N. 44
GIUGNO - LUGLIO 2023
FREE PRESS

milano MOMS

IDEE, STILI E TENDENZE PER LE MAMME A MILANO



NEOGENITORI
Tutti i must have per i bebè

VACANZE
Family hotel al mare e in montagna, trekking, gite

IN CITTÀ
Due mostre da non perdere e il tour in trenino

PASTICCERIE E BAKERY
Colazioni da provare

Estate a colori!

MODA

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

ALTO ADIGE

TOP OFFERTA

Estate intensa

all'Hotel Schneeberg - Family Spa Resort di 4 stelle

4 giorni da 409€* p.pers.

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

NUOVO: 2000 m² area benessere „Adults Only" con laghetto, piscina coperta da 25 m e saune

*prenotabile dal: 29/06 - 03/08/23 | 27/08 - 10/09/23 da €409-.
3 giorni (gi-do) o 4 giorni (do-gi)





Schneeberg
FAMILY SPA RESORT

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



valentina valente

laura della badia

FOTO DI LE KELLY PHOTOGRAPHY

L'ESTATE È ORA!

Care mamme, è arrivata l'estate con tutte le sue contraddizioni: i weekend fuori città che sanno già di vacanza, gli aperitivi all'aperto, le feste nei parchi ma anche… la scuola che finisce, le giornate dei bambini da organizzare, i campi estivi in partenza.
È vero, è l'estate di noi genitori, che non smettiamo mai di pianificare e incastrare mille impegni e che anche sotto l'ombrellone non riusciamo a prenderci una pausa, per rincorrere i più piccoli o spalmarli di crema solare o ancora, fare castelli di sabbia con loro. Ma diciamolo, la partenza ci permette comunque di staccare, di allontanarci almeno fisicamente dalla città e dai pensieri che la accompagnano. Finalmente in vacanza… dobbiamo occuparci "solo" dei nostri figli… e di noi! Il tempo da dedicare alla famiglia, in questo periodo dell'anno, riesce sempre ad avere risvolti positivi, dovunque noi siamo, complici le giornate soleggiate, i cieli stellati e i panorami naturali di cui possiamo godere!
In questo numero abbiamo voluto presentarvi tanti spunti interessanti: leggete l'articolo della pedagosita a pag.10 con i consigli per i giochi da fare insieme; in città, concedetevi una colazione speciale (non perdetevi la nuova rubrica a pag.16), oppure visitate una mostra che lascerà grandi e piccoli a bocca aperta (pag.14) e poi lo sapete che esiste il Trenino di Milano? Vivete la nostra città da turisti, non si finisce mi di scoprire cose nuove!
Per le partenze invece siamo sempre più ricche di consigli: trekking in Lombardia, gite in Liguria, relax nel parco termale più grande d'Italia, in Valpolicella, e ancora family hotel in Alto Adige.
Viviamo ora la nostra estate, godiamoci il tempo della vacanza!

BUONA LETTURA

Vi aspettiamo anche sui social.
Iscrivetevi alla nostra newsletter su
www.milanomoms.it

MOMS SOMMARIO


25. shopping per il bebè


32. Moda


36. Design


48. Amici a quattro zampe

NEWS
6 Curiosando…

STORIE
8 Maria Noemi Regalia. Genitorialità tra occidente e oriente

FOCUS
10 Il gioco è una cosa seria, anche d'estate!

L'ESPERTA
12 Antonia Perra. Sostegno alla genitorialità

INSIDE THE CITY
14 Segnare in Agenda!

16 Colazione Milanese

18 La collezione Flik Flak, nello store di Corso Vercelli

19 Tour in trenino

20 Shopping da Sailor Junior

21 Svezzamento equilibrato. I consigli dall'Humanitas

LA PEDIATRA AL TUO FIANCO
22 Mamma, ho mal di pancia!

NEW BORN
24 La rielaborazione del parto

25 È nato. Cosa non può mancare a genitori e bebè

26 In viaggio con il passeggino. Coya di Cybex

28 Quantum Bebè. La consulenza per le neomamme

28 Fatti a mano per i piccolissimi

29 Ready for boarding? Quid^2 di Inglesina

30 Sicurezza, comfort, design. Le novità Nuna

MODA
32 Estate a colori!

ATELIER
34 Atelier del verde

DESIGN
36 Giochi e accessori. Belli e funzionali

OUTSIDE
40 Hotel Medusa, nel cuore di Finale Ligure

41 Luoghi avventurosi in Liguria

42 Al Sacro Monte di Varese, viaggio in famiglia

43 Domeniche in Alpeggio, all'Oasi Zegna

44 Aquardens, le terme di Verona

45 Scopriamo la Valpolicella

46 Trekking in Piemonte, gli orridi di Uriezzo

47 In Alto Adige, l'Hotel Fameli provato da noi

48 In vacanza, giochi per gli amici a quattro zampe

49 In montagna, al Family Resort Rainer

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



Foto di copertina:
thanks to Superga Kids
www.supergakidswear.it

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
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)

Servizio abbonamento
Staff Srl – 20090 Buccinasco (MI)
Tel. 02.87250792
Dal Lunedì al Venerdì:
9.30/12.30 – 14.30/17.30
abbonati@staffonline.biz

Hanno collaborato
Elena Calcinai
Serena Catania
Maruska D'Agostino
Alessandra Fusè
Antonia Perra
Francesca Zardin

ZOE

sail experience



Vele nuove



Interni comodi
e confortevoli



Grand Soleil 46
Progetto:
Botin & Carkeek





Gaia, co-skipper

VIENI CON NOI, SALI A BORDO SU ZOE
per un viaggio emozionante in barca a vela!
Navigheremo in Sardegna e Sicilia, Isole Egadi.
Prenotati per un giorno, una settimana o più,
per vivere una stupenda esperienza,
in completo relax e immersi nella natura.

3 cabine (matrimoniali), 2 bagni
Vele nuove: Fiocco, Randa, Gennaker, Code0 - Tender, canoa a due posti, SUP, tutto per lo snorkeling e la pesca.

Per info e prenotazioni: *zoe3.sailing@gmail.com*
Seguici su Instagram e Facebook: @zoe.sailing







Roberto, esperto
e simpatico
armatore, skipper
e istruttore velico,
vi farà appassionare
alla vela!

Curiosando…

TENDENZE, NOVITÀ, BELLE IDEE!



AL MARE

IN SPIAGGIA. IL PONCHO DI COTONE

Nella bellissima fantasia a righe, questo **poncho 100% cotone** sarà un alleato perfetto dopo il bagno e nelle giornate meno calde in spiaggia. Super leggero, ad asciugatura rapida. Kid's Hooded Beach Poncho, di Ebbflowcornwall.

www.ebbflowcornwall.co.uk

LO SPUNTINO. AL FRESCO, NEL SACCHETTO

Molto più rispettosi del pianeta rispetto ai **sacchetti** di plastica, questi **in tessuto** sono carini e perfetti per la merenda o lo spuntino da portare in borsa. Puoi inoltre usarli anche per congelare o conservare il cibo in casa. Facili da lavare, anche in lavatrice. Di ever&again.

www.everandagain.com



PLASTIC FREE

PER LA PELLE DEI BAMBINI. FORMULAZIONI BIO

Per **proteggere, lenire e detergere la pelle** dei bambini, Duo di Ambaduè (brand di cosmesi biologica) è a base di olio di avocado, mirra, olio di chia e oli fermentati. Un prodotto formulato dalla dottoressa Maria Paola Merlo per le esigenze specifiche dei piccoli.

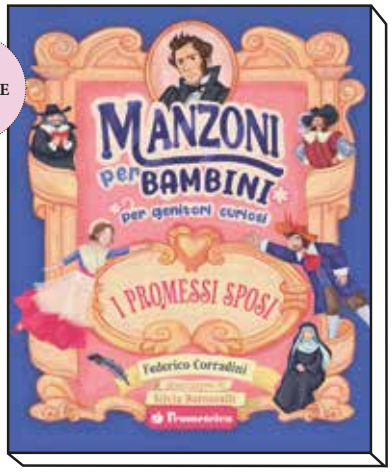
www.ambadue.com



DALLA NATURA

LETTURE

Provato da noi!



MANZONI? ANCHE PER I BAMBINI!

Leggere Manzoni non è mai stato così "pop". A 150 anni dalla morte di uno degli autori simbolo della letteratura italiana, Prometeica – casa editrice indipendente specializzata in libri per l'infanzia – propone una rilettura de I promessi sposi. Il libro contiene venticinque storie che rievocano le vicende, i personaggi e i luoghi più conosciuti dell'opera del Manzoni. Al termine di ogni racconto, c'è un disegno da colorare, per liberare la fantasia!

