL CUORE!

Iscrivetevi alla nostra newsletter su *www.milanomoms.it*

MOMS SOMMARIO



33. Moda



6. Curiosando



27. Giochiamo



38. Design



31. Gioielli

NEWS
6 Curiosando…

STORIE
10 Aurora Visentin. Una milanese a Parigi

FOCUS
12 I bambini sono diventati invisibili?
14 Meditate, mamme

7 IN CONDOTTA
16 La rubrica di Stefania Nascimbeni

NEW BORN
18 Musica, dai primi giorni
19 Un kit a casa per vestire il tuo bambino. Greenbù

PICCOLI BRAND
20 I più creativi. Scopriteli con noi!

INSIDE THE CITY
22 All'aria aperta, tutti!
23 Cybex è arrivato a Milano
24 Shopping da Sophie4kids
24 La natura a casa
25 Dove ci trovate
26 La protezione degli occhi in estate. Blue Eye
26 La stagione dei sandali. Sailor Junior

GIOCHIAMO
27 Amici animali

VIVERE GREEN
28 Come piccoli Noè

FOOD
29 Pasta? Proviamo quelle diverse

BEAUTY
30 Viso e Corpo: come ci prepariamo all'estate

STILI E TENDENZE
31 Immago. Gioielli unici, fatti a mano

MODA
34 Finalmente la stagione del sole
36 Sandali: 6 modelli di Primigi

DESIGN
38 In camera, allegria con i cuscini

SCOPRIAMO UN LIBRO INSIEME
40 Guarda, cerca, trova

OUTSIDE THE CITY
43 In montagna all'Hotel Alpholiday Dolomiti Wellness & Family Resort
44 In vacanza con fido
46 Mamma restiamo qui. Family Resort Rainer
47 Gite al lago
48 Pronti via! Novità per chi viaggia
49 Experience Summer Camp

TI REGALO UN LIBRO
50 Libri da leggere, libri da regalare



Foto di copertina thanks to LiiLU
www.liilu.de

milano MOMS
IDEE, STILI E TENDENZE PER LE MAMME A MILANO

Puoi scaricare la rivista in pdf sul sito www.milanomoms.it

Milano MOMS è un a testata registrata
al Tribunale di Milano n. 171 del 14-05-2014
Iscrizione al ROC n. 25568
Luogo di Pubblicazione: Milano
Periodicità: bimestrale

Milano MOMS è una free press distribuita in ludoteche, scuole, teatri, centri medici, centri sportivi, negozi e locali selezionati a Milano e Monza.

Direttore responsabile
LAURA DELLA BADIA

Direzione editoriale
VALENTINA VALENTE
v.valente@milanomoms.it
LAURA DELLA BADIA
l.dellabadia@milanomoms.it

Redazione
redazione@milanomoms.it

Pubblicità
• Concessionaria:
LAPIS Srl
Viale Monte Nero, 56 (MI)
info@lapisadv.it

• Cecilia Zoppola
marketing@milanomoms.it

Progetto grafico
GAIA AVALLONE
g.avallone@milanomoms.it

Proprietario ed editore
MILANO MOMS S.R.L.
Via Lecco, 22 - 20124 Milano
P.IVA 09027230961

Stampa
AGF - Via Del Tecchione, 36
20098 Sesto Ulteriano
S. Giuliano Milanese

Distribuzione
FREE Press ADV Srl
Via Isidoro Alessi, 8/a
35042 Este (PD)

Hanno collaborato
Alessia Caliendo,
Stefania Nascimbeni,
Francesca Zardin

Salina

tutto per il bebè

Da 50 anni a Milano tutto il meglio per i bebè!

Migliaia di articoli delle migliori marche e tanti servizi esclusivi.

Lista nascita e Personal Shopper
su appuntamento

Baby Pitstop
con nursery e
area allattamento

Noleggio
tiralatte e bilance

Parcheggio
convenzionato



Carta fedeltà
con vantaggi unici!

e-commerce
babymilano.it

Tax Free Refund
Global Blue
STAMP

Pagamenti rateali
scalapay

Cashback
satispay

Consegniamo
in tutta Italia
Consegne a Milano
entro 24 ore

cybex
Il nuovo spazio Side by Side
di Cybex solo da Salina
Viale Abruzzi 51

Sarà un bimbo o una bambina? Non importa, c'è **Salina**!

Salina Store viale Abruzzi 51 • 20131 Milano • tel. 02 2940 9287 • negozio@salinamilano.com
Outlet Baby di Salina viale Abruzzi 62 • 20131 Milano • tel. 02 3668 0902
Mini Salina corso Vercelli 62 • 20145 Milano • tel. 02 8725 2528 • vercelli@ergosum.store
Stokke Store via Matteucci 4 • 20131 Milano • tel. 02 2940 9287 • stokke@ergosum.store
e-commerce www.babymilano.it

Seguici su salina milano • baby outlet salina • negoziosalina • salinanegozio

www.salinamilano.com

Curiosando…

TENDENZE, NOVITÀ, BELLE IDEE!



IL BEAUTY KIT, A BASE DI TÈ

Yoga e Tè sono due rituali millenari con tanti punti in comune: entrambi incoraggiano la consapevolezza, riscaldano, sono accoglienti. Teaology si è ispirato alla filosofia yoga e all'azione riequilibrante di uno straordinario tè biologico indiano per creare **una linea di trattamenti** che aiutano a vivere meglio. In foto: il kit con crema mani e corpo, salviette detergenti, acqua corpo.

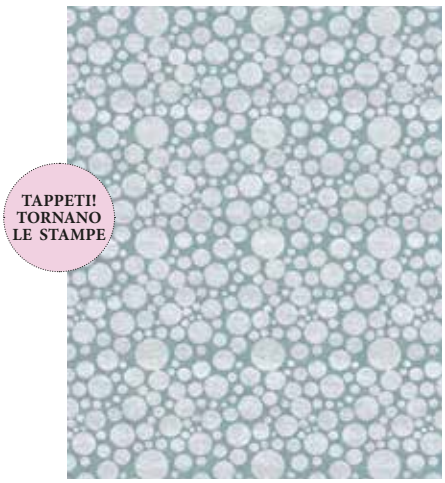
www.thealogyskincare.com

ACCOMODATEVI… SULLA STELLA MARINA!

Un divertente **cuscino per due o per uno** a forma di stella marina, ideale per qualsiasi ambiente, dal giardino al patio… e da usare in piscina. È possibile combinare le sue due dimensioni e i diversi colori per creare divertenti aree relax. Disponibile nella versione per uso esterno e piscina e in quella per uso interno.

www.ogofurniture.com





TENDENZA STAMPE, ANCHE PER LA CASA

Protagoniste delle passarelle moda primavera/estate 2021, le **stampe** rappresentano una dichiarazione di intenti per un ritorno a un esuberante massimalismo e una ricchezza estetica anche per l'interior design. Fiori, pois, geometrie, fantasie astratte! Anche la casa accoglie questa nuova tendenza, come i **tappeti** Illuian, qui nella foto con la collezione Bubbles.

www.illulian.com



L'OROLOGIO DA GRANDI!

Un **orologio** come quello dei grandi, caratterizzato da uno stile essenziale e colori pastello: una bella idea regalo per la promozione o il compleanno in arrivo. Perfetto per imparare a leggere l'ora.
La collezione Mini Kyomo fa parte del brand italo belga Kyomo Watches.

www.minikyomo.com

IL FASCINO GLAMOUR:
del nuovo design Riveted









Nuna è fiera di annunciare che la propria linea di prodotti si arricchisce di un nuovo ed elegante design: la collezione Riveted. La linea Riveted è stata realizzata con un gusto raffinato, utilizzando i tessuti più pregiati e un design accurato fin nei minimi dettagli. L'intramontabile tessuto con trama nera lucida combinata con dettagli metallici audaci e colori neutri profondi ne garantiscono un look esclusivo. Il tessuto trapuntato e i dettagli in similpelle color cioccolato si abbinano a cerniere, bottoni e dettagli color bronzo e rame, per andare a sottolineare il fascino glamour della linea Riveted. La nuova linea Riveted è stata creata per incontrare lo stile e il gusto dei genitori moderni.

Il nuovo design è disponibile per i passeggini Nuna DEMI™ grow, MIXX™ next e TRIV™, ma anche per il seggiolino auto ultra leggero PIPA™ next, il nuovo seggiolino auto TODL™ next e il lettino da viaggio SENA™ aire.

www.nunababy.com



nuna®

Curiosando...

TENDENZE, NOVITÀ, BELLE IDEE!

90 RICETTE NATURALI



UNA GUIDA (BELLISSIMA) ALLO SVEZZAMENTO

Perché è meglio nutrire il vostro bebé con alimenti provenienti da agricoltura biologica? Mangiare bio ci garantisce tassi di pesticidi quasi irrilevanti, frutta e verdura molto più saporita.
Cuoca e naturopata, **Angèle Ferreux-Maeght** ci propone **90 deliziose ricette** semplici e naturali e tanti consigli per affrontare la tappa cruciale dello svezzamento.
Senza sale, senza glutine e senza zuccheri aggiunti, questi piattini golosi e sani sono pensati per stimolare poco per volta il palato dei piccoli e dar loro il meglio per crescere bene.

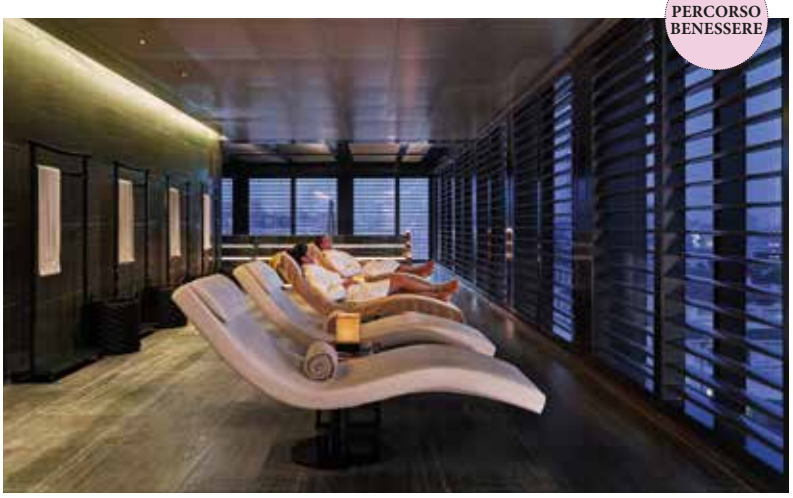
Di Angèle Ferreux-Maeght, L'Ippocampo Edizioni, www.ippocampoedizioni.it

80 MINUTI DI BENESSERE

"Primavera in fiore" è il trattamento per restituire una nuova luce alla pelle. Un percorso che inizia con uno scrub corpo alla fitomelatonina per passare poi a un massaggio con olio jojoba all'acqua di rose.
Per il viso è previsto un trattamento contorno occhi alla fitomelatonina e al siero al collagene, che idrata e attenua le rughe.
Dove? All'ottavo piano di Armani Hotel Milano, nella panoramica SPA per godersi 80 minuti di benessere completo.

Per informazioni o prenotazioni:
armanispa.milan@armanihotels.com - Tel. 02.88838860

PERCORSO BENESSERE





DECORATI A MANO

VOGLIA DI BLU... ANCHE A TAVOLA!

Primavera ed estate: un senso di rinascita invade anche la casa! Così, a tavola, non rinunciamo a portare colore e brio. La linea Cottage di Weissestal è perfetta per dare un tocco di allegria con uno stile country, ma di gusto contemporaneo. Nella foto: i **piatti Sky**!
Pezzi unici e pregiati, decorati a mano.
www.weissestal.it

IL COLLIER... PER GLI OCCHIALI!

Parigi è il **collier grintoso** e versatile di Monili Milano. Lo speciale anello centrale è perfetto per tenere sempre con te gli occhiali. E poi, quando vuoi, lo trasformi in bracciale!
www.monilimilano.com



BIJOUX VERSATILI

Crayola®

Washimals™

I Crayola Washimals sono adorabili cuccioli da colorare e personalizzare, da lavare e ricolorare!

COLLEZIONALI TUTTI!

Scopri le NOVITÁ!



crayola.it

Aurora Visentin

UNA MILANESE A PARIGI

unamilaneseaparigi.com

di Laura Della Badia

Dare una svolta alla propria vita, cambiando città, anzi anche Paese, lasciando alle spalle una storia finita e abbracciando il nuovo all'orizzonte: è successo 10 anni fa ad Aurora, avvocato milanese che si è trasferita nella "Ville Lumière" dove era stata per l'Erasmus e che le era rimasta nel cuore. Il desiderio di raccontare e la passione per la scrittura l'hanno portata ad aprire un blog, che negli anni è cresciuto, insieme alla sua vita. Oggi Aurora è mamma di tre bambine, avvocato tra Parigi e Milano, e continua a raccontare le sue città (Milano e Parigi) nel suo delizioso blog *unamilaneseaparigi.com*, ricco di spunti sulla vita culturale, mondana e lo shopping. Potevamo non intervistarla?

Partiamo dalla tua vita milanese. Com'era e perché, poi, hai cambiato città?
Ero un giovane avvocato, la mia vita era quella della classica milanese: aperitivo al Lacerba o al Rattazzo, cena alla Trattoria toscana, alla Taverna Moriggi, pranzo alla Pesa, dopo teatro al Santa Lucia, weekend in montagna d'inverno e al mare in primavera. Ho cambiato città, come capita spesso, a causa di un mal d'amore. Avevo concluso una lunga storia travagliata e passionale ed ho deciso di affrontare la sofferenza cercando un cambiamento totale. A Parigi avevo già diversi amici, perché avevo studiato lì per 6 mesi durante l'Erasmus e mi sono lanciata.