Manzoni per bambini (e per genitori curiosi). I promessi sposi, Prometeica, 2023.

www.prometeica.eu

MODA KIDS



CHIC E COLORATA. LA BORSA PER L'ESTATE

Questa meravigliosa **borsa di paglia** White Daisy è l'accessorio perfetto per chi ama un tocco floreale. La borsa è realizzata in seagrass, con una fodera in policotone, e ha un elegante e divertente pompon in rafia gialla al centro della margherita. Di Meri Meri.

Su www.itzihub.com
e nel negozio in Via Rasori, 4



ESTATE IN CITTÀ

TIKI BAY. NOVITÀ AD ACQUAWORLD

Un'**area di 10mila mq con una ricca vegetazione** e uno scenario da isola tropicale, ecco la **novità di Acquaworld** per questa estate. Tiki Bay sarà composta da un nuovo playground acquatico con acqua a 20 cm per le famiglie con bambini 0-12 anni; la "Maki Maki Tower", da cui si potrà vivere tutta l'emozione della discesa da ben 6 nuovi scivoli tutti immersi nella giungla tropicale e altre aree con mini scivoli adatti a bambini (dagli 80 cm), accompagnati. A fare da cornice, una grande spiaggia da 1.500 mq di sabbia bianca, ombrelloni in paglia, comodi lettini e grandi palme.

Via Giorgio La Pira, Concorezzo (MB)
www.acquaworld.it

RACCONTARE LA MATERNITÀ. SENZA PREGIUDIZI

30 interviste a madri tra loro molto diverse, per età, professione, estrazione sociale. Scritto dall'imprenditrice Roberta Colombo Gualandri e dalla giornalista Silvia Icardi, questo **libro**, il cui intero ricavato andrà al progetto della Fondazione Francesca Rava "Umanizzazione del luogo della nascita" presso la Clinica Mangiagalli, si pone l'obiettivo di liberare la maternità da stereotipi. Le sfumature invece sono tante, rendendo unica ogni singola storia. Proprio questa libertà esperienziale dovrebbe liberare le donne dal giudizio.

Il libro è in vendita su Amazon e nelle librerie Feltrinelli.

STORIE



LE BALLERINE? A UNCINETTO

Coloratissime, raffinate e fatte a mano: le **ballerine** Kashura regaleranno un tocco di originalità ai tuoi look estivi.

Le trovi sul sito www.itzihub.com
e nel negozio in Via Rasori, 4



PER IL TUO LOOK

Maria Noemi Regalia

GRAWIDANZA: GENITORIALITÀ TRA ORIENTE E OCCIDENTE

www.grawidanza.com

di Valentina Valente

Il progetto *"Grawidanza"* nasce per condividere l'avventura della dolce attesa, maternità e genitorialità. Fondato da Maria Noemi Regalia, racchiude in sé molte iniziative educative e creative, unendo in modo originale e unico valori provenienti dalla cultura occidentale e da quella orientale. Abbiamo incontrato la fondatrice, che conosciamo con il suo nome Dharma, Shì-Héng-Dìng, per conoscere più a fondo tutte le opportunità e i servizi di "Grawidanza"!

Raccontaci qualcosa di te e del tuo percorso di vita e professionale.

Sono stata danzatrice – attrice di Teatro Danza. Sono Maestra Shaolin 35°generazione. Sono stata raw veg chef di Shaolin State of Harmony. Sono Facilitatrice avanzata di PSICH-K®.

Ho creato Grawidanza per condividere la Vita che mi ha cambiato la vita.

Quasi alla soglia di 50 anni, se guardo a quello che ho fatto, mi sembra di avere vissuto più vite in una. A volte quando mi chiedono: "come ti chiami?" rispondo: quale dei miei 3 nomi ti interessa?

In sintesi: sono Maria Noemi, Shi Heng Ding, Radha Priya.

Cosa ha influito maggiormente sull'idea di "Grawidanza"?

Quando sono rimasta incinta a 42 anni, nel 2017, durante una meditazione al 5°mese di gravidanza vicino al torrente in montagna, ho avuto l'idea del nome Grawidanza, parola nata dallo scambio di lettera W al posto della V. **GraWidanza** è dunque un progetto che nasce spontaneamente per condividere il meraviglioso cammino della gestazione, maternità e genitorialità che contiene già in sè: RAW (alimentazione crudista vegan) e DANZA (movimento vitale del corpo e dell'anima) una **guida** che offre strumenti concreti per diventare responsabili (abili nel dare una risposta, ossia trovare una soluzione) della propria salute e del proprio benessere prima, durante e dopo la gravidanza, un **viaggio** poetico e pratico per la donna in dolce attesa e la mamma in armonia con madre natura, un **diario** aperto sul miracolo dell'esistenza, alla ricerca del Bello e del Buono della Vita da coltivare e trasmettere ai propri figli.

PERCORSI ONLINE DI MEDITAZIONE PER LA DONNA IN ATTESA E IL FUTURO PAPÀ

Perché parli di "genitorialità consapevole tra Occidente e Oriente"?

Insieme al mio meraviglioso marito, Shifu ShiHengChan desidero condividere la mia esperienza di mamma vegana, le pratiche di ben-essere orientali shaolin e yoga per la donna in dolce attesa ed il futuro papà, la cultura del teatro e della danza, le pedagogie e l'educazione positiva di stampo occidentale più efficaci ed utili per un dialogo tra mondi spesso culturalmente molto distanti tra loro.

I principali servizi che si raggruppano sotto il cappello di "Grawidanza"?

Sono una creativa, a volte devo proprio contenermi! I principali servizi che propongo attualmente sono:

- GRAWIDANZA ENERGETICA: percorsi online di Meditazione Chan, Shaolin Qi-gong, Yoga e Taijiquan per la donna in dolce attesa e il futuro papà con in regalo la Sezione gratuita gravidanza amica su gravidanza, maternità, prima infanzia e genitorialità.
- GRAWIDANZA ATELIER: gli Atelier sono i luoghi dove dare libero spazio alla creatività, secondo Metodo Montessori, Reggio Emilia Approach, Teoria delle Intelligenze Multiple: le Guide pratiche "Atelier di Kristel Sundari" accompagnano a scopri-

Parteciperò con i miei atelier alla seconda edizione del Festival della consapevolezza al Teatro Verdi di Padova, il 23 e 24 settembre, con una nuova iniziativa dedicata ai bambini dai 3 agli 8 anni: «Consapevolandia».
www.festivaldellacosapevolezza.com



MARIA NOEMI REGALIA
racconta il progetto
Grawidanza
IG: @grawidanza



il libro



re come realizzare 30 Atelier diversi in autonomia a casa propria per i propri figli.

• EDU-CREATIVE CHANNEL: un canale IGTV su IG @grawidanza per condividere contenuti educativi-creativi con LIVE quotidiane da lunedì a venerdì per 10 mesi l'anno, in collaborazione con educatori, psicologhe, logopediste, coach e scuole dell'infanzia.

• #forestaeducante: la comunità di educatori e di professionisti della relazione d'aiuto, libera e positiva, che usa i social in modo consapevole ed etico, a sostegno delle famiglie e per una educazione a lungo termine.

• #origamivolodifarfalla: donne e Mamme Coraggio, dal 2020 rubrica che ogni anno presenta 12 donne, che possano essere di ispirazione.

In pratica: GRAWIDANZA è il mio Brand, una sorta di fiore di loto i cui petali che si dischiudono rappresentano i vari sottoprogetti di questo mio percorso educativo-creativo nato nel mio cuore nel momento stesso in cui sono rimasta incinta.

Hai dato vita anche ad una collezione di abiti per bambini.

Da tempo desideravo realizzare qualcosa di speciale, dedicato a mia figlia nel rispetto e sostegno dell'ambiente. E così, grazie alla collaborazione con artigiane e stiliste (Marcella Di Gaetano di Unsigned Children Wearing e Susanna Vismara di Le Tintine) a partire dai 3 anni di mia figlia ho ideato e realizzato **Grawidanza Capsule**, la prima mini collezione 2-6 100% Made in Italy e con tessuti rigorosamente bio, ispirata al Metodo Montessori (perchè un passo fondamentale nell'autonomia del bambino è rappresentato dall'imparare a vestirsi da solo). Si tratta di capi che garantiscono il massimo della traspirabilità e della libertà di movimento grazie a 100% tintura con coloranti naturali, 0% sostanze chimiche, 100% cotone GOTS, seta e organza bio, 100% sicurezza e salute per la pelle.

GLI ATELIER SONO GUIDE PRATICHE PER DARE LIBERO SPAZIO ALLA CREATIVITÀ

Milano MOMS ospita su tutti i numeri i tuoi atelier. Adesso sono anche in un libro!

È un progetto work-in-progress che segue la crescita di mia figlia Kristel Sundari con indicazioni e proposte dai 6-12 mesi fino ai 6 anni. Il libro "Atelier di Kristel Sundari" edito da Albatros Editore, presenta i primi 10 Atelier ispirati al Metodo Montessori, Reggio Emilia Approach e Teoria delle Intelligenze Multiple e si rivolge alla fascia 0-6 anni.

È un libro interattivo che dalle pagine cartacee, ricche di immagini e proposte, rimanda a pagine online in continuo aggiornamento che permettono di accedere a contenuti extra inediti e servizi per la famiglia a cura di educatori e Scuole dell'Infanzia, e offre l'opportunità di esplorare la propria creatività e quella dei propri bambini, senza limiti, a casa.

Tra poco inizierò con le presentazioni in TV e radio: chi ha piacere di organizzare una presentazione insieme a me presso la propria Scuola o Associazione o Libreria, mi può scrivere a atelier@grawidanza.com e sarò lieta di rispondere e confrontarci insieme.

INFO
www.grawidanza.com

IL GIOCO È UNA COSA SERIA… ANCHE D'ESTATE!

Proposte divertenti ed educative, per giochi da condividere con i nostri bambini



MARUSKA D'AGOSTINO
Mamma, docente di Scuola Primaria e dell'Infanzia, pedagogista presso Nisaba - Studio pedagogico, Via Ettore Brambilla 18, Cantù (CO)

maruska.dagostino@gmail.com
IG: @maruskadagostino

di Maruska D'Agostino, pedagogista

L'estate è il tempo del riposo e dello svago, delle lunghe giornate di sole e del lento trascorrere del tempo. Un momento atteso da noi e dai nostri figli ma che porta con sé, a volte, anche la noia. Questa, in ambito evolutivo, costituisce un vuoto che chiede di essere colmato. Come genitori a volte siamo tentati dalla soluzione più immediata: ricorrere all'uso della televisione e di strumenti tecnologici che catturano l'attenzione dei bambini, totalmente presi dallo scorrere delle immagini, senza alcun coinvolgimento davvero efficace e significativo per l'apprendimento.
Non è questo il modo corretto per combattere la noia: i bimbi dovrebbero potersi dedicare al gioco liberamente, da soli o con i membri della famiglia, trovando stimoli e possibilità di crescita.

L'importanza del gioco

"Giocare è una cosa seria"… diceva l'artista e designer italiano Bruno Munari. Attraverso il gioco, i bambini scoprono il mondo, entrano in relazione con loro stessi e acquisiscono inoltre nuove abilità attraverso le quali diventare membri attivi all'interno della realtà quotidiana. Quali giochi si possono fare durante l'estate per incentivare maggiormente l'acquisizione delle principali competenze da parte dei nostri figli?
Ecco qui di seguito una serie di consigli ed attività (per grandi e piccini) a misura di genitori per poter affrontare la nostra lunga estate italiana!

GIOCHI MOTORI E DI EQUILIBRIO

L'attività motoria è fondamentale per la crescita di ogni bambino e i giochi di movimento sono molto importanti per canalizzare le loro energie, aiutandoli a migliorare le condizioni di salute psico-fisica.

› Twister

Il primo che voglio proporvi è il famoso Twister, lanciato sul mercato negli anni Sessanta, e basato sull'abilità, l'equilibrio e la destrezza di ogni giocatore: lo scopo è rimanere in equilibrio ed evitare di farsi eliminare dopo una caduta o dopo aver toccato con gomito o ginocchio il tappeto.

› Due mani, due palline

Questo gioco permette di sviluppare la consapevolezza dei due emilati, lato destro e lato sinistro del corpo. Adatto a bambini e adulti, può essere svolto sia individualmente sia in un gruppo che si può cimentare nell'impresa a turni. Date al bambino due palline di colori diversi, una per mano, nominate il colore e invitatelo a fare canestro in un cesto (o in una bacinella), davanti a lui. L'obiettivo non è tanto centrare il cesto bensì affinare la percezione del lato destro e sinistro del corpo.

› Bowling da spiaggia e tiro alla lattina

Un'altra idea interessante è quella di improvvisare una pista da bowling (in spiaggia o in casa) oppure un tavolo con delle bottiglie di plastica vuote o lattine e delle palline da tennis. Colpitene il più

> Aiutiamoli a sviluppare tutti i sensi, aiutiamoli a diventare più sensibili. Un bambino creativo è un bambino felice!
> *Bruno Munari*

possibile! Amata da adulti e ragazzi, questa attività stimola la concentrazione e la coordinazione dei movimenti e garantisce tanto divertimento!

GIOCHI PER LA MOTRICITÀ FINE

I giochi che rientrano in questa categoria hanno come obiettivo quello di sviluppare l'utilizzo della mano come strumento e la coordinazione oculo-manuale come abilità necessaria allo svolgimento di molte attività quotidiane, da quelle manipolative e creative a quelle legate alla grafia e alla scrittura.

❯ L'arte dell'origami

Gli origami sono una vera e propria arte; la stessa Maria Montessori sosteneva che «le mani sono gli strumenti propri dell'intelligenza dell'uomo». Per questo, attraverso la creazione di origami, i bambini e gli adulti hanno la possibilità di implementare le loro abilità creative e cognitive, realizzando autonomamente diverse forme. Il fulcro di questa splendida tecnica orientale è senza dubbio la carta, che deve essere piuttosto sottile e preferibilmente di forma quadrata, in modo tale da agevolare la creazione delle pieghe. La cosa importante è non porre limiti alla fantasia e sbizzarrirsi con la creatività.

❯ Dipingere i sassi

Dipingere i sassi raccolti in spiaggia o in giardino può essere davvero un'attività molto creativa, che stimola le capacità artistiche ed è un modo per placare lo stress, ritrovare la calma e ristabilire l'armonia… un'occasione di benessere per grandi e piccini!

GIOCHI CHE SVILUPPANO L'INTELLIGENZA EMOTIVA

È una forma di intelligenza che può e deve essere sviluppata fin dall'infanzia, perché permette di crescere bambine e bambini emotivamente competenti, con una maggiore autostima e – in linea di massima – un più elevato livello di serenità e resilienza dinanzi alle difficoltà.

❯ Mimo delle emozioni

Gioco famosissimo in cui i partecipanti dovranno rappresentare e riconoscere delle emozioni; l'obiettivo è insegnare a riconoscere le emozioni delle altre persone imparando a decodificare il linguaggio del corpo, le espressioni del viso e i gesti che si accompagnano ai diversi stati emotivi.

❯ Calming jar - il barattolo della calma

Insieme ai vostri bambini potrete realizzare il barattolo della calma, un barattolo di vetro, fatto con acqua colorata e brillantini luccicanti; uno strumento utile per ritrovare la calma e riportarli in una situazione di equilibrio interiore dopo un pianto, un litigio, un momento difficile. Basta agitarlo ed aspettare che i glitter si sedimentino: una volta ritrovata la calma, il bambino sarà pronto a spiegarvi meglio il vero motivo della sua tristezza o della sua rabbia.

GIOCHI CHE STIMOLANO LA COMPETENZA LINGUISTICA

Queste attività prevedono l'uso di parole e frasi, stimolando l'esposizione orale delle idee; possono aiutare a migliorare il linguaggio in modo efficace, a stimolare la rapidità di pensiero e l'abilità comunicativa. Tra questi giochi possiamo annoverare i famosissimi *IndovinaChi*, *Paroliere*, *Scarabeo* e *Pictionary* dove l'idea centrale del gioco consiste nel tentativo di indovinare una parola o frase segreta che un giocatore deve suggerire ai propri compagni di squadra disegnando su un foglio di carta.

GIOCHI CHE STIMOLANO LA COMPETENZA LOGICO-MATEMATICA

I bambini si lasciano coinvolgere in ragionamenti di tipo logico-matematico in modo naturale sin da quando sono piccoli; la competenza matematica è la capacità di sviluppare e applicare il pensiero per risolvere una serie di problemi in situazioni quotidiane. I giochi logico-matematici, come il classico gioco della campana, il sudoku, tris, cubo di Rubik, le carte, gli indovinelli matematici sotto forma di foglietti da pescare, sono utili per sviluppare e mantenere delle buone capacità di ragionamento logico, poiché inducono a formulare e ad applicare un insieme di regole a situazioni sempre nuove e diverse.

E allora, care mamme, non vi resta che mettervi all'opera! Sarà un'estate ricca di divertimento e allegria!



PH. TATIANA SYRIKOVA

SOSTEGNO ALLA GENITORIALITÀ

ECCO COSA C'È DI NUOVO



ANTONIA PERRA
IMPIEGATA AL PATRONATO. ESPERTA IN BUROCRAZIA, BONUS, AGEVOLAZIONI SU IG @mammainformamamma

Negli ultimi mesi sono entrate in vigore e/o sono state attuate politiche che hanno avuto un ruolo importante per molte famiglie e genitori.
La prima data è stata il 13 agosto 2022, quando è entrato in vigore il Decreto Legislativo n. 105/2022 per migliorare la conciliazione tra attività lavorativa e vita privata per i genitori.
La seconda data importante si ha con l'attuazione della Legge di Bilancio 2023 a partire dal 1 gennaio, andando ad aumentare gli indennizzi in ambito di congedi e assegni familiari.