Come sono stati i primi tempi? Hai avuto difficoltà ad ambientarti?
Ambientarmi è stato facile, perché conoscevo già diversi parigini e la cultura francese mi aveva affascinato fin da piccola (a Milano ero un'assidua frequentatrice del palazzo delle Stelline e del centro culturale francese).
Più difficile trovare un lavoro per un profilo 100% italiano come il mio.

Parliamo del lavoro allora...
Ho inviato 100 curriculum, non uno di più non uno di meno. Mi ero data 6 mesi di tempo per trovare uno studio legale. Quasi allo scadere del termine mi contattò uno studio internazionale, che mi prese. Iniziai da collaboratrice e poi divenni socia.

Cosa ti è piaciuto, fin da subito, di Parigi?
Di Parigi mi è sempre piaciuta la vitalità, le mille occasioni culturali che vengono offerte ogni giorno, l'eleganza degli hausmanniani, la particolarità dei negozi di fiori.

Cosa invece ti ha fatto sentire nostalgia dell'Italia?
Sentivo la mancanza degli affetti, degli amici di una vita, della nostra cultura culinaria, del pranzo domenicale in famiglia.





AURORA VISENTIN
Da dieci anni racconta Parigi, vista dagli occhi di una milanese. unamilaneseaparigi.com, IG @unamilaneseaparigi

Quando è nato il blog e come hai avuto l'idea?
Il blog è nato nel 2014, uscivo 4/5 sere a settimana, c'era sempre un nuovo vernissage, un localino da scoprire, una pièce teatrale interessante, qualche evento mondano organizzato da un mio amico che era un PR molto conosciuto: ho deciso così di raccontare a chi era rimasto in Italia la mia vita un po' folle parigina. Inizialmente pensavo fosse letto solo dal circolo ristretto dei miei conoscenti, e invece mi sono presto accorta che avevo diversi follower. Aprii quindi la pagina facebook che mi fece conoscere molto tra i milanesi e gli italiani a Parigi. Da poco, inoltre, con Letizia e Mariolina della redazione abbiamo aperto il profilo Instagram e stiamo crescendo bene!

Poi è iniziata la tua vita da mamma… in Francia! Quali le differenze rispetto all'Italia, dal punto di vista delle agevolazioni e degli aiuti?
Per me avvocato e quindi libera professionista gli aiuti sono pochi, mentre per le mamme dipendenti non ci sono paragoni con l'Italia: viene dato un aiuto mensile dalla CAF in base al reddito e alla composizione del nucleo familiare, ci sono aiuti per l'impiego di babysitter e per gli asili nido.

Si sa che le mamme italiane e quelle francesi hanno modi diversi di crescere i figli. Mi viene in mente il libro "Il metodo maman", di Pamela Druckerman che analizza punto per punto il metodo educativo delle francesi, che sembra così efficace, basato su regale ferree e un maggiore distacco dai genitori. Tu cosa ne pensi? Ti consideri più francese o più italiana?
Ho tentato a fatica di adattarmi alla tipologia materna francese, l'ho fatto con le mie due prime gemelle. Contava il tempo di "qualità", lavoravo moltissimo, ero spesso distrutta e il tempo di qualità in fondo non lo era affatto o, se lo era, mi faceva arrivare a fine weekend ancora più stanca.
In quel periodo ho creato il gruppo "mamme che lavorano" su Facebook. Avevo bisogno di conforto. Siamo 1.500 mamme ora.
Con l'arrivo della mia terza bambina ho cambiato rotta. Ho lasciato lo studio internazionale di cui ero socia e ho raggiunto uno studio legale franco-italiano, che mi permette una maggiore libertà di gestione. Lavoro spesso a distanza e riesco perfettamente a conciliare le esigenze dei miei clienti, le società italiane in Francia, con quelle della mia famiglia.

Che tipo di differenze hai riscontrato?
Le donne parigine sembrano (non so se lo siano davvero) più indipendenti e distaccate dal concetto tradizionale di famiglia. Mettono al centro la loro realizzazione professionale ed il loro "epanuissement" (crescita personale). Non dico che sia sbagliato. Ognuno fa quello che sente. Io sono stata abituata a mettere al centro la famiglia e i figli e a considerare ogni attività professionale, anche interessante e di rilievo come la mia, un mezzo per fare altro. E in quell'altro ci metto proprio il passare del tempo con i miei, renderli felici ed essere felice di riflesso anche io.

Parlaci della città e del suo rapporto con i bambini: cosa offre di più rispetto a Milano in quanto a servizi, attività, cultura, intrattenimento?
Covid a parte, Parigi offre una miriade di attività per i bambini, c'è anche una sezione dedicata sul sito del Comune: mostre, visite, spettacoli ed attività ludiche dedicate solo a loro. Certo ovviamente occorre sempre prenotarsi con largo anticipo: Parigi è un'immensa città e i bambini e i loro genitori sono sempre pronti a partecipare agli eventi organizzati.

Un posto speciale da visitare a Parigi con i bambini…
I Jardins du Luxembourg: un piccolo paradiso per i piccoli e un elegante tuffo nel passato per noi adulti.
I bambini hanno a disposizione un immenso parco giochi con tantissime strutture diverse, il teatro delle marionette, i pony e uno spazio solo di altalene.
E poi proprio come nelle vecchie foto in bianco e nero dei primi del 900 possono divertirsi a far navigare le barchette a vela che vengono affittate vicino al bacino centrale.

I tuoi luoghi del cuore, a Milano e Parigi
Allora il vero luogo del cuore vi sembrerà assurdo ma a Parigi è l'Hôpital Necker, dove sono nate la mie bimbe, grazie all'aiuto dello straordinario Professor Yves Ville. Ogni volta che passo lì vicino ripenso ai momenti vissuti in quelle pareti, alcuni difficili ma di un'emozione unica. Se devo pensare a qualcosa di più glamour penso a tutto il 6° arrondissement, con i suoi negozietti e i ristoranti storici, la chiesa di Saint Sulpice. La mia Milano del cuore è quella intorno alla chiesa di Sant'Eustorgio, dove ho il mio appartamento, vicina a tutti i miei affetti e dove visse il mio adorato nonno.

FOTO DI TOVE LIU, DIMITRY ANIKIN

I BAMBINI SONO DIVENTATI INVISIBILI?

Incontriamo Annalisa Cuzzocrea, autrice del libro: "Che fine hanno fatto i bambini"

di Valentina Valente

Il titolo del libro della giornalista Annalisa Cuzzocrea "Che fine hanno fatto i bambini", tratto da uno degli striscioni apparsi sui balconi durante il lockdown, mi ha colpito subito: quante volte abbiamo pensato la stessa cosa, nell'ultimo anno!
Di che cosa parla esattamente il libro, edito da Piemme? Attraverso interviste ad esperti, la giornalista cerca di capire perché, oggi, bambini e ragazzi sono per la società "invisibili". L'impulso ad indagare è nato dall'esperienza vissuta come mamma di due bambini, durante il lockdown generale, quando si è raggiunto il picco di questa invisibilità. Chi, infatti, si è messo nei loro panni? Chi si è chiesto cosa provassero, che entità avessero le privazioni a cui sono stati sottoposti, quali traumi ne potessero conseguire? Nel libro, il dialogo con psicologi, sociologi, demografi, scrittori, economisti la porta a dipanare concetti molto profondi, che tentano di dare risposta a questa domanda: **è solo un problema politico oppure anche culturale?** Scopriamo che il problema è complesso e di duplice natura: da un lato, famiglie sempre più sole ma anche sempre più concentrate sui figli, che faticano a lasciarli andare, dall'altro, uno Stato e una società sempre più deresponsabilizzati, in parte proprio perché considerano i figli come "bagaglio appresso" dei genitori, una sorta di appendice a carico solo delle famiglie, concetto che si chiarisce con la sociologa Chiara Saraceno e in diversi altri punti del libro. Si mettono anche in luce cambiamenti radicali della nostra società, come ad esempio l'assenza della "comunità educante", di cui parla lo psicologo Matteo Lancini e del conseguente individualismo della società attuale. L'iperprotezione che mettiamo in atto nei confronti dei figli, ben espresso dalla psicologa Silvia Vegetti Finzi che parla di "plusmaterno", sottolinea ancora una volta come le madri nel nostro Paese facciano fatica a distaccarsi dai figli, per tanti motivi. **Così, la società si ritira e non si sente più in dovere di fornire servizi e accogliere i bisogni propri dell'infanzia.**
E l'aspetto demografico? Anche quello è un indicatore importante: Alessandro Rosina scrive che la natalità "è l'indice di fiducia di una nazione nel futuro". Cosa dovremmo quindi pensare, del nostro Paese, visto che le nascite dell'anno scorso sono al minimo di sempre?
Ecco perché ho voluto incontrare Annalisa Cuzzocrea e presentarvi questo libro. La incontro purtroppo solo virtualmente, al telefono, e nasce questa chiacchierata che voglio condividere con tutte le nostre lettrici.

> COME MAI NELLE CONFERENZE STAMPA SETTIMANALI DEL GOVERNO NESSUNO HA DATO INDICAZIONI SUI PIÙ PICCOLI?

Tutto è partito dalla tua esperienza di mamma durante il lockdown...
Il mio libro parte proprio da mia figlia, nelle prime righe c'è lei, con il suo disagio vissuto dopo il lockdown e il suo timore ad uscire di casa. Non bisogna mai perdere il punto di vista dei bambini. Avendone due, sono stati per me entrambi una grande risorsa per intraprendere questa indagine. Al di là del libro però, devo dire che ho cambiato la percezione di come sono visti e "non visti" i bambini e i ragazzi in Italia proprio da quando sono diventata madre. Soprattutto riflettendo sulla maternità ho fatto delle considerazioni che mi sono state utili per dipanare l'indagine. Un tempo le madri chiedevano meno a se stesse, facevano tanto lo stesso, ma non pretendevano di essere perfette. Adesso invece noi madri ci sentiamo e ci autodefiniamo mamme acrobate, chiedendo a noi stesse davvero troppo a volte, e così la pressione arriva sia da noi stesse che dall'esterno. Tutto per un senso di colpa strano che ci portiamo dietro: essere madri e realizzarci allo stesso tempo ci sembra a volte che tolga qualcosa, una volta al lavoro, una volta alla famiglia. E così per non togliere niente facciamo le acrobate.

I figli, quindi, come responsabilità delle sole madri?
Questo concetto è molto importante, perché ci porta a capire uno dei motivi per cui gradualmente politica e società si sono deresponsabilizzate nei confronti dei bambini e dei loro bisogni. È un po' come se aleggiasse sotto sotto il concetto che "Tanto se ne occupano le madri". E così, come è accaduto durante il lockdown, chi doveva prendere decisioni importanti, dettate dall'emergenza, lo faceva pensando proprio che i figli fossero responsabilità delle famiglie, delle madri in primis. E da qui i bambini e i ragazzi diventano sempre più invisibili.

Sembra però un circolo vizioso...
In effetti è complesso, e lo è, un circolo vizioso. La cura dei bambini è demandata solo a noi, tuttavia non si può negare



che forse lo vogliamo anche un po' noi. La psicologa Silvia Vegetti Finzi si sorprende che non ci sia stato un movimento più forte di protesta da parte delle famiglie. Perché non c'è stato? Perché noi non ci aspettiamo forse più nulla dallo Stato, non lo chiediamo più, e un po' forse non lo vogliamo. Questi bambini, preziosi, sempre di meno, come confermano i dati demografici, arrivati tardi (per consentire la realizzazione professionale ed economica), tendiamo a tenerli un po' chiusi, fatichiamo a lasciarli andare. La famiglia si chiude in se stessa e ha poca fiducia nella società. È proprio così che il problema visto dal punto di vista culturale si intreccia e si rincorre con il problema visto invece dal punto di vista politico e sociale.

Hai dialogato con tanti esperti, chi ti ha lasciato il messaggio più forte?
È difficile rispondere a questa domanda. Per me è come se in ogni capitolo del libro ci fosse una scintilla, un'idea forte, un messaggio che ho cercato di raccontare e che definisce i diversi capitoli in cui ho diviso il libro. Per citarne uno, penso al concetto di "comunità educante" che mi ha trasmesso Matteo Lancini, psicologo, mettendone in luce l'assenza nella società attuale. La comunità educante era quel bellissimo contesto sociale in cui i figli trovavano ascolto e accoglienza in una comunità vivace e attiva attorno a loro: dai vicini di casa alle botteghe di quartiere, dai cortili alle strade sotto casa. Questo oggi non c'è più.

Questi messaggi arrivano forti e chiari. Hai forse voluto dare un affettuoso "pizzicotto" ai lettori per dire "Apriamo gli occhi!"?



FOTO DI ISABELLA BONOTTO

ANNALISA CUZZOCREA
giornalista, inviata de
La Repubblica, mamma di Chiara e Carlo.

Mi piace questo concetto del pizzicotto…Sì, un po' è così, il libro deve portarci a riflettere e soprattutto a prendere maggiore consapevolezza perché è solo così che si possono gettare delle nuove basi.

"Povertà educativa". Qual è la cosa che ti spaventa di più?
La cosa che mi spaventa di più relativamente a questo concetto è che ci siano bambini che pur nascendo in questo Paese, si trovano nella regione o nel territorio "sbagliato". Al Sud per esempio, dove non possono avere le stesse occasioni di crescita di altri bambini con un codice di avviamento postale più fortunato. Il Paese dovrebbe almeno dargli la possibilità, non uccidere la possibilità di potersi realizzare. La povertà educativa è molto aumentata, c'è un abbandono enorme della scuola, dati alla mano, per esempio in Puglia e in Campania, e la DAD ha peggiorato la situazione. Ecco, queste cose sono degli altri bisogni "non visti". Lo slogan che ci sentiamo ripetere come un mantra da tanti anni, "più asili nido" va bene, ma quanti altri problemi ci sono?

Che riscontro hai avuto dopo l'uscita del libro?
Se è vero che purtroppo su tanti aspetti pratici, a distanza di un anno dall'inizio della pandemia, siamo allo stesso punto, è vero anche però che l'unica cosa che è cambiata è la percezione della gente riguardo a tutto ciò… Se avessimo parlato di tutto questo un anno fa, saremmo stati bersaglio di una pioggia di critiche, per esempio, una tra tutte: "come vi viene in mente di pensare ai bambini quando la fascia debole degli anziani è in grave pericolo?". Le abbiamo sentite queste obiezioni, ma si trattava di una falsa narrazione, non siamo gli uni contro gli altri, siamo i primi a voler mettere in sicurezza i nonni e le persone più esposte al virus, ma la narrazione assumeva tutt'altri toni. Per questo un po' temevo per l'uscita del libro. Invece devo constatare che il percepito non è più così. Tanta gente mi scrive dicendomi che si è ritrovata nel libro, tante persone mi dicono che ho trovato le parole per esprimere ciò che loro pensavano o percepivano, ho insomma semplicemente dato delle risposte a delle domande latenti. Per me questa è la soddisfazione più grande.

Pensi che continuerai ad indagare sul tema?
Anche se questo libro è stata una meravigliosa fatica, sono felice di aver colto un punto… e quindi non ti nego che la voglia di continuare ad indagare c'è! E chissà, con un po' di tempo a disposizione, ascoltare bambini e ragazzi sarebbe bellissimo.

MEDITATE, MAMME!

Imparare a meditare per vivere più serenamente e consapevolmente



di Valentina Valente

La meditazione è una pratica molto antica. Nel pensiero orientale questa riflessione molto profonda è la via per arrivare ad un grado di comprensione della vita e di noi stessi sempre più elevato, allo scopo di liberarci dai condizionamenti e connetterci con il nostro vero io. La meditazione, come pratica abituale, può aiutarci, e molto. Come? Ne parliamo con Michel Braca, psicologo e psicoterapeuta esperto di bioenergetica e medicina orientale.

Che cosa significa meditare?

Meditare significa far tornare la mente a casa, ovvero fare in modo che i pensieri, e quindi la mente, non vadano in giro a caso o come se fossero in balia dei continui stimoli che riceviamo dall'ambiente esterno. Un luogo comune è quello di pensare che meditare significhi assenza di pensiero, ma non è corretto. La mente, per sua natura, produce continuamente pensieri e non siamo noi a decidere quali, però possiamo imparare a dare più energia ad alcuni e meno energia ad altri. Immagina per un momento che la mente sia un treno e che i vagoni rappresentino i vari pensieri. Noi non possiamo decidere di quali vagoni sia composto il treno, però se siamo a bordo di un vagone nel quale non ci sentiamo comodi possiamo imparare a scendere per salire su un altro. La meditazione aiuta le persone a fare questo, a scendere dai pensieri nocivi per salire su quelli sani, non li cancella, perchè gli eventi negativi fanno parte della realtà tanto quanto quelli positivi, ma possiamo decidere noi quanta energia spendere per gli uni o per gli altri.

> LA MEDITAZIONE È UNO STRUMENTO, MA L'OBIETTIVO È LA RICERCA E LA SCOPERTA DI SÈ

Quali sono i principali tipi di meditazione, se si può azzardare una distinzione?

Distinguere i differenti tipi di meditazione non è un azzardo, anzi è una cosa che bisogna fare per non creare confusione e fraintendimenti. Più che di tipi differenti potremmo parlare di livelli di differenti profondità. Un primo livello, che si chiama Samatha, ha come obiettivo il raggiungimento di una calma interiore, della quiete. In questo livello l'attenzione e la concentrazione sono portate ai massimi livelli. Poi esiste un secondo livello più profondo, conosciuto come Vipassana, che significa "guardare dentro" o "vedere attraverso", ma anche "vedere le cose per come sono realmente". È un vero e proprio stato meditativo nel quale l'individuo può arrivare a fare l'esperienza di concetti come l'impermanenza, la compassione o la gratitudine, la connessione con il Tutto. Quello che normalmente si insegna nei corsi di mindfullness è il livello Samatha. Raggiungerlo e farlo proprio è già un grande risultato per un occidentale.

Come si inizia a meditare e con l'aiuto di chi?

Si inizia frequentando un corso o trovando un maestro, si comincia con l'imparare a respirare correttamente per poi portare l'attenzione al respiro, osservandolo in tutte le sue caratteristiche. Esistono ad oggi molte figure professionali che stanno riconoscendo sempre più l'importanza dello strumento della meditazione. La meditazione è da anni ormai uscita dai templi e dai monasteri per essere diffusa anche da psicologi, personal trainer o mental coach. La meditazione è entrata anche nelle grandi aziende, nelle palestre, nello sport ed in alcune scuole. Questo è un bene, ma secondo il mio punto di vista bisogna fare attenzione a non perdere l'impronta spirituale che l'ha generata. La meditazione è senza dubbio uno strumento, è così che lo ha voluto diffondere anche Buddha, ma l'obiettivo ultimo è comunque la ricerca e la scoperta di sè. Quindi un buon maestro, secondo il mio punto di vista, deve avere anche un solido back ground. Quando ho deciso di conoscere la meditazione mi sono rivolto ad un monastero, in Thailandia, ed ho imparato stando con i monaci. Mi sono formato lì. Ho imparato la tecnica, ma ho respirato anche un'aria di grande spiritualità. Non voglio dire che bisogna rivolgersi per forza ad un monaco, ma penso che sia riduttivo far prescindere la meditazione dalla crescita personale.

Parliamo di mamme: vita frenetica, carico mentale. Come ci può aiutare la meditazione e quale tipo scegliere?

La meditazione non elimina la frenesia, quello è uno



stile di vita, però, per chi non può farne a meno, aiuta a non farsi trasportare da essa. È come dicevo prima con l'esempio del treno: la frenesia è un vagone del treno dell'occidente, nel caso in cui non riusciamo ad eliminarla possiamo scendere dal vagone che rappresenta e salire su un altro, quello della concentrazione per esempio o della presenza. La meditazione Samatha potenzia enormemente la capacità di attenzione e concentrazione il che si traduce nella pratica quotidiana in un grande risparmio di energia vitale. L'energia non viene più dispersa, ma trattenuta e distribuita al corpo con criterio ed equità. Un genitore stressato è un genitore pericoloso per se stesso e per i propri figli. Meditare può diventare una forma di responsabilizzazione collettiva.

In base alla tua esperienza cosa consiglieresti a chi vuole avvicinarsi a questa pratica?
Consiglio di trovare un maestro o una guida, imparare le basi e poi praticare da soli. La cosa più difficile della meditazione è meditare! Non è difficile apprendere la tecnica, alla fine si tratta di stare fermi ed osservare il proprio respiro. La cosa difficile è farlo tutti i giorni anche solo per dieci minuti. Va bene frequentare un corso, ma spesso gli insegnanti per rompere la monotonia della meditazione Samatha tendono poi ad aggiungere elementi esterni per renderla più accattivante, mi riferisco all'aggiungere per esempio musica, o una voce fuori campo che invita ad immaginare contesti specifici come luoghi o situazioni suggestive volte alla positività. Sono tutte iniziative valide, ma non corrispondono alla vera e propria meditazione. Nei miei corsi propongo attività di respiro circolare regressivo o fantasie guidate per potenziare la consapevolezza, ma bisogna chiamare ogni cosa con il suo nome. Meditare significa stare immobili, in silenzio, osservando il proprio respiro, ed ogni qualvolta la mente scappa nei pensieri della quotidianità la si fa ritornare all'osservazione del respiro.

Come scegliere il giusto centro?
Credo che la miglior cosa sia provare senza farsi troppi problemi a cambiare. Quando qualcuno arriva in studio da me per iniziare un percorso non è detto che io diventerò il suo terapeuta, devo essere scelto, ed il primo incontro solitamente lo dedico a questo, a farmi scegliere o no. Se non vengo scelto cerco di indirizzare quella persona ad un terapeuta o ad un professionista che faccia più al caso suo. Con la scelta di un corso di meditazione è la stessa cosa. Un maestro va scelto, testato, gli vanno fatte domande sulla sua formazione e sulle sue competenze. Deve scattare una sensazione di comodità tra i due, un po' come la volpe del Piccolo Principe che piano piano sceglie il suo nuovo amico dopo averlo annusato ed essersi resa conto che c'è la possibilità di creare un vincolo. Persone poco preparate esistono dappertutto, in qualsiasi ambito professionale. Anche il fatto di avere un diploma, un titolo o una certificazione non sono sempre una garanzia rispetto al fatto che quel professionista sia un bravo maestro o insegnante. Quindi il mio consiglio è quello di fare domande ai professionisti riguardo a dove si sono formati, da quanti anni lavorano nel settore, che tipo di back ground hanno. Un bravo professionista non avrà nessuna difficoltà a rispondere alle vostre domande e le accoglierà con comprensione. Siate voi stessi sempre, come dico sempre… keep calm and be yourself!

INFO
YouTube: Michel Braca Terapia e Bionergetica
FB: Terapia & Bioenergetica



MICHEL BRACA
Psicologo psicoterapeuta, esperto di bionergetica e medicina orientale. Divide la sua vita tra la Spagna e l'Italia dove con passione aiuta le persone a raggiungere il benessere di anima, mente e corpo. Per Milano MOMS cura la rubrica "Appunti di Benessere" sui social.

STEFANIA NASCIMBENI
GIORNALISTA E SCRITTRICE,
MAMMA 2.0
nascimbenipress@gmail.com





BARBIE, BY MATTEL

7 in condotta

A OGNUNO I SUOI GIOCHI!

"I bambini e le bambine sono piccoli uomini e piccole donne con delle differenze di comportamento belle nette fin dall'asilo!". Ma questo, lo sapevate già. Perché è quello che ci insegna la saggezza popolare. **Errore...**

HO SEMPRE SOSTENUTO DI ESSERE NATA PER "FARE" LA MAMMA DEL "MASCHIO": quando è nato Topo ero felicissima di proiettare il nostro futuro insieme sui campi da calcio, basket, sci, bunjee jumping (vabbè, non esageriamo), perché sostanzialmente era quello che piaceva a me, che sono un tomboy, ma poi mi sono ritrovata un bambino che diventava matto a giocare con la scopa, gli piaceva stirare, fare il bucato e cucinare i biscottini alla vaniglia. Mentre vi ricordo che per **la sottoscritta l'asse da stiro è come un'otturazione senza anestesia**.

NON È QUESTIONE DI "GENERE", sia chiaro, sappiamo tutti che in ciascuno di noi esiste un lato maschile e uno femminile, e comunque anche se ci fosse una tendenza di preferenze chissenefrega, la mia era PIUTTOSTO UNA QUESTIONE DI ASPETTATIVE: volevo un maschio convinta che con lui avrei giocato in un modo che mi piaceva di più. E poi vuoi mettere un bambino che ti guarda e ti dice: **«Mamma, ti amoro!»**.

Poi è arrivata **Broccoletta**, due settimane dopo il termine (4,5 kg di peso massimo), lì **ho capito subito che mi avrebbe dato del filo da torcere**. Ricordo di averle fatto il tema natale che ero ancora in ospedale: Vergine, ascendente Ariete… mi sono fatta il segno della croce e ho pensato, vedrai che le pagherai tutte, ché Topo (cancerino puro) è stato fin troppo bravo e non potrai essere tanto fortunata due volte di fila!

In effetti, BROCCOLETTA è un soprannome un po' fuorviante, lei **è una leader nata, con un ego decisamente incontenibile**. Bisognerà lavorarci, ho capito. Intanto me la godo nei pochi, rarissimi momenti di estrema tenerezza in cui mi guarda con gli occhioni da "Hello Spank" e mi dice: «Miamia, ti vojo bene».

Comunque, tutti MI DICEVANO CHE MI SAREI DIVERTITA UN MONDO A RIVEDERE CENTOMILA VOLTE "FROZEN", GIOCARE CON LE BARBIE, FARLE LE TRECCINE, VESTIRLA COME LITTLE MISS AMERICA (**mai, piuttosto la gogna!**), ma in definitiva mi sono ritrovata una baby-tomboy peggio di me. **Si sa, la mela non cade mai lontana dall'albero...**

Così, mentre con TOPO DA PICCOLO HO FATTO INCETTA DI PRINCIPESSE DISNEY – bei ricordi, perché ora che ha dieci anni il suo mito è diventato "Lion" e io, scusate, proprio non gliela fo a seguirlo…. – con Broccoletta stiamo esplorando il mondo di "Cars", "Lego", "Playmobil", "Batman". **Farle le trecce è un'impresa impossibile**, perché MIA FIGLIA È SELVATICA DALLA TESTA AI PIEDI, le gonnelline queste sconosciute e quando ho tentato di mettere su il DVD di Frozen, lei è fuggita dopo la seconda canzone di Elsa. Cioè, ha resistito finché le sorelline creavano Olaf, poi si è buttata per terra e ha iniziato a fare capriole. D'altra parte, IO STESSA, DA BAMBINA, per Carnevale, NON MI SONO MAI VESTITA NÉ DA BIANCANEVE, NÉ DA CENERENTOLA, PIUTTOSTO DA PRINCIPE AZZURRO. Al quale, peraltro, continuo a dire che preferisco il cavallo bianco. Una volta a dieci anni mi sono travestita da "spazza camino", tutta fuligginosa e con i pantaloni strappati, piuttosto che indossare l'abito con le balze da Mary Poppins, che è "praticamente perfetta sotto ogni aspetto", mentre io **sono sempre stata "praticamente imperfetto sotto ogni punto di vista"**.