Nello specifico tali novità hanno agito su più fronti:
- il congedo di paternità obbligatorio,
- i congedi parentali,
- riconoscimento congedi parentali anche per i lavoratori autonomi,
- maggiorazioni su Assegno Unico Universale.

Analizziamo tutte le novità!

CONGEDO DI PATERNITÀ OBBLIGATORIO

È stato esteso il congedo di paternità obbligatorio a 10 giorni lavorativi, retribuiti al 100%, che possono essere utilizzati a partire dai due mesi precedenti alla data presunta del parto ed entro i cinque successivi. In caso di parto gemellare i giorni di paternità sono raddoppiati. Il congedo si applica anche al padre adottivo o affidatario.

CONGEDO PARENTALE (MATERNITÀ FACOLTATIVA)

Sono stati aumentati i mesi di congedo parentale **indennizzabili**, cioè pagati al 30%, tra i due genitori passando dai 6 previsti dalla precedente normativa a 9 mesi. Nello specifico la normativa afferma che, spettano:
- alla mamma: 3 mesi di congedo parentale indennizzato al 30% (non trasferibile all'altro genitore);
- al papà: 3 mesi di congedo parentale indennizzato al 30% (non trasferibile all'altro genitore);
- ulteriori 3 mesi indennizzati al 30% da poter dividere tra la mamma e il papà.

È stata inoltre aumentata la possibilità di utilizzare tale congedo indennizzabile fino ai 12 anni di vita del proprio bambino e non più fino ai 6 o 8 anni precedentemente previsto. Uno dei 9 mesi viene indennizzato all'80% e non al 30%, alle mamme e ai papà che hanno terminato il congedo di maternità obbligatorio (i 5 mesi di astensione dal lavoro) dopo il 31.12.2022, solo ai lavoratori dipendenti privati.

LAVORATRICI AUTONOME

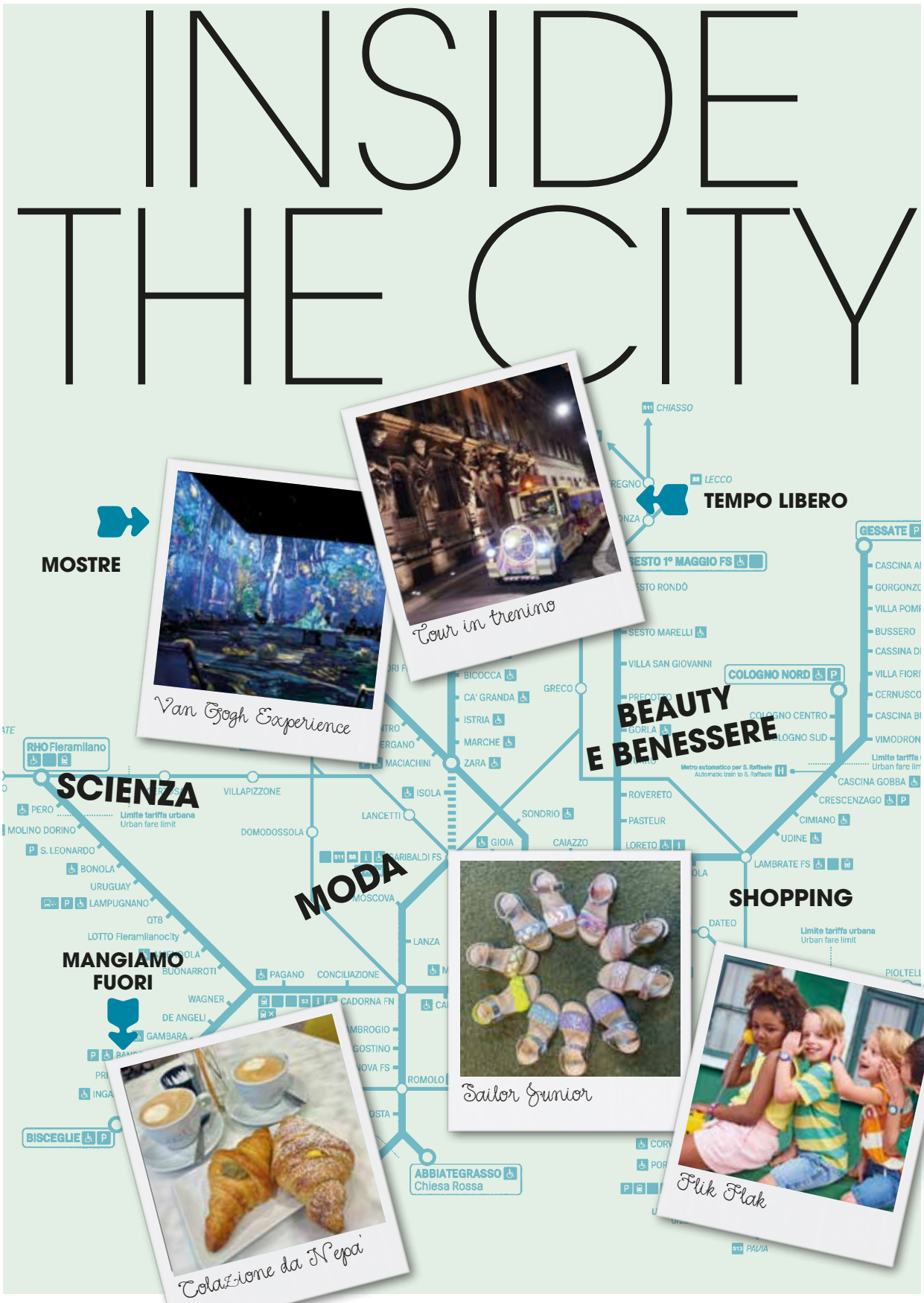
Per i genitori lavoratori autonomi è prevista la possibilità di richiedere il congedo parentale per un massimo di 3 mesi per ogni genitore. A differenza però dei lavoratori dipendenti, i lavoratori autonomi possono richiedere il congedo parentale entro l'anno di età del bambino o dall'ingresso in famiglia in caso di adozione o affidamento.
Per poter richiedere però il congedo parentale bisogna che le lavoratrici autonome e i lavoratori autonomi abbiano fatto versamenti dei contributi fino al mese precedente l'inizio del congedo, e ci deve essere un'astensione effettiva dall'attività lavorativa.
L'indennità corrisposta è pari al 30% della retribuzione convenzionale giornaliera stabilita attualmente dalla legge a seconda della categoria di appartenenza.

ASSEGNO UNICO

Con la Legge di Bilancio 2023 ci sono state delle novità anche in tema di Assegno Unico.
Le due grandi novità che sono state introdotte sono:
- **maggiorazione del 50%** dell'importo dell'Assegno Unico per ciascun figlio di età inferiore ad un anno (non si tiene conto di una soglia Isee per tale maggiorazione). Inoltre spetta questa maggiorazione anche nel caso di nuclei familiari con tre o più figli e spetta per ciascun figlio di età compresa tra uno o tre anni, per livelli di ISEE fino a 40mila euro.
- **Sono stare rese strutturali** alcune maggiorazioni già previste durante il 2022, nello specifico si tratta delle maggiorazioni previste per ciascun figlio minorenne con disabilità e anche maggiorenne fino al compimento del ventunesimo anno di età, sulla base delle condizioni di disabilità come definita ai fini Isee, con questi importi mensili definiti:
  - 105 euro in caso di non autosufficienza;
  - 95 euro in caso di disabilità grave;
  - 85 euro in caso di disabilità media.

Siamo ancora lontani da riforme che aiutino in maniera concreta genitori e famiglie, ma è comunque un buon inizio per sperare di avere sempre più aiuti per le famiglie.

INSIDE THE CITY



SEGNARE IN AGENDA!