Così ero, così sono rimasta, e oggi lo sono i miei bambini, ma che importa? **Una mamma è solo una "mamma"** e che sia una ramazza della nonna o un trenino elettrico, siete sempre voi, è sempre un gioco, È IL MOMENTO PIÙ IMPORTANTE DEL LEGAME MADRE-FIGLIO.

Joie™
signature

Stile e qualità.
Oltre ogni limite



Non importa dove ti porterà la tua avventura, muovi i tuoi passi con Joie Signature, una selezione dei migliori prodotti joie. Funzionali, versatili e dall'aspetto accattivante, questi prodotti offrono il massimo confort e soluzioni intelligenti per la vita di tutti i giorni.



joiebabyitalia

joiebabyitalia

guarda la collezione
it.joiebaby.com

MUSICA!
FIN DAI PRIMI GIORNI
ECCO I CONSIGLI DI DANIELA LUCANGELI



di Laura Della Badia

La musica può influenzare l'evoluzione psicologica e cognitiva dei bambini? In che modo possiamo aiutare i piccoli in questo percorso, ricco di stimoli e potenzialità?
Ce lo spiega Daniela Lucangeli, (prof.ssa di Psicologia dell'Educazione e dello Sviluppo presso l'Università di Padova) nel libro **I Miei primi 1000 giorni in Musica**, parte di un cofanetto con CD, da poco uscito in libreria (De Agostini).
L'obiettivo è trasmettere ai genitori e a chiunque si occupi dei piccoli, ciò che la scienza svela su questo argomento. "Le attività musicali sono funzionali allo sviluppo dell'intelligenza dei bambini" spiega la Lucangeli, "perché promuovono lo sviluppo del linguaggio e la capacità di memorizzare e richiamare informazioni".
Cosa dobbiamo aspettarci? Non dobbiamo pensare che ascoltare la musica possa migliorare in futuro il rendimento scolastico: le ricerche mostrano infatti come le attività musicali stimolino soprattutto abilità trasversali, come la creatività, la concentrazione, l'autodisciplina, la cooperazione e il pensiero divergente. In generale, l'ascolto e l'allenamento musicale possono attivare specifici percorsi neurali, da cui dipende lo sviluppo armonico del bambino. La musica promuove la comprensione, il linguaggio, la capacità di memorizzare e richiamare informazioni. L'ascolto, ad esempio, permette al bambino di assimilare la sequenza di suoni e di restare concentrato su un determinato oggetto. La musica, inoltre, è ricca di contenuti emozionali e aiuta quindi a sviluppare l'intelligenza emotiva, cioè la capacità di comprendere le proprie emozioni e quelle degli altri.

Nei primi 1000 giorni di vita, la musica gioca un ruolo fondamentale nello sviluppo sensoriale e cognitivo.





Daniela Lucangeli docente all'Università di Padova



IL COFANETTO CONTIENE:

- **Il libro con tanti consigli utili e pratici, per avvicinare i piccoli alla musica fin dai primi giorni e per spiegare ai genitori come stimolare il bambino nel suo sviluppo da 0 a 3 anni**
- **Un CD con 7 brani del musicista e compositore Lorenzo Tozzi, appositamente studiati per accompagnare le esperienze del bambino fin dalla nascita**
- **7 flash card, una per ogni brano musicale: tessere di cartone spesso, adatte alle mani del bambino, per associare ogni canzone ad una particolare attività ed emozione.**

E PER LE MAMME IN ATTESA?
Il cofanetto per la fase prenatale. I suoni che accarezzano per una crescita armoniosa. Dal concepimento alla nascita Libro + CD + CARD

UN KIT A CASA PER VESTIRE IL TUO BAMBINO

FAI LA TUA SCELTA GREEN!

Hai mai notato quanto crescono in fretta i nostri figli? I più piccoli cambiano taglia più e più volte in un anno. Questo ha un enorme impatto sull'ambiente e sull'economia della famiglia. **Con il servizio di Greenbù ricevi direttamente a casa kit di vestitini per la prima infanzia (0-24 mesi)**, della taglia adatta al tuo bambino. Li utilizzi e, appena tuo figlio sarà cresciuto, **li restituisci e sostituisci con altri della taglia superiore!**
Greenbù consegna il nuovo kit e contestualmente ritira quello vecchio, lo lava, lo sterilizza e lo rimette in circolo! **Impatto zero!**

CODICE SCONTO ai lettori di Milano MOMS: MIMoms20, per avere il 20% di sconto + consegna gratuita.







INFO www.greenbù.com IG: @greenbu_official

MILANO MOMS PER GREENBÙ



Siete iscritte alla nostra newsletter?

WWW.MILANOMOMS.IT

NUOVA VESTE GRAFICA, TANTE IDEE, SPUNTI E CURIOSITÀ PER VOI!

I più creativi. Scopriteli con noi!

Appi Bimbi

COSTUMI PER BAMBINI 12 MESI-6 ANNI

L'amore per il mare e la passione per il disegno: la fashion designer Agnese Polzinetti è partita da qui per creare una deliziosa linea di costumi e accessori per bambini.
Ogni tessuto è disegnato da Agnese, ogni modello è frutto di un'attenta ricerca che dà vita a prodotti artigianali di alta qualità, 100% Made in Italy. Appi Bimbi ha anche un'anima solidale perché parte del ricavato viene devoluto in beneficenza, come nel caso dei foulard 100% seta, in favore del reparto di oncologia della città di Agnese, in Abruzzo.

appi.bimbi@gmail.com
www.appibimbi.com
IG: @appibimbi









Balmje

MOLLETTINE E ACCESSORI PER CAPELLI



Balmje è un piccolo laboratorio in cui Barbara crea accessori per capelli per bambine (e non solo!). Collezioni senza tempo, che coniugano praticità e bellezza. Le mollettine non scivolano e tengono in ordine anche i ciuffi più ribelli. I cerchietti sono morbidi e disponibili in tanti colori, perfetti per look sportivi o eleganti. E poi: cerchietti- turbante, arricciati e scrunchies oversize, anche per le mamme!

www.balmje.it - IG: @balmje

Giuditta Mezzadri

ABITI E ACCESSORI, A MAGLIA E UNCINETTO







I CORSI
Giuditta organizza anche corsi: maglia base, maglia avanzato, maglia uncinetto, in piccoli gruppi o con lezioni private, anche online!

Farmacista, mamma di 4 bambini, Giuditta ha una grande passione: le piace sferruzzare! Così, uncinetto, maglia e sartoria sono diventati qualcosa di più di un semplice hobby!
Date uno sguardo al suo sito: filati di morbidissimo cotone diventano, nelle sue mani, piccoli accessori, deliziosi dettagli di abitini o romantiche borsette, mentre con la lana crea cappellini, manicotti e cardigan. C'è anche una sezione dedicata alla sartoria, con meravigliose gonne in tessuto liberty, mamma e bimba!

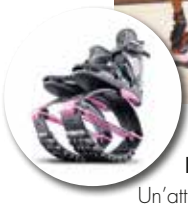
www.giudittamezzadri.com
IG: @giudittamezzadri



INSIDE THE CITY







KANGOO JUMPS: CHE DIVERTIMENTO!

Un'attività super divertente, con la musica, aerobica, sicura e soprattutto brucia calorie? Basta calzare i "Kangoo Jumps", speciali scarpe per l'allenamento basato sulla tecnica del rimbalzo (rebound). Adatte a tutti, dai più piccoli ai più grandi, principianti o atleti, le Kangoo Jumps rappresentano una vera rivoluzione per l'attività fisica: il loro Sistema di Protezione dell'Impatto è stato disegnato per ridurre dell'80% l'impatto sulle articolazioni.

Le scarpe sono disponibili sul sito ufficiale: www.kangoojumps.online
Per gli allenamenti all'aperto a Milano: Dana Kangoo Milano, sul profilo Facebook

SMART GYM AL PARCO

Non hai voglia di iscriverti a corsi collettivi ma ti piace allenarti da sola? Allora il metodo Smart Gym fa per te! Come funziona? Semplice, contatti la personal trainer Simona Musocchi, che lo ha ideato, e in una sola lezione ti farà vedere tanti esercizi facili per allenarti poi da sola al parco, monitorando in seguito i tuoi progressi. Puoi usare le panchine, gli alberi, tutto ciò che trovi già lì… Più smart di così!
Obiettivo: tonificazione e benessere!

Simona Musocchi - Cell. 339.6362763 - musocchisimona@gmail.com



ALL'**ARIA APERTA**, TUTTI!

ATTIVITÀ PER TENERCI IN FORMA, RITROVARE EQUILIBRIO ED ENERGIA POSITIVA

MONDO YOGA

Le pratiche di yoga e pilates ci aiutano a riconnetterci con noi stessi, e ci mantengono in forma. Il beneficio è anche maggiore se vengono fatte all'aperto! Ecco dove: al Parco di Largo Marinai d'Italia, con Stefano Bonetti, insegnante di Mondo Yoga: il giovedì alle ore 13.10 Yoga e il sabato alle ore 10 Pilates MatWorkOut. Seguite IG: @mondoyoga per nuove lezioni!
Per partecipare è necessaria la prenotazione.

Per costo e iscrizione alle lezioni: mondo@mondoyogamilano.it





PASSEGGIATE BAM

Un ciclo di visite guidate nel Parco BAM per scoprirne l'architettura, il design e il patrimonio botanico. Per raccontare la storia e la trasformazione degli spazi urbani dell'area di Porta Nuova, con un focus sul prossimo futuro. Dal 30 maggio, ogni ultima domenica del mese.
Meeting point: Fondazione Riccardo Catella ore 15.30-16.30.
In collaborazione con MAART e AG&P

www.bam.milano.it



CACCIA AL TESORO, NEL VERDE DI MILANO

Un'iniziativa bellissima per socializzare, usare la fantasia, passando un'ora di vero divertimento con indovinelli, giochi di squadra e di logica, stimolando corpo e mente. Obiettivo per grandi e piccoli: trovare Il Tesoro! Le Cacce di Milano: tutti i weekend (sabato e domenica pomeriggio) di Maggio e Giugno presso: Parco Nord; Parco Sempione; Parco di Trenno; Parco Biblioteca degli Alberi (BAM); Parco CityLife.

www.danceattitude.it

CYBEX È ARRIVATO A MILANO!

INAUGURATO IL NUOVISSIMO SIDE-BY-SIDE PRESSO *SALINA*

La capitale della moda e del design è pronta ad accogliere il brand per bambini che ha fatto proprio di moda e design i suoi principi e valori fondamentali.
Dove? Non poteva che essere presso un partner speciale del brand, Salina, in Viale Abruzzi, storico negozio nel cuore della città e riconosciuto come baby store per antonomasia da tutte le coppie prossime a costruire una famiglia.
Per scoprire e toccare con mano tutta la gamma prodotti!
Lo spazio CYBEX presso Salina di 120 mq rappresenta in tutto, nello stile e nelle presentazioni, il mondo e la filosofia del brand: nel nuovo Side-by-Side i genitori possono ritrovare una gamma completa di prodotti che viene proposta e spiegata in termini tecnici e precisi, per consentire ai neo genitori di fare una scelta corretta in base alle proprie esigenze. Inoltre, lo stile e il design CYBEX è fortemente riconoscibile e incarna le caratteristiche del brand, integrandosi sempre alla perfezione negli spazi dei negozi.

Neomamme, e mamme in attesa… non resta che visitarlo!

INFO E CONTATTI
Cybex è da **Salina**,
in Viale Abruzzi, 51
www.cybexonline.com







SHOPPING DA SOPHIE4KIDS

ANDIAMO A CITYLIFE!

È uno degli store di abbigliamento 0-16 anni più interessanti e contemporanei in città: Sophie4kids non ha solo una selezione dei migliori brand nazionali e internazionali, ma si trova anche in una delle zone più belle e piacevoli da visitare. Il parco con le sue ampie aree verdi, le installazioni di arte, i 3 iconici grattacieli, i piacevoli punti di ristoro fanno di CityLife un'attrazione, dove potersi rilassare e dedicarsi comodamente anche allo shopping, all'interno di CityLife Shopping District. Proprio qui trovate Sophie4kids, una vera risorsa in tema di abbigliamento bambini e ragazzi, con proposte casual ed eleganti, dal gusto più rock e grintoso a quello più classico e romantico. Un'ampia offerta per vestire diverse fasce di età, dai piccolissimi ai teen, con il loro gusto e le loro esigenze!
Un altro valore aggiunto? La disponibilità di Liza e Chiara, sempre pronte a fornire il consiglio giusto e trovare la soluzione più adatta al nostro acquisto o all'idea regalo.





imperdibili i look per l'estate!

SOPHIE4KIDS
Piazza Tre Torri - City Life Shopping District
Tel. 02.48104422 - 349.5316825
IG: @sophie_milanocitylife
FB: Sophie Love 4 Kids

PER VOI UNO SCONTO RISERVATO!
Per le nostre lettrici e follower, Sophie4kids ha riservato un omaggio speciale: chi arriverà a nome di Milano MOMS riceverà la Silver Loyalty Card, grazie alla quale potrà usufruire del 10% di sconto SEMPRE e potrà entrare nella Community Whatsapp Sophie4kids, ricca di proposte esclusive.