Lampo Milano - Scalo Farini

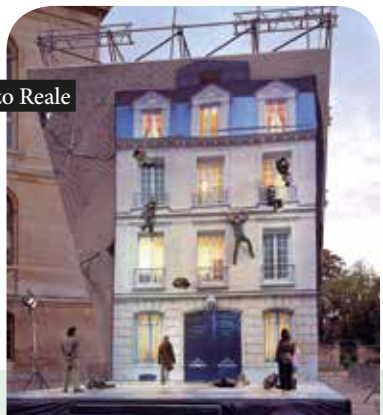


VAN GOGH: THE IMMERSIVE EXPERIENCE
Lampo Milano - Scalo Farini
FINO A DICEMBRE 2023
Dopo il grande successo in tutto il mondo con oltre 5.000.000 di visitatori, è arrivata a Milano **Van Gogh: The Immersive Experience**, un viaggio sorprendente tra le opere di uno dei più grandi geni artistici del XIX secolo, tra campi di girasoli e mandorli in fiore. L'esposizione, per la prima volta in Italia completamente rinnovata nella proposta tecnologica, combina arte digitale, contenuti educativi e nuove esperienze di realtà virtuale su una superficie di 2.000 metri quadrati tra pavimento, pareti e soffitto. Tante le opportunità tra cui un'area dove viene proiettato un documentario per scoprire tutti i segreti della tecnica pittorica di Van Gogh, una sala dedicata al suo Studio e un'altra area denominata "Colora ed esponi" - interamente riservata alla fantasia dei visitatori che possono realizzare e visualizzare su un grande schermo le proprie creazioni ispirate ai quadri più famosi dell'artista, oppure portarle con sé come ricordo della mostra. Grazie alla realtà virtuale è inoltre possibile esplorare "Un giorno nella vita dell'artista": un'esperienza multisensoriale di 10 minuti per indagare ancora più a fondo il processo creativo del maestro olandese.

► Informazioni: Via Valtellina, 5
biglietti a partire da 17 euro
per gli adulti e 13 euro per i bambini,
sul sito *www.vangoghexpo.com/milano/*
Lunedì: dalle 10 alle 20 (ultimo ingresso alle 19)
Martedì: Chiuso
Mercoledì e Giovedì: dalle 10 alle 20 (ultimo ingresso alle 19)
Venerdì, Sabato e Domenica: dalle 10 alle 21 (ultimo ingresso alle 20)

LEANDRO ERLICH. OLTRE LA SOGLIA
Palazzo Reale di Milano
FINO AL 4 OTTOBRE
Milano accoglie per la prima volta in Europa un'ampia monografica di una delle maggiori figure di spicco della scena artistica internazionale: **Leandro Erlich**.
Le sue opere rappresentano un'assoluta novità nel mondo dell'arte e uniscono creatività,visione, emozione e divertimento.
Palazzi in cui ci si arrampica virtualmente, case sradicate e sospese in aria, ascensori che non portano da nessuna parte, scale mobili aggrovigliate come fossero fili di un gomitolo, sculture spiazzanti e surreali, video che sovvertono la normalità.
Un'opera di Erlich suscita, come prima reazione, un senso di familiarità rispetto al quotidiano, per poi insinuare un certo dubbio. Suscitare nel pubblico domande, dubbi, emozioni che interagiscono con i suoi lavori è l'obiettivo del fare artistico di Erlich, ed è proprio la partecipazione dello spettatore che rende completa l'opera.

► Informazioni e prenotazioni: Tel. 02.8929921
www.palazzorealemilano.it - www.arthemisia.it
► Biglietti:
Open 17 euro
Intero 15 euro
Ridotto 13 euro



Palazzo Reale



Joolz Aer+

The World is Yours

NUOVO

Si chiude facilmente



Leggero



Omologato per i viaggi in aereo



Seduta ergonomica



reddot winner 2022

La nuova rubrica curata da Sarah e Althea

SEGUITELE ANCHE SU IG
@colazionemilanese

@colazionemilanese

3 NUOVE APERTURE, DA PROVARE IN CITTÀ!

Aria di novità: dalla bakery giapponese alla pasticceria vegetale, al bistrot parigino.
Vi spieghiamo perché ci sono piaciuti!



Felicetta Milano

IL BISTROT PARIGINO
Un bistrot parigino appena aperto in via Vincenzo Monti, con sedie intrecciate e tavoli rotondi all'esterno e toni pastello con piatti e tazzine pregiate all'interno. Una colazione in stile francese, curata nei dettagli, con croissant imperdibili. È questa la ricetta per la felicità: sfoglie burrose e fragranti, creme vellutate, che si uniscono a dolci della tradizione italiana come la brioche col tuppo e i maritozzi. Grazie anche alla gentilezza del personale, non potrete che andare via davvero felici! La chicca? Poter fare la colazione salata tutti i giorni e nel weekend, anche il brunch.
Via Vincenzo Monti, 56

Nepà

LA PASTICCERIA 100% VEGETALE
Laboratorio di pasticceria e cucina vegana in zona Porta Venezia, Nepà ha da poco aperto le porte in una location colorata e rilassante, in cui tutti vi accoglieranno con il sorriso. A colpo d'occhio, croissant e pasticcini non hanno niente da invidiare alle classiche versioni con il burro, complice anche la bellissima vetrina che si affaccia direttamente sulla strada e da cui è possibile ammirare il bancone. Tutto è a base vegetale, dalle creme alle crostatine, dai croissant sfogliati con la margarina alle diverse tipologie di latte da includere nel caffè o nel cappuccino. I croissant sono sfogliati a regola d'arte, leggeri e la crema ci ha ricordato in ogni aspetto la classica pasticciera! Da provare anche il pain au chocolat.
Via San Gregorio, 45





Pan Milano

LA BAKERY GIAPPONESE
Ha da poco aperto a Milano Pan, nuova creatura dello chef Yoji Tokuyoshi e di Alice Yamada, dopo i celebri Bentoteca e Katsusanderia. Un locale polifunzionale, dal design lineare e pulito, in cui fare colazione, pranzo e aperitivo, ma anche fermarsi a lavorare. Prodotti della tradizione giapponese, come l'instagrammabile Shokupan, lievitato morbidissimo a base di latte, che ricorda un pane in cassetta, si uniscono a grandi classici della colazione francese come il pain suisse, il pain au chocolat e il croissant, con farciture più particolari, tra cui the matcha e crema allo yuzu. Imperdibili il pain suisse, sfogliato e con una crema pasticciera all'interno pazzesca e cremosa e il nodo di sfoglia super crunchy, ripieno di crema al sesamo.
Via Leopoldo Cicognara, 19

La Chiocciola

tutto per bimbi e mamme



TRE PIANI DI PRODOTTI E SERVICE POINT

Oltre 10.000 articoli delle migliori marche · area Green eventi & New Products · Baby SPA · lista nascita e lista regalo · servizio Personal Shopper · Mamma Lounge con cuscini Boppy e scalda biberon · area coffee break e relax · wi-fi gratuito in tutto il negozio

ampio parcheggio

eco car point

CORNER ESCLUSIVI DELLE MIGLIORI MARCHE

Ampi spazi esclusivi e riforniti dedicati a Cybex, Inglesina, Stokke, Joolz

SERVIZI PERSONALIZZATI

- Consulenza in videochiamata e ordini telefonici +39 345 2280233
- Servizio post vendita +39 345 6211571

VIENI A TROVARCI!

Varedo (MB) · Via Circonvallazione 16
+39 0362 554368 · info@lachiocciolababy.it

Acquista anche on-line su lachiocciolababy.it
Consegniamo in tutta Italia!!!

SEGUICI ANCHE SU

lachiocciolababy

lachiocciolababy

Se il tuo colore preferito
è l'arcobaleno, la collezione
di Flik Flak
COLOR MY LIFE
è senza dubbio una miniera
d'oro da cui attingere!
Trovi la nuova collezione
online sul sito
www.swatch.com/flikflak/it-it
e in tutti i negozi Swatch



COLOR MY LIFE LA COLLEZIONE *FLIK FLAK* PER L'ESTATE!

A MILANO, NELLO STORE DI CORSO VERCELLI

Dieci orologi per bambini che illumineranno qualsiasi giornata, con la pioggia o con il sole. È la nuova collezione Swiss made, che ha la straordinaria capacità di insegnare a leggere l'ora, accompagnando i bambini nelle loro giornate all'insegna del divertimento! Ve li presentiamo tutti!

› **COLOR CRUSH** è un'esplosione di colori e amore. Cuori rosa e blu appaiono sul cinturino e lasciano il segno tra i numeri dei minuti.

› **LITTLE BOAT** presenta un mare di strisce blu e bianche con qualche
tocco di rosso, per una navigazione in pieno stile.



› **RAINBOW DREAMS:** gli arcobaleni diventano insegnanti. Ogni quarto d'ora ha una propria tonalità per rendere l'apprendimento dell'ora un gioco da ragazzi.

› **SHADES OF RAINBOW:** lungo il cinturino ogni ombra gioca a nascondino con la successiva. Il quadrante presenta un arcobaleno metallico graduato che cambia con la luce.

› **RAINBOW PARTY:** la protagonista è una bellissima pioggia di colori e d'amore, con uno spettacolare arcobaleno sul quadrante

› **STRIPY BLUE:** avvolge il polso come un'opera d'arte moderna da indossare. Una tavolozza di colori blu e verdi, per sognare!

› **STRIPY PINK:** un delizioso e fresco invito a creare ricordi estivi indelebili.

› **COLOR PARTY:** disegnato nello stile di un sofisticato fumetto, questo orologio è un orologio straordinario per leggere l'ora con facilità grazie ai quarti colorati del quadrante.

› **STRIPY GLITTER:** un bellissimo cuore al centro del suo quadrante lilla; il cinturino a strisce è nelle tonalità del viola e del rosa.

› **SHADES OF BLUE:** il quadrante metallico riflette la luce come la superficie dell'oceano in un giorno d'estate che non vorresti finisse mai.



NON PERDERTI UNA VISITA
al corner ***Flik Flak*** nello store milanese
di Corso Vercelli, 3 dove oltre a trovare
tutta la nuova collezione,
ci sarà ad aspettarti una bellissima
playroom con attività divertenti
per imparare a leggere l'ora!

INFORMAZIONE PUBBLIREDAZIONALE

ESPLORARE LA CITTÀ

CON IL TOUR IN TRENINO!



Un modo diverso di vedere e scoprire Milano, per adulti e bambini: con il Trenino che parte dalla Martesana e percorre alcuni dei luoghi più iconoci della nuova e della vecchia Milano. La velocità rallentata, la musica di sottofondo e i racconti che accompagnano il tour rendono questa esperienza nuova e originale, anche per chi vive a Milano. Sarà l'occasione per vedere la città da una prospettiva diversa e in un'atmosfera di relax.



Cosa vedrete o dove vi porterà il trenino?
Si parte dagli antichi quartieri di Gorla e Greco costeggiando la Martesana, poi si raggiunge il quartiere Maggiolina con le ultime case a igloo e le meravigliose villette costruite nel secondo decennio del Novecento.
Infine si arriva nella città recente, il Palazzo della Regione, Porta Nuova con il suo caratteristico Skyline, il Bosco Verticale e il BAM, Parco biblioteca degli alberi.
Si prosegue, dopo una breve sosta in p.zza Gae Aulenti, per il centro storico che non è una novità, ma dal trenino appare diverso, per poi attraversare tutto il quadrilatero della moda, via dopo via, fino al Teatro alla Scala! Noi non vediamo l'ora di provarlo con i nostri bambini!

INFO
Orari: merc-sab alle 20
Domenica alle 18
Adulti: 15 euro; bambini: 8 euro
info@iltreninodimilano.com
www.iltreninodimilano.com

Il trenino è disponibile anche per tour ed eventi privati.

FamilyDistrict
a learning journey

NIDO-SCUOLA BILINGUE
CENTRO POLIFUNZIONALE PER L'INFANZIA

Asilo Nido 3 | 36 mesi
Scuola dell'infanzia 3 | 6 anni
Attività extra-scolastiche
Percorsi gravidanza | post-parto
Corsi d'acquaticità | nuoto
Servizi integrati genitori | futuri genitori
Eventi | feste

BILINGUAL NURSERY & KINDERGARTEN
EARLY CHILDHOOD AND FAMILY CENTRE

Nursery 3 | 36 months
Kindergarten 3 | 6 years
After school activities
Pre | post partum courses
Aquatics | swimming courses
Services for parents | parents-to-be
Events | parties

SETTEMBRE 2023
APERTURA
Via Orti, 18 | Via Privata della Braida, 7
20122, Milano

+39 320 0553998
INFO
info@familydistrict.it
www.familydistrict.it









DA *SAILOR JUNIOR*

LE SCARPE CHE PIACCIONO AI BIMBI E ALLE MAMME

Comode, facili da indossare, nei colori adatti a ogni tipo di abbigliamento: sono le proposte di Sailor Junior, il negozio specializzato in scarpe per bambini, che ormai è un punto di riferimento in città.
Cosa trovate per l'estate? I classici sandali in una grande varietà di colori, anche glitterati per la gioie delle bambine; per i maschi i ragnetti o le scarpe più sportive ma aperte per lasciar respirare i piedi; e poi non potevano mancare le calzature in tela, in tutte le varianti cromatiche! Grande scelta anche per i primi passi, con un occhio sempre attento all'ergonomia per questa fase così delicata. Numeri fino al 44, magari troverete qualcosa anche per voi! Non vi resta che programmare il vostro shopping estivo!

SAILOR JUNIOR
Corso Colombo, 5
WhatsApp 366.3058654
IG: @Sailor_junior - FB: sailor junior
Nuova sede: Via Dante Alighieri, 14
Busto Arsizio (VA)

per grandi e piccini





INFORMAZIONE PUBBLIREDAZIONALE

KIDS&US
my English



Iscrizioni aperte!
2023-2024

Kids&Us Milano Andrea Doria · Viale Andrea doria, 17 · 20124
Kids&Us Milano San Siro · Via Corno di Cavento, 3 · 20148
Kids&us Milano Solari · Via Cola di Rienzo, 5 · 20144
Kids&Us Milano Porta Romana · Via Carlo Vittadini, 5 · 20136

SVEZZAMENTO EQUILIBRATO, E SERENO!

VADEMECUM PER NEO MAMME



DOTT. FABRIZIO CIRALLI
RESPONSABILE DI NEONATOLOGIA
E PEDIATRIA
DI *HUMANITAS SAN PIO X*

di Valentina Valente

Attorno allo svezzamento ci sono sempre molti dubbi e insicurezze. Chiamato anche "divezzamento" o "alimentazione complementare", è un momento molto delicato sia per i genitori ma anche per il bambino, in quanto determina il suo primo incontro con gli alimenti diversi dal latte materno. Ne ha parliamo con il dott. Fabrizio Ciralli, responsabile di Neonatologia e Pediatria di *Humanitas San Pio X*.

Quali le principali preoccupazioni di chi si accinge ad iniziare lo svezzamento?

In generale più che di preoccupazioni si può parlare di giusto approccio della mamma, nel proporre al proprio figlio, alimenti liquidi, semiliquidi e solidi differenti dal latte materno e dai suoi sostituti. Bisogna infatti sottolineare che l'inizio del divezzamento anche per la mamma è un momento particolare. Il pediatra ha quindi il compito di far sentire la mamma orgogliosa per aver "condotto" il proprio figlio all'età del divezzamento, momento indispensabile per la crescita del bambino. Il divezzamento può essere iniziato dopo il 4° mese di vita, meglio al 6°mese di età in cui il bambino presenta determinate caratteristiche comportamentali che lo caratterizzano per essere pronto all'alimentazione complementare:

- è capace di stare seduto da solo;
- perde il riflesso di estrusione della lingua;
- mostra interesse per il cibo degli adulti;
- è in grado far comprendere ai genitori quando ha fame (apre la bocca all'avvicinarsi del cucchiaino) e quando è sazio (chiude la bocca all'avvicinarsi del cucchiaino e gira la testa di lato).

Cosa si intende per svezzamento equilibrato?

In questi ultimi decenni c'è stato un progressivo aumento delle conoscenze sulla corretta alimentazione che hanno modificato l'approccio al divezzamento. Quando si parla di divezzamento equilibrato innanzitutto si intende garantire al bambino un corretto apporto proteico in termini di quantità e di tipo di alimento.
In particolare le Società Scientifiche raccomandano un apporto proteico giornaliero di circa 15-20 grammi al giorno proponendo una corretta ed equilibrata rotazione di carne, pesce, legumi, parmigiano e uovo. Se quindi teniamo conto dei 14 pasti settimanali ciascun alimento dovrà essere proposto non più di 3 volte a settimana. È necessario ricordare ai genitori di non proporre zuccheri aggiunti (per esempio bevende dolcificate, merendine, biscotti confezionati) fino ai 2 anni di età e successivamente minimizzarne al massimo l'assunzione. In particolare le bevande dolcificate dovrebbero essere, sempre, sostituite dall'acqua.

I punti salienti di un vademecum dello svezzamento?

Come sottolinea il Ministero della Salute "Non esistono modalità e menù definiti per iniziare il divezzamento. Diversi modelli alimentari possono portare a soddisfare i fabbisogni nutrizionali del bambino tra 6 mesi e 3 anni. Va favorita l'interazione tra le preferenze della famiglia, le indicazioni del pediatra ed il contesto socio-culturale e tradizionale per aiutare il bambino a sviluppare il proprio gusto e le scelte alimentari personali nell'ottica di una alimentazione corretta…" Possiamo quindi dire che il corretto vademecum del divezzamento dovrà essere concordato con il pediatra curante in particolare nella scelta del divezzamento tradizionale, dell'autodivezzamento o di quello vegetariano. Resta però importante sottolineare alcuni atteggiamenti che i genitori dovranno osservare per meglio facilitare l'introduzione dei cibi nuovi nell'alimentazione dei propri figli. In particolare è bene lasciare che il bambino tocchi il cibo con le mani: questo atteggiamento è indicativo di un momento di esplorazione degli alimenti; non forzare mai il bambino che rifiuta il cibo; creare il "rituale" di porre il bambino sul seggiolone, senza distrazioni tipo cartoni animati al cellulare, al computer o alla televisione, a tavola con i genitori in modo che il bambino possa percepire il piacevole momento della pappa; variare spesso i cibi e i sapori per consentire un'adeguata esplorazione dei gusti.