Tra i brand: Woolrich - Blundstone - Please - Billieblush - Dsquared2 - Diesel - Elsy - Mc2 Saint Barth - N°21 - Il Gufo - Chloé - Havaianas... e molti altri

INFORMAZIONE PUBBLIREDAZIONALE

LA NATURA A CASA

BALCONI, TERRAZZI, DEHOR E GIARDINI: AD OGNUNO LA SUA SOLUZIONE

La primavera porta con sé sempre la voglia di riprogettare gli spazi di casa in cui è possibile accogliere il verde, che siano balconi, terrazzi, piccoli dehor o, per i più fortunati, dei veri e propri giardini urbani! A chi rivolgersi? Sicuramente a mani esperte, capaci di interpretare dal più piccolo spazio a quello più complesso, secondo le preferenze del cliente e la fattibilità del progetto. E poi, a chi sa dare valore ai dettagli…
Sono proprio questi gli ingredienti che caratterizzano le creazioni, i progetti e i servizi proposti da La Giardineria Milanese.
Lo staff è costituito da professionisti del giardinaggio che rappresentano il valore aggiunto che l'azienda offre ai propri clienti e che la rendono distintiva.
Tra i servizi, anche quello di flower design: allestimenti floreali e composizioni sempre originali e di tendenza, per la casa ma anche per richieste legate ad eventi privati e aziendali.
Lasciatevi ispirare dalla natura, al resto ci pensa La Giardineria Milanese!





SU ORDINAZIONE
Pur non avendo una vendita al dettaglio è possibile richiedere piante per qualsiasi occasione!

LA GIARDINERIA MILANESE
info@ lagiardineriamilanese.it
www.lagiardineriamilanese.it
IG: @lagiardineriamilanese

Passate a prendere una copia di Milano MOMS!

DOVE CI TROVATE

Dove posso trovare la vostra rivista? Ce lo chiedete in tante! Ecco, allora, una rubrica in cui ogni volta presenteremo una selezione delle location in cui è presente MILANO MOMS! Una lista in continua crescita!

LIBRERIA DEI RAGAZZI

Una delle librerie milanesi più conosciute per la didattica e per l'ampia scelta di libri, da quelli dedicati ai piccolissimi fino agli adolescenti! Punto di riferimento anche per tanti eventi. Attendiamo che il calendario riprenda a pieno ritmo!

Via Tadino, 53

Zona Lima e Buenos Aires



PASTICCERIA BUONARROTI

Compie 100 anni questa storica pasticceria milanese, che accoglie tutti con tanta dolcezza! Sì, perché qui le torte, i cioccolatini, la pasticceria sono tentazioni irresistibili. Scegliete tra le tante proposte e prendete la nostra rivista, davanti a un buon caffè con pasticcini!

Via Buonarroti, 9

Zona Wagner



Zona City Life



CREATIVAMENTE A MILANO

Avete presente Alice nel Paese delle Meraviglie? È così che ci si sente quando si entra nel negozio Creativamente a Milano. Sì, perché sarà facile perdersi tra tra giochi creativi ed educativi e libri illustrati per grandi e bambini. In una parte del negozio ci sono anche creazioni artigianali, arti decorative e oggettistica.

Largo Domodossola, 7

Zona Viale Abruzzi e Corso Vercelli



SALINA

È il punto di riferimento a Milano per chi è, o sta per diventare mamma: da 50 anni Salina offre il meglio per il bebè, dal primo corredino ai migliori passeggini, dall'abbigliamento alle camerette e alla nanna, dall'occorrente per il bagnetto agli accessori. Un'ampia scelta anche per gravidanza e allattamento. Potevamo mancare in un posto così speciale?

Viale Abruzzi 51 - Mini Salina Corso Vercelli, 62

LOLA CALZATURE

Simpatia, disponibilità e un'ampia scelta: ecco cosa potete trovare da Lola calzature. Scarpine per tutte le età, dai brand più conosciuti a quelli più artigianali, come la linea classica di Lola, un must have, declinata in modelli adatti ad ogni stagione.

Via Cavallotti, 13

Zona San Babila



HITZIHUB

ITZI HUB è un Concept Store che propone tante idee regalo da 0 a 100 anni. Dal beauty alla casa, dall'abbigliamento agli accessori, dalla cartoleria al necessario per gli amici a quattro zampe!. Un posto delizioso, in cui la nostra rivista si sente proprio a suo agio!

Via Giovanni Rasori, 4

Zona Pagano



VEDIAMOCI CHIARO CON
BLUE EYE
CLINICA OCULISTICA

ARRIVA L'ESTATE!

SAI COME PROTEGGERE GLI OCCHI DEI TUOI BAMBINI? TE LO DICE *BLUE EYE*!

L'eccessiva esposizione ai raggi solari, senza adeguata protezione, può avere conseguenze sulla salute degli occhi, fin dai primi anni.

Quali sono i rischi per gli occhi dei più piccoli se non si pone attenzione?

I raggi UV possono avere effetti a breve e a lungo termine. A breve termine troppo sole può portare conseguenze tipiche dell'occhio secco quali irritazione e arrossamento. Inoltre l'eccessiva esposizione solare può causare una fotocheratite, l'equivalente della scottatura/bruciatura solare sulla pelle, ma agli occhi.

I possibili effetti a lungo termine riguardano la crescita anomala di tessuti oculari quali la pinguecola o lo pterigio (anche detto occhio del surfista).

E ancora, l'esposizione prolungata alla luce UV può aumentare il rischio di formazione di cataratta più avanti negli anni.

Conviene quindi essere sempre ben informati! Blue Eye accoglie i propri pazienti nel nuovissimo centro a Milano, o in quello di Vimercate, per un colloquio informativo con gli specialisti, che sapranno indicare alle mamme il modo migliore per prendersi cura e proteggere gli occhi dei piccoli in famiglia, per una vacanza serena e rilassata!



LA PRIMA VISITA ORTOTTICA È GRATUITA PER TUTTI I LETTORI DI MILANO MOMS

È attivo anche il servizio WhatsApp!
Milano 347.4015010
Vimercate 375.6052392

BLUE EYE
Milano, Via Pantano, 2
Vimercate, Via Torri Bianche, 7
Palazzo Faggio
www.blueeye.it

INFORMAZIONE PUBBLIREDAZIONALE



LA STAGIONE DEI SANDALI!

DA SAILOR JUNIOR, DAI PRIMI PASSI AI TEEN!







Amatissimi dai bambini, i sandaletti mettono gioia perché finalmente è arrivata l'estate. E allora, piedini al fresco e giochi all'aperto! Siamo pronti per le vacanze o le passeggiate in città. Da Sailor Junior ci sono tanti modelli dei migliori brand, selezionati per offrire sempre qualità dei materiali e comodità, senza mai tralasciare il look! Da quelli semichiusi ai modelli aperti, dal tessuto alla pelle: avrete l'imbarazzo della scelta! Tante proposte anche per i teeneger perché i numeri sono disponibili fino al 40... quindi troviamo anche qualcosa per noi mamme!



SAILOR JUNIOR
Corso Colombo, 5 - M2 Porta Genova
WhatsApp 366.3058654
IG: @Sailor_junior - FB: sailor junior

CON GLI ORIGAMI

Crea il tuo animale preferito con la tecnica degli origami! Questa centenaria arte giapponese, che consiste nel piegare fogli di carta per creare colorate sculture, stimola lo sviluppo della creatività e viene spesso utilizzata per rilassarsi. Il **Kit Creagami** è un'idea di CreativaMente.

www.creativamente.eu





UN LIBRO PER DISTINGUERLI

«Oddio una vipera!», «Ma no è una biscia…», «In America ho visto un sacco di coccodrilli!», «Alligatori semmai…». Dromedario o cammello? Imparate a distinguere animali, oggetti, o fenomeni naturali che si assomigliano attraverso questo **libro** che presenta a specchio 60 coppie che tutti da sempre confondono! L'Ippocampo Edizioni.

www.ippocampoedizioni.it



STICKERS, PER IMPARARE

Componi il **poster degli animali nel mondo**, con questo bellissimo kit educativo. Basta associare gli adesivi al numero indicato sul poster. Poppik - Animals of the world.

www.gioconaturalmente.com

AMICI **ANIMALI**

SONO UNA VERA ATTRAZIONE PER I BAMBINI: GLI ANIMALI POPOLANO IL MONDO DELLA FANTASIA E DEI GIOCHI



UN CLASSICO, IL CAVALCABILE

Tanti nuovi dolcissimi animali **gonfiabili** sono pronti a scatenare il divertimento. Pensati per essere utilizzati sia in casa che fuori, hanno le dimensioni perfette per permettere ai bimbi di saltare e cavalcarli in tutta sicurezza. Di Tryco.

www.igodistribution.it



IN FORMATO PUZZLE!

Coloratissimi e arricchiti da stupende illustrazioni: sono gli animali dei **Puzzle Art** di Djeco. Divertimento e concentrazione per realizzare questi puzzle senza angoli e dai bordi arrotondati.

www.djeco.com



PER OSSERVARE GLI UCCELLINI

Una vera **mangiatoia** in legno per gli uccellini, tutta da assemblare e decorare! Così sarà possibile osservare tanti tipi di uccellini, attirandoli con le loro sementi preferite! Nel kit sono incluse anche carte per riconoscere le diverse specie di uccelli. Linea Scienza & Gioco di Clementoni.

www.clementoni.com



FRANCESCA ZARDIN
NATURALISTA
E DIVULGATORE SCIENTIFICO

COME PICCOLI **NOÈ**

5 GESTI PER COMBATTERE LA PERDITA DELLA BIODIVERSITÀ

di Francesca Zardin

"Mamma, quanti animali son saliti sull'Arca di Noè?" Ecco una di quelle domande impossibili che i bambini amano sottoporci. Gli scienziati ci aiutano con una stima recente di 8 milioni di specie animali. Ne abbiamo classificate solo 1.3 milioni, quindi la maggior parte risulta un completo mistero, ma il tempo stringe perché ora lo sappiamo con certezza: è in atto la più grande estinzione di massa da quando esiste la vita sul pianeta e stiamo perdendo 1 specie di viventi su 8. Il fenomeno è la perdita della **Biodiversità**. La biodiversità è la varietà dei viventi, intesa come la moltitudine di specie, ma anche le complesse relazioni che le legano tra di loro in modo unico e infine come l'unicità di ogni individuo rispetto agli altri. La biodiversità è l'inno alla complessità e alla fantasia messa in atto dall'evoluzione.

Questa perdita senza ritorno è causata dai nostri stili di vita, allora vediamo **5 semplici scelte per fermarla**.

1. Nel giardino delle piante selvagge. Il *rewilding* è la nuova tendenza tra gli ecologi e i paesaggisti, che hanno compreso come lasciare la natura riprendere possesso dei territori porti in pochi anni ad un'esplosione di creature e risanamento degli ecosistemi. Proviamolo nei nostri giardini e balconi lasciando le erbe spontanee locali crescere e colorare di fiori il verde. Abbandonare il tosaerba regala dimora a insetti impollinatori e uccelli.

2. Il trenino di legno di mio figlio proviene da foreste protette? Ci dobbiamo sentire in colpa per tutti i libri cartacei che compriamo? Basta verificare che i prodotti, principalmente di carta o di legno, abbiano il marchio FSC che attesta la gestione sostenibile delle foreste e delle sue risorse.

3. Cioccolato che fa bene. Chi potrebbe rinunciare a tè, caffè o cioccolato? Sono prodotti da piante tropicali coltivate in modo intensivo a monocultura, una dichiarazione di guerra alle foreste pluviali e vincerla.... Un modo c'è per far tornare rigogliose le foreste, ed è quello di scegliere marchi certificati Fair Trade che difendono la biodiversità anche utilizzando meno pesticidi e lasciando piante spontanee in mezzo ai campi. A Milano si trovano nella grande distribuzione e negozi AltroMercato.

4. Adotta una specie ombrello. Le amiamo, sono le più fotogeniche e adorabili come *peluche*. Sono definite specie ombrello perchè proteggono sotto di loro tutti gli altri viventi dello stesso ecosistema. Tra di esse l'orango: chi salva l'orango salva la foresta intera. Adotta una specie carismatica, come un gorilla, una tigre o un koala come regalo di compleanno immateriale che educherà i bambini a salvaguardare la biodiversità. Koala www.savethekoala.com/about-koalas/the-koala-endangered-or-not - Gorilla della Diane Fossey https://gorillafund.org/get-involved - Orango www.orangutan.org.au/adopt Tigre https://www.bornfree.org.uk/adopt-a-tiger

5. Quanti carati ha la solidarietà? Con gli Ethical Jewels tanta. A Milano con Gioielleria Belloni nasce l'Ethical Gold, estratto nel rispetto della natura e dei diritti dei lavoratori. Scegliendo pietre, oro e argento saprete di non aver regalato fiumi di mercurio alla foresta e potrete anche trovare fedi nuziali per dire sì anche all'ambiente.

il cioccolato... scegliere marchi certificati Fair Trade





adotta un Orango





il marchio foreste protette



Pasta?

PROVIAMO QUELLE DIVERSE: A BASE DI LEGUMI, CEREALI O ARRICCHITE DA FRUTTA. PER ADULTI E BAMBINI!