Come regolarsi con possibili allergie?

Se il bambino nei mesi antecedenti l'inizio del divezzamento non ha presentato segni e/o sintomi clinici sospetti di atopia, è bene affrontare l'introduzione del cibo con massima tranquillità. Qualora invece siano presenti segni clinici (es. dermatite atopica), familiarità accertata e non solo riferita per allergie, è bene confrontarsi con il pediatra curante. Numerosi studi hanno comunque evidenziato che ritardare l'inserimento di alimenti potenzialmente allergizzanti non è consigliato perché un precoce inserimento sembra favorire una più precoce riposta immunitaria. Lo stesso concetto vale anche per l'introduzione del glutine nei casi di accertata familiarità per malattia celiaca.

UN NUOVO SERVIZIO PRESSO HUMANITAS SAN PIO X

"MAMA CHE FAME": consulenza per lo svezzamento con i nostri esperti. Uno spazio di consulenza rivolto ai genitori di bambini nella fascia di età 5 – 6 mesi, dedicato all'introduzione di cibi solidi secondo il metodo tradizionale oppure l'auto-svezzamento e alla modalità di preparazione delle pappe per i bambini.

HUMANITAS SAN PIO X
Per info e prenotazioni in regime privato: 02.69516951
Humanitas San Pio X - Via Francesco Nava, 31
www.humanitas-sanpiox.it



«MAMMA HO MAL DI PANCIA» QUANDO PREOCCUPARCI?

IL DOLORE ADDOMINALE NEL BAMBINO

SERENA CATANIA
ELENA CALCINAI
PEDIATRE E FONDATRICI
DI ARS PEDIATRICA MILANO

di Elena Calcinai e Serena Catania

Nella pratica clinica quotidiana il sintomo che più frequentemente (dopo tosse o raffreddore) ci viene riferito è il mal di pancia.

DOLORE ADDOMINALE FUNZIONALE O ORGANICO?

Nella maggior parte dei casi i dolori addominali nei bambini sono di natura "funzionale" (quindi si manifestano in assenza di patologia d'organo come per esempio infezione, malformazione o alterazione metabolica) e le principali cause sono:

› **Coliche gassose**, tipiche nel lattante nei primi mesi di vita.

› **Dolore addominale ricorrente:** interessa il 10-15 % dei bambini in età scolare e si presenta come dolore periombelicale ed epigastrico (zona alta e centrale dell'addome), almeno una volta alla settimana per almeno 2 mesi, in assenza di patologia d'organo. Spesso alla base di questa sintomatologia c'è un disagio psico-comportamentale (ansietà, tendenza al perfezionismo, difficoltà ad esprimere il proprio disagio).

› **Emicrania addominale.** Sono episodi di dolore intenso che interferiscono con le attività quotidiane e associate ad altri sintomi come mancanza di appetito, nausea, vomito, mal di testa, fotofobia. Strettamente associata è la familiarità per emicrania nei genitori.

› **Gastroenteriti.** Patologie comunissime in età pediatrica, nella maggioranza dei casi di natura virale. I sintomi più comuni, oltre ai dolori addominali diffusi, sono nausea e vomito, inappetenza e diarrea. Spesso associata a febbre. In genere la sintomatologia regredisce spontaneamente con terapia di supporto (probiotici, soluzione reidratante , antipiretici come il paracetamolo) in alcuni giorni.

› Stipsi. Causa molto comune di dolore addominale che si presenta acuto, eclatante, soprattutto riferito a sinistra. Il 50 % dei bambini con stitichezza presenta dolore addominale con queste caratteristiche. Il pediatra dopo aver visitato il vostro bambino ed escluse cause organiche vi potrà prescrivere dei blandi lassativi per regolarizzare l'alvo.

QUANDO PREOCCUPARCI?

Alcuni sintomi del bambino con dolore addominale ci devono mettere in allerta e vanno approfonditi con visita ed esami. Tra questi ricordiamo:



- **Dolore persistente localizzato**, soprattutto nella parte destra inferiore dell'addome.
- **Dolore o diarrea** notturna.
- **Perdita di peso** e rallentamento della crescita.
- **Disfagia** (difficoltà ad ingoiare) e vomito persistente.

Tra le cause organiche di dolore addominale nel bambino quella che spesso spaventa più i genitori è l'appendicite.

L'appendicite acuta è una infiammazione e infezione dell'appendice, di solito causata da un'ostruzione interna nell'appendice stessa e dalla ristrettezza del suo diametro interno. **L'appendicite acuta** è la causa di uno degli interventi chirurgici più comuni tra i 6 e i 20 anni. Se l'appendice si rompe o si perfora, il materiale infetto fuoriesce, provocando la contaminazione e l'infezione della cavità addominale, alla quale l'organismo risponde con la produzione di pus, causando una peritonite.

Il dolore addominale può:

- **essere localizzato** nell'area intorno l'ombelico o a livello dello stomaco oppure in basso a destra dell'addome;
- **interessare tutto l'addome** in caso di rottura dell'appendice e peritonite;
- **il dolore peggiora** con il movimento, con i respiri profondi, con la palpazione, la tosse o gli starnuti;
- **nausea e vomito**, inappetenza;
- **febbre** anche non molto alta (37,2 - 38°C) nelle forme iniziali senza peritonite;
- **malessere generale**: a volte dolore alla gamba destra, stipsi o diarrea, incapacità a espellere gas, gonfiore addominale.

La maggior parte delle volte basta la sola visita medica per fare la diagnosi. In caso di dubbio, si fa anche un'ecografia.

ARS PEDIATRICA
Via Carlo de Cristoforis, 12
Tel. 02.35947783
info@arspediatrica.it
www.arspediatrica.it



Take a Selfie!

Sorridi: c'è un nuovo modo di vivere la città. Il passeggino Selfie è così leggero e ammortizzato che si muove con agilità anche nelle vie del centro. E si chiude automaticamente. Ogni momento è da ricordare, perché con Peg Perego hai tutto il valore del Made in Italy in ogni particolare, e si vede.



Italy. A taste for life.

Peg Perego

MADE IN ITALY

LA RIELABORAZIONE DEL PARTO

COSA FARE PER RITROVARE L'EQUILIBRIO FISICO E PSICOLOGICO



IRESHA TOTARO
DOULA E INSEGNANTE
DI YOGA

A cura di Doula Iry

Se pensiamo alla gravidanza e ad una possibile preparazione a questo passaggio di vita, ci vengono in mente numerosi corsi propedeutici al parto, ma sicuramente poco o nulla riguardo al dopo. Come se, dopo aver dato alla luce il proprio bebè, il percorso finisse e non si avesse bisogno di altro. Ma è davvero così?

ASPETTATIVE E REALTÀ

Purtroppo non sempre il parto va come ce lo si aspettava e non sempre si torna a casa con un bel ricordo di un evento tanto potente quanto straordinario: questo può portare nella donna il rimpianto per un'occasione perduta ed un senso di delusione; talvolta questa situazione può influire negativamente sulla relazione mamma-bebè e anche sull'allattamento al seno.

NASCITA E RINASCITA

Se il proprio piano del parto è stato rispettato, se ci si è sentite accolte nei propri bisogni, il parto viene conservato in memoria come un evento positivo del quale si ha piacere a raccontare fin da subito. Di contro, se si portano con sé cicatrici e ferite emotive, è importante aspettare prima di analizzare quello che si è vissuto, in quanto la perdita del parto sognato può essere percepita come una delusione che ha bisogno di diverso tempo per essere metabolizzata.
In entrambi i casi occorre almeno un anno perché ci si riesca a sentire di nuovo se stesse, anche se profondamente trasformate. Ci sono donne che in fase di rinascita cambiano taglio di capelli, modo di vestire, profumo, e ce ne sono altrettante che provano un forte senso di disorientamento fino a quando non decidono di fermarsi e di rimettere insieme i pezzi di quanto accaduto.