CON LA FRUTTA

I Ciufoletti Zerotre sono un formato simpaticissimo che unisce i capisaldi delle dieta mediterranea, carboidrati e frutta, in un'unica soluzione. Realizzati con semola di grano duro di alta qualità, 100% biologica, contengono il 35% di purea fresca (non liofilizzata) di frutti rossi (Mirtillo, Ribes e Lampone). Un'idea sana e nutriente per i più piccoli.

www.rustichella.it



ALL'AVENA

Caserecce, maccheroni e fusilli realizzati con 100% di farina di avena, prodotti con trafilazione al bronzo e lenta essiccazione. Ricchi di fibre e fonte di proteine, sono perfetti da inserire nella dieta senza glutine e nell'alimentazione di chi ama variare spesso il proprio menù. Di Fior di Loto.

www.fiordiloto.it

100% LEGUMI

"Non è pasta" è un piatto completo, proteico, adatto a tutti perché ricco di proteine e fibre e povero di grassi. Ideale per gli sportivi, adatto ai vegani e ai celiaci, è un'ottima alternativa anche per i bambini. Disponibile in più formati e con diverse tipologie di farina di legumi.

www.legu.it





CON CEREALI SPECIALI

La linea Sgambaro Etichetta Bio, nata oltre 20 anni fa, propone grani e cereali speciali. Qualche esempio? Farro dicocco e monococco, grano khorasan Kamut®, quinoa e grano integrale: una selezione di alimenti buoni e puri, per una linea biologica che non vi deluderà nel gusto e nella consistenza.

www.sgambaro.it



AROMATIZZATA AGLI AGRUMI

Fusilli tipici della tradizione pugliese con un ingrediente particolare: l'arancia. Per un piatto aromatico e delicato.

lavitaebella.shop

PIXABAY

viso e corpo COME CI PREPARIAMO ALL'ESTATE

SUGGERIMENTI DI BELLEZZA E BENESSERE, ANCHE PER LE NEOMAMME!



DOTT. MARCO BOIOCCHI DELFRATE
MEDICO ESTETICO DIRETTORE SANITARIO DI
DOMUS MEDICINA ESTETICA

Arriva l'estate, una stagione luminosa tutta da vivere. Anche noi dobbiamo risplendere, toglierci il grigiore invernale, rinnovare le nostre cellule e sentici bene e pronte per le vacanze, meritatissime soprattutto quest'anno. Abbiamo incontrato il dott. Marco Boiocchi Delfrate, medico estetico direttore sanitario di Domus Medicina Estetica, uno dei centri medico-estetici più importanti e innovativi a Milano, e ci siamo informate su alcuni trattamenti da fare in questo periodo!



per il corpo

PANCIA PIATTA

Pancia piatta e tonica si può? Sì, abbinando ad un corretto stile alimentare e di vita, trattamenti specifici in grado di offrire risultati validi e duraturi nel tempo. Ecco la strategia vincente, adatta anche per il post parto, per rimettersi in forma in modo non invasivo, e regalarsi una coccola. Naturalmente vale per gli addominali ma anche per i glutei, l'interno coscia e tutti i punti critici da rassodare e tonificare!



TRUE SCULPT FLEX

È un trattamento personalizzato per il rimodellamento muscolare che si adatta al vostro livello di fitness, forma fisica e obiettivi per rafforzare, rassodare e tonificare i muscoli. Il macchinario, costituito da 16 manipoli, destinati a piccoli e grandi gruppi muscolari, viene applicato in modo personalizzato sulle zone interessate, adattando lo stimolo muscolare al corpo di ogni paziente. La sensazione durante il trattamento è quella di una contrazione muscolare, di intensità variabile. I muscoli si contraggono e lavorano, mentre voi vi rilassate e ascoltate la musica! Una seduta dura circa 45 minuti.



CARBOSSITERAPIA DTA MEDICAL

Questo è il trattamento per eccellenza contro gli inestetismi della cellulite, da fare solo in centri medici autorizzati. Efficace per: cellulite, insufficienza venosa cronica, adiposità localizzate, smagliature e cicatrici chirurgiche, invecchiamento e rilassamento cutaneo. In che cosa consiste? Viene iniettata nel derma o nel tessuto sottocutaneo, con dei micro aghi, anidride carbonica sottoforma gassosa, a scopo terapeutico. La carbossiterapia ha anche effetto depurativo in quanto favorisce il drenaggio dei liquidi in eccesso e lo smaltimento delle tossine. Si può fare su addome, glutei e gambe. Una seduta dura circa 35 minuti, dopo la carbossiterapia si agisce con un massaggio sulla parte trattata.

Una seduta di prova gratuita di carbossiterapia per le lettrici di Milano MOMS! Chiama e prenota 393.8510584

per il viso

HYDRAFACIAL

È un sofisticato trattamento di skincare per la pelle del viso tanto della donna quando dell'uomo. Questo trattamento ringiovanente è in grado di risolvere in modo piacevole, rapido e indolore, diversi inestetismi cutanei, come i punti bianchi e i punti neri, ad esempio. Non solo, Hydrofacial riduce i pori dilatati, minimizza le rughe più profonde e, contemporaneamente cura e ringiovanisce la pelle che diventa morbida, detersa e setosa. Una seduta dura circa 60 minuti.



INFO E CONTATTI
Domus clinica rigenerativa
Viale Sabotino, 19/2
www.dousmedicinaestetica.it
IG: @domus_clinica_rigenerativa

INFORMAZIONE PUBBLIREDAZIONALE

GIOIELLI FATTI A MANO, MADE IN ITALY E UNICI

GESTI, MOVIMENTI, EMOZIONI: TUTTO QUESTO È *IMMAGO*

di Alessia Caliendo

Dal 1989 Giorgio e Milena Graciotti, due artigiani orafi marchigiani, forti della loro capacità di unire esperienza e creatività, realizzano oggetti preziosi fatti a mano, unici e ricercati.
L'oro e l'argento sono sapientemente lavorati con tecniche sperimentali che guidano il duo di designer nella ricerca di concept fortemente creativi.



LA PANSÈ, la viola del pensiero, spesso usata come fiore all'occhiello su una giacca di lino, questa volta la troviamo al collo e diventerà il nostro amuleto.

La stylist suggerisce



Il più amato dalle Immago's addicted, **IL BRACCIALE INTRECCIO** con farfalle è la scelta perfetta per valorizzare gli outfit estivi. Abbinatelo ad un little black dress o ad un top in seta con jeans a zampa d'elefante.







LIKE A BIRD, proprio come la mascotte di MilanoMoms, le miniature di Immago ne raccontano l'unicità. Come dire di no a questo delizioso uccellino da indossare con ironicità in ogni momento della giornata?



L'ANELLO A DUE DITA con bouquet di farfalle multicolor. Un'inusuale anello che abbellisce le vostre mani e il più bucolico dei look, come ad esempio un lungo abito bianco in pizzo sangallo.

E DA OGGI ANCHE LE COLLEZIONI MINI ME!
Immago propone la versione kids dei propri gioielli. Idee regalo perfette per tutte le occasioni speciali come comunioni, battesimi e feste di compleanno e ricorrenze speciali!

INFO E CONTATTI
Le collezioni Immago sono disponibili nello shop onlie su:
www.immagojewels.com
IG: @immagojewels

BLUE EYE
CLINICA OCULISTICA

STA ARRIVANDO L'ESTATE

Regalati una visita oculistica prima di affrontare i raggi solari.
Contattaci anche solo per un colloquio informativo.



L'eccessiva esposizione ai raggi UV, senza adeguata protezione, può avere conseguenze sulla salute degli occhi di grandi e piccoli.
Ti aiutiamo a conoscere il modo migliore per prevenirle!

VIENI A TROVARCI!

MILANO 02 89012307 | 347 4015010 solo WhatsApp
VIMERCATE [MB] 039 699951 | 375 6052392 solo WhatsApp

www.blueeye.it

Dir. sanitario: dott. Pierluigi Incerti Caselli



finalmente la stagione del sole!

MODA

COSTUMI, SHORTS, INFRADITO... MA ANCHE ABITINI CHIC E TRENDY

Nella foto, tre bellissimi look di LiiLU
www.liilu.de



Fino al 31 maggio, sconto del 20% con il codice MOMS

LOOK MAMMA-BIMBI

Bellissime fantasie e tessuti di qualità per i costumi Lazycrab, disponibili anche per i maschietti! Per look grintosi e allegri!

Su www.lazycrab.it



L'ACCESSORIO MUST HAVE

Fa parte della capsule collection "Lune di Capri", la borsa in paglia da portare in spiaggia ma anche in città! Di Simonetta, 168 euro.

In Via Manzoni , 42
e su www.simonetta.it



RETRÒ

Abitini senza tempo, che ci ricordano la nostra infanzia ma che sono ancora attualissimi! Tante le fantasie e i modelli. Sono di Fiabe Scontate.

In Corso Genova , 25 e in Via Sanzio, 26.
Spedizioni in tutta Italia dal profilo IG

SUMMER MOOD *per lei*



CASUAL CON STILE

Per ogni occasione, al mare, in città, al lago, un look fresco, comodo e chic. Cappellino in paglia 4 euro. Blusa 5 euro. Shorts 7 euro. Di Kiabi.

www.kiabi.it



PER LE PICCOLE

Irresistibili le piccoline al mare con il loro primo vero costumino! Questo di La Stupenderia, con fiocco e fantasia a pois non passerà inosservato! Da 3 mesi a 6 anni. 50 euro.

Da La Stupenderia, in Via Ancona angolo Solferino e su www.lastupenderia.com



PER LE SERATE SPECIALI

Eleganti e trendy gli abiti di Monnalisa con effetto optical per le serate mondane al mare o in villeggiatura. 225 euro.

Da Monnalisa in Via della Spiga, 52
e online su monnalisa.eu





PER LA SPIAGGIA

T-shirt Aloha, de Il Gufo, 58 euro.
In Via San Pietro all'Orto, 22
e su ilgufo.com

Infradito Havaianas, euro 18.
In Corso Buenos Aires, 14
e su havaianas-store.com

Costume con fantasia gelati, United Colors of Benetton.
Negli Store e online
su benetton.com





PRIME GITE AL MARE

Con i primi caldi, una bella passeggiata al mare con uno stile fresco ma molto chic! Total look di Estelle Milano.
su www.estellemilano.com

Zainetto Arena 31,99 euro
su www.arenasport.com



per lui

BENVENUTA ESTATE! IL GUARDAROBA SI RINNOVA PER ABBRACCIARE IL SOLE



PER I PICCOLI

Adorabili e freschi i pagliaccetti classici, nei colori del mare! Di Fiabe Scontate.
In Corso Genova, 25 e in Via Sanzio, 26.
Spedizioni in tutta Italia dal profilo IG

GIOCHI D'ESTATE

Super attivi in spiaggia! Total look Mango kids: Bermuda 17,99 euro; Camicia lino e cotone, euro 17,99 euro; sandali in pelle 35,99 euro.
su ww.mango.com

Racchettoni da spiaggia fabbricati artigianalmente di Avora, euro 89,90
su www.avoralife.com





UN **SANDALO** E VIA!

QUANDO LI INDOSSIAMO, SIGNIFICA CHE L'ESTATE È ARRIVATA! STIAMO PARLANDO DEI SANDALI. *PRIMIGI* NE HA TANTISSIMI, ECCO I NOSTRI PREFERITI

Boys



1



2



3

Girls

4





5

6



shoponline.primigi.it

Boys **1. PASSPARTOUT** Per giocare all'aperto, correre e andare al mare, il modello più versatile! Numeri dal 27 al 40 - 39,90 euro. **2. SPORTIVO** Come una scarpa da ginnastica… ma molto piùfresco per l'estate!. Numeri dal 27 al 40 - 44,90 euro. **3. PER ESPLORATORI** Montagna, mare o lago, con questo modello i veri esploratori sono attrezzati! Numeri dal 24 al 35 - 34,90 euro.

Girls **4. ROMANTICO** In pelle con applicazioni floreali e stelline. Numeri dal 24 al 39 - a partire da 39,90 euro. **5. AL MARE, CON STILE!** Dorato, per dare luce al tuo look da spiaggia. Numeri dal 31 al 40 - a partire da 34,90 euro. **6. CASUAL MA CHIC!** Comodissimo, con la suola in gomma, ma sofisticato per i look anche più ricercati. Numeri dal 28 al 40 - a partire da 49,90 euro.

INFORMAZIONE PUBBLIREDAZIONALE

in camera, allegria con i cuscini!

DESIGN

SIMPATICI, COLORATI, DIVERTENTI. TANTE MORBIDE IDEE, CHE FANNO ANCHE COMPAGNIA!



Per la foto
si ringrazia Shandor
www.shandor.fr



CUCCIOLI AMICI

Una collezione di giocosi cuscini, con facce buffe di animali, svegli sul davanti e addormentati sul retro. Compagni per il pisolino dei più piccoli!
Di Shandor
www.shandor.fr



GIALLO LIMONE!

Un colore e una forma che mettono subito allegria! Finemente lavorato a maglia, è realizzato con filato certificato, biologico. Di Nordic Lemon.
www.nordiclemon.com

IL MIO CUSCINO!

MORBIDI, COCCOLOSI, IN FORME E FANTASIE DIVERTENTI! PER DECORARE, MA ANCHE COME TENERI AMICI

a cura di Laura Della Badia



CHE MOSTRI!

Bianchi, neri e a tre occhi. Divertenti e fantasiosi, questi cuscini saranno sorprendenti compagni di avventure!
Di ooh noo
www.ooh-noo.com



CHI NON AMA I DINOSAURI?

Nessuno sa esattamente perché, ma i dinosauri non lasciano i bambini indifferenti. Ed ecco un cuscino, in cotone naturale, con un amico dinosauro! È lui, il diplodoco!
Di Happy Spaces
www.happy-spaces.com



A NANNA CON LUI

Un bellissimo cavallo stilizzato, in morbido tessuto, 100% lino. Per chi ama lo stile scandinavo, dal sapore artigianale.
Di Ferm Living
itzihub.com



CLASSICI ED ELEGANTI

Per chi ama lo stile classico e senza tempo, anche nella camera dei bambini, questi cuscini aggiungeranno un tocco di eleganza. In lana, lino o cotone naturale, sono arricchiti da bordi in velluto o pelle e imbottiti di soffice piuma. Prodotti a Melbourne, sono di Norsu Interiors.

www.norsu.com.au



UN ORSO IN CAMERA!

In velluto, simpaticissimo con la sua faccina. Un compagno di giochi e riposini, renderà la camera dei piccoli ancora più bella! Di Shandor.

www.shandor.fr



COMODISSIMO!

Questo cuscino rigido, con imbottitura in poliestere riciclato, offre un buon supporto lombare al tuo bambino quando legge nel letto. È comodo anche per appoggiare la testa nei momenti di relax. Serie JÄTTELIK. Di Ikea

www.ikea.it

TROVATI SU INSTAGRAM!



FAMIGLIA!

Ricamato a mano e totalmente personalizzabile, questo cuscino fa decorazione, fa compagnia ed è un prezioso oggetto dedicato ai propri cari. Un bellissima idea regalo. Li produce Claudia di Le Fate Galanti.

@Le Gate Galanti, legategalanti@gmail.com



BAU!

Hai un cucciolo amico? Vorresti un cuscino che lo rappresenti, da abbracciare e coccolare sempre? Guarda il profilo IG di Nadia Facchi: tra le sue tante creazioni fatte a mano, ci sono i cuscini dedicati ai cagnolini del cuore. Basta inviarle una foto e lei riproduce i particolari del tuo amico a 4 zampe!

@nadiafacchi



LE TUE LETTERE

Se ami la personalizzazione, i cuscini con le iniziali sono per te. Decorativi, colorati e allegri. Ad ognuno il suo!

@coccoledistoffa

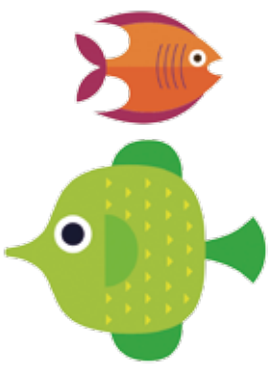


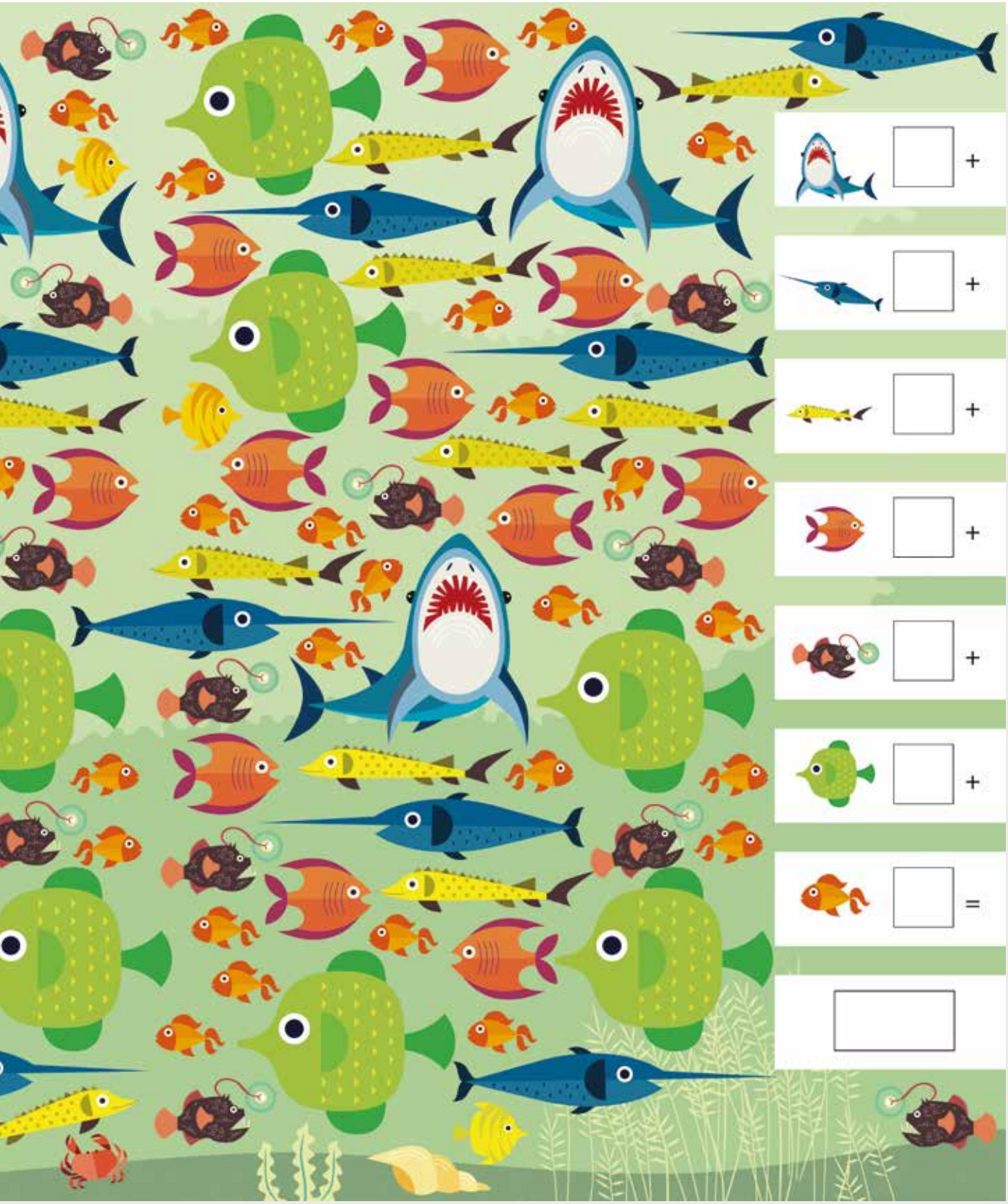
GUARDA CERCA TROVA!
UN LIBRO TITANICO PER CONTARE...
illustrazioni Agnese Baruzzi
ed. White Star Kids

Un coloratissimo libro in grande formato, con splendide tavole ricche di dettagli che raffigurano la natura e i suoi ambienti. Tanti animali che i bambini dovranno cercare e contare! Divertente e istruttivo, ideale anche da portare in vacanza!

AGUZZA LA VISTA! TROVA E CONTA DA QUANTE SPECIE DI PESCI È POPOLATO IL MARE







37a EDIZIONE

colora l'estate dei tuoi figli

con

EXPERIENCE

summer camp



EXPERIENCE SUMMER CAMP
OLTRE 60 CAMP DIVERSI!

experiencecamp.it

SPORT&HOLIDAYS
summer and winter camp

Regala ai tuoi figli una vacanza indimenticabile con Experience Summer Camp: scegli tra i tanti Camp Multisportivi, Tecnici o Tematici, in Italia o all'estero. Dalla Fotografia all'Equitazione, dal Calcio alla Danza, fino alla Musica e alle Lingue Straniere.



www.familyguide.it

relax! lago montagna summer camp



www.experiencecamp.it



www.stanglwirt.at

OUTSIDE THE CITY

IDEE PER TORNARE A VIAGGIARE, TRA GITE, RELAX IN HOTEL E CAMP PER I RAGAZZI

IN MONTAGNA CON TUTTA LA FAMIGLIA!

SCOPRIRE LE DOLOMITI DI BRENTA E IL PARCO NAZIONALE DELLO STELVIO ACCOLTI DALL'*HOTEL ALPHOLIDAY DOLOMITI WELLNESS & FAMILY* IN VAL DI SOLE



PISCINA ESTERNA


PASSEGGIATA


SUITE


MINI CLUB


PISCINA BIMBI

SICUREZZA E PRENOTAZIONE SENZA PENSIERI

Tutti gli spazi sono sanificati costantemente e le attività si svolgono seguendo tutte le normative e i protocolli definiti dal governo. Prenotando con Alpholiday la vostra caparra è al sicuro: in caso di cancellazioni per motivazioni comprovate legate alla pandemia sarà rimborsato il 100% della caparra versata.

Finalmente la primavera ci sta facendo assaporare i primi sentori di libertà e noi tutti siamo alla ricerca di un luogo dove poter ritrovare il tempo della tranquillità e della famiglia. L'**Hotel Alpholiday Dolomiti** vuole esaudire questi desideri ed è pronto ad accogliervi con attività, attenzioni e servizi per bambini di tutte le età e per i genitori. L'hotel si trova a Dimaro Folgarida, in posizione ideale per raggiungere i luoghi più affascinanti della Val di Sole, ai piedi delle Dolomiti di Brenta e a pochi chilometri dal Parco Nazionale dello Stelvio.

LA VACANZA IDEALE PERCHÉ:

È A MISURA DI FAMIGLIA, NEONATI E BAMBINI.

I piccolissimi, dai 6 ai 24 mesi, sono accuditi da collaboratrici qualificate negli angoli morbidi del Baby Club Nido. Il Mini Club Meledrino è pronto a ospitare e far divertire tutti i bambini dai 2 ai 12 anni, che qui potranno anche pranzare e cenare con i loro nuovi amici della montagna! Entrambi i Club sono aperti tutti i giorni dalle 9 alle 21.30.

C'È UN PROGRAMMA DI ATTIVITÀ PER TUTTI I GUSTI!

Un ricco e coinvolgente programma di attività outdoor e indoor vi aspetta. Sarete sempre in compagnia di uno staff qualificato, che vi accompagnerà in attività di trekking, mountain bike e visita nei borghi caratteristici della Val di Sole. Per gli amanti del fitness sedute di Yoga, aquagym e meditazione. La Val di Sole guest card è sempre inclusa nel vostro soggiorno.

C'È UN CENTRO BENESSERE CON GIARDINO

1.000 mq più giardino dedicato al wellness, 3 piscine riscaldate di cui una per bambini con parco giochi acquatico e 5 saune diverse.

ALPHOLIDAY DOLOMITI
WELLNESS & FAMILY HOTEL
Via Campiglio, 4 - 38025 Dimaro
Val di Sole - Trentino - Tel. 0463.973330
info@alpholiday.it - www.alpholiday.it
FB: AlpholidayDolomitiTrentino
IG: @alpholidaydolomiti

INFORMAZIONE PUBBLIREDAZIONALE

familyZoo

IN VACANZA CON FIDO!

3 GIOCHI MUST PER DIVERTIRTI IN ACQUA CON IL TUO CAGNOLINO

L'importanza del gioco quotidiano col proprio pet non è mai ribadita abbastanza: un cane che ogni giorno abbia un momento esclusivo con il suo padrone, occasione di sfogo di energia e rinforzo di educazione, sarà un cane equilibrato e felice, con conseguenze positive sulla casa e la famiglia, oltre che per la relazione con il proprietario. La bella stagione ti offre l'occasione di migliorare l'esperienza gioco: giocare insieme in acqua! Piscina, lago o bau beach, poco importa: la priorità è scatenare il divertimento! Ecco i consigli di Bama pet!





a forma di bastone

TUTTOMIO!

Il tipico gioco da riporto: dalla forma di bastone di legno, resistente, rimbalzante, in tre misure. Tutti i cani lo adoreranno, piccoli e grandi, e vi chiederanno di tirarlo ancora, e ancora!



per cani di tutte le taglie

ORMA

In tre dimensioni, per cani di tutte le taglie, questo gioco stimola il tuo amico a correre e riportarti il gioco lanciato in acqua. Sarà il tuo alleato ideale anche quando non parliamo di razze naturalmente portate all'acqua, come retriever, terranova o altre taglie grandi e medie. Come? Attrezzati con un gustoso premietto!





un frisbee in gomma

TROTTODISK

È un frisbee dotato di perno centrale in gomma grazie al quale il tuo cane può recuperarlo anche da terra in tutta autonomia. Flessibile al massimo, col suo bordo stondato in gomma riduce ogni rischio di irritazione per le gengive. È perfetto per allenare il tuo amico non solo al riporto ma anche al tuffo!



ALTRI CONSIGLI SU

www.bamagroup.com
www.enjoylifewithbamapet.com
- il blog dedicato alla cura dei pet
FB: bamapet

MILANO MOMS PER BAMA GROUP

MAMMA RESTIAMO QUI!

QUANDO LA VACANZA È UN SOGNO CHE SI AVVERA PER TUTTA LA FAMIGLIA





Panorami mozzafiato, arrampicate - escursioni – gite in mountain bike nelle regione delle Tre Cime, ore di relax nell'area wellness Dolomit Panorama Spa, cucina tradizionale, ricco programma di attività per bambini: al **Family Resort Rainer** a Sesto i sogni delle famiglie diventano realtà.

Che ne dite ad esempio di:

- un tuffo nel fieno
- trekking con gli alpaca
- scuola di roccia con la guida alpina Joe
- festa del pane al molino.

Tutto questo e molto altro vi aspetterà al Rainer, naturalmente osservando tutti i protocolli di sicurezza e igiene.





Il Family Resort Rainer a Sesto si trova in mezzo alle Dolomiti. Il bosco, il prato, la natura sono a portata di mano! Tante escursioni partono direttamente dalla struttura, quelle segnalate ma anche tanti sentieri e percorsi nascosti da fare seguendo i consigli dello staff.

FAMILY RESORT RAINER
Via S. Giuseppe 40
39030 Sesto/Moso (BZ) Alta Pusteria
Tel. 0474.710366
info@familyresort-rainer.com
www.familyresort-rainer.com

I SERVIZI PER UNA VACANZA SICURA

- **Assistenza bambini all'aperto e divisi in piccoli gruppi**
- **Tutte le misure igieniche richieste dalle normative**
- **Cancellazione delle prenotazioni entro 24 ore senza penali**



Appartamenti, suite familiari e camere in mezza pensione, in affitto ma anche con la sola prima colazione



INFORMAZIONE PUBBLIREDAZIONALE





scoprire insieme i chiostri



uno scatto al tramonto



percorsi tra chiesette e abbazie

GITE AL LAGO, CON GUIDE SPECIALI!

PERCORSI PER FAMIGLIE TRA CASTELLI E ANTICHI BORGHI

In una domenica di sole cosa c'è di meglio di una gita sul lago con tutta la famiglia? Family Guide propone **percorsi per famiglie alla scoperta di posti incantevoli, poco conosciuti, sulla sponda orientale del Lago di Como**, proprio *"Quel ramo del lago di Como che volge a mezzogiorno, tra due catene non interrotte di monti…"*, che ha conquistato il nobile animo del Manzoni, tanto da spingerlo ad ambientarvi *I Promessi Sposi* e a dedicargli una dettagliata descrizione proprio nell'incipit del romanzo.
Francesca e Daniela di Family Guide vi accompagneranno nei caratteristici paesini lariani, piccoli borghi con le loro frazioni, le viuzze, le chiesette, i castelli medievali, le abbazie, i lavatoi, le piazzette, che possono ancora oggi raccontare un antico passato che merita di essere riscoperto.
Potrete assaporare la quiete dei luoghi, la bellezza di paesaggi unici al mondo, gli incredibili scorci, che da sempre hanno ispirato artisti, scrittori, pittori e poeti. Francesca racconterà le antiche storie a misura di bambino e coinvolgerà i piccoli esploratori in viaggi senza tempo, in compagnia di personaggi storici o leggendari: dinosauri, regine, dame e cavalieri e perfino dispettosi fantasmi!
Durante il percorso saranno proposti workshop fotografici. **Daniela vi darà suggerimenti e consigli pratici per scattare bellissime foto ricordo** con la vostra macchina fotografica o con lo smartphone, curando l'inquadratura, la composizione degli elementi, la luce, il ritratto. Imparerete a guardare il mondo con occhi diversi!



ammirare piccoli borghi e paesini lariani

FAMILY GUIDE
Per tutti i dettagli consultate il sito
www.familyguide.it
e sui canali social per scoprire i tour primavera-estate 2021

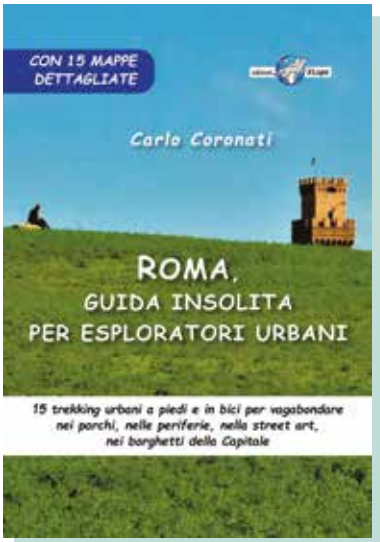
IG: @mammasullago
@daniela_bellotti_foto

FB: mammasullago -
danielabellottifoto

INFO
lagoblu@live.com
info@danielabellottifoto.it

Pronti via!

NOVITÀ PER CHI VIAGGIA (EVVIVA!)



Il trekking? Nella capitale!

SCOPRIAMOLO IN UN LIBRO

Roma si apre a molteplici chiavi di lettura se la si esplora con le proprie gambe o anche con le ruote di una bicicletta: un'apertura verso nuovi scenari anche per gli abitanti di una metropoli sulla quale, a livello di monumenti e opere d'arte, si è già detto tutto, ma che invece consente di andare alla scoperta, da vicinissimo, di percorsi e scenari, tra storia e ambiente, continuando a comunicare le sue bellezze e a stupire con i propri segreti. In questo contesto esce "Roma, Guida insolita per esploratori urbani", il nuovissimo libro di Carlo Coronati che propone una mappatura di 15 itinerari trekking alla ricerca dell'immersione per incanto, a partire dall'orientamento tracciato dalla bussola del proprio corpo.

Disponibile nelle librerie, nei negozi online e sul sito dell'editore www.edizioniillupo.it

Austria, la ripartenza è "servita"

LA NOSTRA "VICINA DI CASA", TUTTA DA SCOPRIRE

Il 19 maggio 2021 l'Austria ha riaperto al turismo. Per tornare a viaggiare in sicurezza, ecco una lista di 3 strutture austriache e una bellissima valle, tutte limitrofe e pronte a riaccogliere gli ospiti italiani per una vacanza rigenerante e "liberatoria".

KITZBÜHEL
BIO HOTEL STANGLWIRT ***

A poche ore dall'Italia si definisce "una fattoria con hotel di lusso annesso".

www.stanglwirt.at

SEEFELD IN TIROL
ASTORIA RESORT SEEFELD***S**

Non lontano dal nostro confine è il luogo perfetto per una vacanza chic immersi nella natura.

www.astoria-seefeld.com

VIENNA
HOTEL BEETHOWEN WIEN**

Nel cuore del centralissimo distretto di Mariahilf/Naschmarkt è pronto ad accogliere i turisti con le sue 47 camere differenti l'una dall'altra!

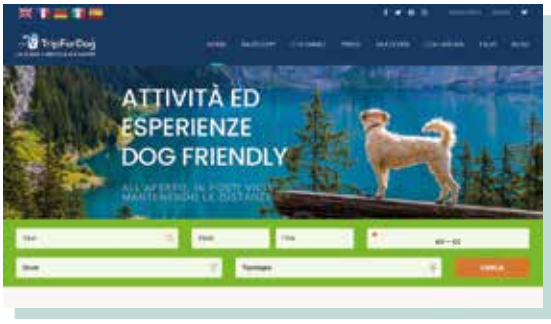
www.hotel-beethoven.at/it

ZILLERTAL
LA VALLATA DEI SOGNI

A soli 40 km da Innsbruck, la Zillertal è lo scenario perfetto per una vacanza all'insegna della natura. Definita la Family-Valley!

www.best-of-zillertal.at


www.stanglwirt.at



tripfordog.com

LA PRIMA AGENZIA VIAGGI ITALIANA PER CHI HA IL CANE!

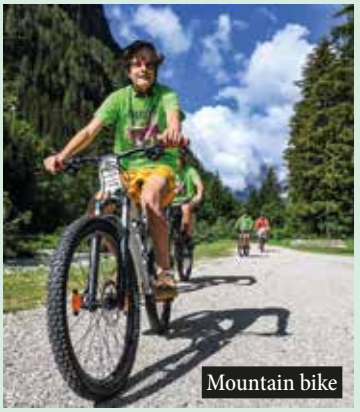
Vi entusiasma l'idea entrare al Colosseo o passeggiare per il Foro Romano, ma vi dispiace troppo lasciare il vostro amico cane da solo a casa o in albergo? Volete fare un tour di "branco" con altri cani? Essere accompagnati da una guida esperta ed un educatore cinofilo nella natura per fare trekking con il proprio amico a quattro zampe? TripForDog.com è l'ideale per chi ama viaggiare in compagnia del proprio cane e magari anche socializzare, creando nuovi legami di amicizia con uomini e donne che condividono la stessa passione, non solo per gli animali, ma anche per la natura, l'arte, la storia, il trekking, il buon cibo.

www.tripfordog.com

EXPERIENCE SUMMER CAMP

60 CAMPUS ESTIVI DAI 6 AI 21 ANNI!


Volley


Mountain bike


Giochi in acqua


Frisbee


Basket


Corsa a ostacoli


Parco Divertimento

Un'esperienza di vacanza unica, dal 1985, per giovani dai 6 ai 21 anni: parliamo dei **Summer Camp** offerti dal Tour Operator specializzato in vacanze per giovani ***Sport & Holidays***. Le vacanze nascono spesso grazie a collaborazioni con le più importanti realtà sportive e squadre di Serie A, (per il 2021 sono previsti i Camp con la Fiorentina, l'UYBA, il Leeds United, l'AN Brescia per citarne alcuni). **I camp propongono** tanti **sport** diversi (anche con campioni olimpici), ma ci sono anche quelli dedicati alle **Lingue Straniere** (Inglese o Tedesco), oppure ancora alle più svariate passioni: dalla **musica** alla **danza**, dall'avventura alla magia e moltissimo altro ancora!

LE PROPOSTE

I Summer Camp si svolgono in splendide località e propongono quattro tipologie di campus estivo, ciascuna si declina a sua volta in:

- Camp Multisport
- Camp Tecnici/di Alta Qualificazione
- Camp Tematici
- Vacanze Studio all'Estero

(in collaborazione con EF Education First)

Entrando nel dettaglio, ad esempio, sarà possibile scegliere tra il **Summer Camp di Equitazione**, o quello di **Calcio**, il **Volley Summer Camp** (in collaborazione con la squadra di Serie A femminile UYBA Busto Arsizio), piuttosto che l'**English Summer Camp** con insegnanti anche madrelingua e tanto sport. Per i più "creativi" c'è lo **Stage Estivo di Danza**, il **Summer Camp di Musica** oppure ancora il **Campus Estivo di Recitazione e Teatro**. Ma la proposta non finisce qui: è possibile scegliere tra oltre 60 proposte diverse!

DOVE SI SVOLGONO?

- In montagna: Canazei/Campitello di Fassa (Trentino – Patrimonio Unesco), Predazzo (Val di Fiemme – Trentino), Lavarone (Alpe Cimbra – Trentino).
- Al mare: Lignano Sabbiadoro (Friuli-Venezia Giulia), Principina di Grosseto (Toscana), Fondi/Sperlonga (Lazio) e non solo.

Come nel 2020, anche quest'anno i camp si svolgono in sicurezza grazie all'osservazione di specifici protocolli sanitari

INFO, CONTATTI E ISCRIZIONI
Tutti i dettagli sul sito
www.experiencecamp.it
Tel. 0331.333724
info@xpcamp.it

TI REGALO UN LIBRO

LIBRI DA LEGGERE, LIBRI DA REGALARE!

A cura di Valentina Valente

Questa rubrica è presente anche online tutti i venerdì su @MILANOMOMS!







Ironia femminile

Un taglio decisamente ironico per questo libro, scritto da Daniela delle Foglie, nota autrice e sceneggiatrice di programmi televisivi ma anche stand up comedian.
La protagonista del libro? Una donna contemporanea, sopra la trentina, che, alla ricerca dell'amore e/o dell'uomo perfetto per lei, si iscrive a Tinder e...immaginate un po' cosa succede, tra incontri imbarazzanti, deludenti, speranzosi e anche sentimentali.
Non vi svelo null'altro, leggetelo, vi strapperà qualche risata ma non è una lettura priva di messaggi, positivi e molto femminili.

L'AMORE VA NELL'UMIDO?
Daniela delle foglie
Mondadori

VIDEO RECENIONE SU IGTV
@MILANOMOMS

Emozioni

Un romanzo davvero emozionante, quello con cui Laetitia Colombani, sceneggiatrice e regista francese, ha esordito, riscuotendo un grande consenso internazionale. Il titolo è emblematico: i tre fili che compongono una treccia altro non sono se non le vite di tre donne, molto diverse tra loro, che non si incontreranno mai, ma i cui destini sono legati dal coraggio e dalla volontà di cambiare la loro vita. In realtà... scoprirete alla fine che c'è un altro elemento che lega queste tre donne, e vi emozionerete. Da leggere!

LA TRECCIA
Laetitia Colombani
Tea Libri

VIDEO RECENIONE SU IGTV
@MILANOMOMS

Seconde possibilità

Dalla meravigliosa penna di Anna Premoli un romanzo che celebra le seconde possibilità. Gli ingredienti: 2 ex coniugi, una splendida Milano come scenografia, un cagnolino un po' pestifero, e la pandemia. Cosa succederà tra questa coppia di ex coniugi, che si ritrovano, in pieno lockdown, a intrattenere lunghe video chiamate casalinghe?
Tutto da scoprire, e come sempre, in un crescendo di colpi di scena!

TUTTO A POSTO TRANNE L'AMORE
Anna Premoli
Newton Compton Editori

VIDEO RECENIONE SU IGTV
@MILANOMOMS

FAVORISCE L'EQUILIBRIO DELLA FLORA INTESTINALE

DA 0 MESI



Synteract™ BIMBI

Un integratore alimentare per bambini a base di fermenti lattici vivi

Synteract™ BIMBI è un integratore alimentare a base di fermenti lattici vivi: ***Bifidobacterium breve* M-16V, *Bifidobacterium lactis* HN019, *Lactobacillus rhamnosus* HN001**, che favoriscono il normale equilibrio della flora intestinale.

La nostra tecnologia Synteract™ fornisce un effetto benefico ai bambini, in particolare da 0 a 6 mesi, massimizzando l'azione probiotica quando si assumono con il latte o il cibo.

Da assumere preferibilmente durante i pasti.

CLUB OFMOM
Iscriviti al Club OFMOM e riceverai gratuitamente il nostro kit di benvenuto per la tua famiglia!

SENZA GLUTINE

SENZA LATTOSIO





IMAC S.P.A. - ASSISTENZA CLIENTI: 075 50 28 466 - WWW.PRIMIGI.IT





PRIMIGI®

UN'AVVENTURA STRAORDINARIA

DEDICATO
ALLE MAMME
10 MOTIVI
PER SCEGLIERE
PRIMIGI



Punta arrotondata e vestibilità comoda | Facile da calzare | Ammortizzatore posteriore | Sottopiede superleggero | Suola flessibile



Sottopiede estraibile | Leggerissime | Soffice benessere | Parti in metallo non contenenti nichel | Fodera esente da cromo