STRUMENTI PRATICI

Ogni donna sa quando è giunto il suo momento per rielaborare il parto, per mettere un punto a quello che è stato il suo percorso di nascita come madre. In ogni caso, che il parto sia stato piacevole o meno, sarebbe importante coinvolgere il proprio compagno (o chi era presente) nella ricostruzione degli eventi, poiché spesso la donna sente di avere dei pezzi mancanti o ricorda una sensazione di perdita temporanea di coscienza: il compagno, le ostetriche e/o la doula possono restituire dei dettagli preziosi che danno un senso più completo alla propria esperienza.
Oltre al fondamentale confronto con altre donne che porta a non sentirsi sole, si può scegliere di farsi accompagnare e di dedicare un primo momento alla verbalizzazione, poi si potrebbe mettere per iscritto il racconto oppure fare una collana del parto in cui ogni singola perla va a simboleggiare un preciso momento del proprio vissuto. Questa collana diventa sia un oggetto-racconto da condividere con il proprio compagno e con i propri figli, sia un modo per fare pace con il proprio parto.
È altrettanto importante portare l'attenzione al proprio corpo, magari con un'armonizzazione delle cicatrici (metodo validissimo per la cicatrice del taglio cesareo e delle episiotomie, soprattutto quelle non necessarie e difficili da accettare), oppure con una chiusura con il rebozo (particolare telo messicano tessuto a mano) che non solo crea una sorta di bozzolo per la donna, ma aiuta gli organi interni a tornare al proprio posto ed effettua una chiusura energetica, visto che con il parto si va in mille pezzi. Inoltre ci si potrebbe affidare ad una sana pratica di yoga che aiuti ad accettare, a lasciar andare e soprattutto ad entrare in contatto con il proprio corpo e con il (nuovo) sé più profondo. Indispensabile qualche seduta osteopatica che consiglio sempre alle neomamme.
Tutti questi strumenti possono essere un valido sostegno in qualsiasi post partum, anche se sarebbe opportuno soffermarsi maggiormente sulle situazioni in cui il parto è stato vissuto come evento traumatico, poiché non prendersi cura di quella cicatrice potrebbe portare ad un baby blues, ad una depressione, ad un forte senso di inadeguatezza e soprattutto intaccare la relazione con il partner e con il proprio bebè. Compito di chi accompagna una gravidanza è anche quello di cercare di prevenire tutto questo, offrendo le proprie competenze, ma soprattutto creando attorno alla donna una rete di professionisti pronta a supportare ogni esigenza.



LETTURE CONSIGLIATE

NASCITA DI UNA MADRE
di Daniel N. Stern
e Nadia Bruschweiler Stern
editore: Mondadori

GUARIRE DOPO IL PARTO
di Claudia Sfetez
editore: Bookabook

INFO
praticareconilsorriso@gmail.com
www.ireshatotaro.it
IG: @praticareconilsorriso

Inquadra il QR CODE e scopri tutte le offerte di iGo!

È NATO!

COSA NON PUÒ MANCARE AL BEBÈ E AI NEOGENITORI



RELAX E DIVERTIMENTO

Linee arrotondate e tessuti morbidi rendono questa sdraietta il posto perfetto in cui il bimbo può riposare, divertirsi e giocare. Il suo design è particolarmente accogliente, la seduta è ergonomica e fornisce il giusto sostegno a collo e schiena del bambino. Ruotando il tessuto, la sdraietta si trasforma in poltroncina per bimbi più grandi. Sdraietta Bliss, di Babybjörn



L'IMPORTANZA DEL CONTATTO

Un modello di marsupio comodo e facile da indossare, perfetto da utilizzare con un neonato. Durante le attività quotidiane permette al genitore di tenere il bambino sempre vicino con le mani libere. Disponibile in tre tessuti morbidissimi e flessibili per accogliere il bambino dalla nascita. Marsupio Mini, di Babybjörn



UNA CULLA SPECIALE. COME NEL GREMBO

La forma ovale di questa **culla** racchiude il bimbo e crea uno spazio sicuro attorno a lui. Muovendosi in tutte le direzioni rilassa il bambino e stimola i suoi sensi, riportandolo alle sensazioni che provava all'interno del ventre materno. Approvata da pediatri e ostetriche, è stata riconosciuta tra le migliori culle per neonati e prematuri. Culla classic, di Leander



NANNE TRANQUILLE

Comodo e sicuro, da utilizzare durante il giorno o la nanna della notte. **Il riduttore** offre al bambino la corretta dimensione dello spazio, facendolo sentire sempre protetto. Utilizzabile nel lettino o nel letto tra i genitori. Cocoon, di Doomoo



COMODITÀ PER MAMMA E BEBÈ

Buddy è un **grande cuscino multifunzione**, in grado di garantire il massimo comfort. Ideale durante l'allattamento al seno o con biberon, puoi comprarlo già durante la gravidanza per sostenere il grembo. Imbottito di morbide microsfere, è sfoderabile e lavabile in lavatrice. Cuscino Buddy, di Doomoo



PER I PRIMI BAGNETTI!

Il materiale flessibile di cui è composto questo supporto permette di adattarlo alla maggior parte dei lavandini e forma un angolo accogliente che dona al bambino il giusto supporto. Non assorbe l'acqua e si asciuga rapidamente; adatto alla maggior parte dei lavandini. Riduttore per lavabo, di Puj

INFO

Tutti i prodotti sono distribuiti da ***I.GO Distribution*** e possono essere acquistati sul loro sito www.igoshopping.it o c/o il negozio **Salina** a Milano.

New Born

IN VIAGGIO CON I PICCOLI? MAI COSÌ FACILE!

COŸA: IL NUOVO PASSEGGINO ULTRACOMPATTO DI *CYBEX*







DIMENSIONI - APERTO

Lunghezza	790 mm
Larghezza	440 mm
Altezza	1050 mm

DIMENSIONI CHIUSO (COMPATTO)

Lunghezza	180 mm
Larghezza	440 mm
Altezza	520 mm
Peso	6.6 kg

Cybex presenta il nuovo passeggino esclusivo COŸA, che si aggiunge alla linea Platinum; il suo minimalismo impeccabile, la massima praticità e il comfort extra lo rendono un alleato indispensabile per essere dinamici ovunque si vada: taxi, aereo o strade metropolitane!

Sia i neonati che i bambini piccoli possono godere di pisolini extra comodi in viaggio, grazie all'ergonomica posizione completamente distesa di COŸA e al poggiagambe integrato e regolabile. Allo stesso tempo, COŸA può essere utilizzato fin dalla nascita come sistema da viaggio, compatibile con qualsiasi seggiolino auto Cybex, installabile sul passeggino.
Inoltre, l'imbracatura one-pull mette in sicurezza il bambino in pochi secondi, garantendo la massima agilità ai genitori in movimento.
COŸA può essere utilizzato dalla nascita fino a circa 4 anni ed è disponibile in una moderna palette di colori: Sepia Black, Mirage Grey, Off White, Peach Pink and Leaf Green.

COŸA

È compatibile come bagaglio a mano e può essere ripiegato senza fatica in qualsiasi cappelliera, treno, aereo, offrendo ai genitori la possibilità di apprezzare il massimo relax durante i loro viaggi.

CYBEX

Per maggiori informazioni vai a scoprirlo da vivo nello spazio Cybex all'intero di **Salina**, in Viale Abruzzi, 51 a Milano!
www.cybex-online.com

Riviera dei bambini



Organizza insieme a noi la tua vacanza in Liguria con i bambini!

Su Riviera dei Bambini, il **club 100% ligure** dedicato al turismo a misura di bambino, puoi trovare tutte le informazioni necessarie per organizzare al meglio il tuo soggiorno in Liguria. Riviera dei Bambini ti offre una vasta scelta tra hotel, residence, camping e spiagge delle più rinomate località delle riviere di Ponente.

rivieradeibambini.it

QUANTUM BEBÈ

LA CONSULENZA PER LE NEOMAMME



SIMONA RUSTICI
OPERATRICE
SOCIO-SANITARIA

Simona Rustici, operatrice socio-sanitaria specializzata nell'assistenza infanzia 0-6 anni, ci presenta *Quantum Bebè*, un supporto a tutto tondo, online e in presenza, per far sì che i nuovi genitori possano avvalersi della consulenza e assistenza di una professionista.

Per quali esigenze sono pensati i percorsi che proponi alle neomamme?
Non ci sono specifiche esigenze, se non quelle di favorire serenità e sicurezza a chi si occupa del bambino. Il percorso "mamma e bebè sereni" offre suggerimenti e strumenti per crescere al meglio il bebè aiutando la neomamma a far splendere la nuova donna nata con la propria creatura.
Il videocorso è strutturato in maniera tale che mese per mese, mamma, papà, caregiver o nonni sappiano come procedere garantendo un percorso di stabilità al bambino; contiene informazioni utili, pratiche, essenziali che ho sperimentato essere risolutive sul campo. Sono inoltre comprese consulenze private con me, un incontro zoom al mese per sviscerare dubbi ed eventuali domande e un gruppo Fb dedicato.

Puoi farci qualche esempio delle tue attività?
Il "Salotto famiglia serena": in un ambiente protetto e sicuro i neogenitori possono sentirsi liberi e non giudicati di esprimere dubbi, incertezze sapendo di esser compresi ed aiutati. Il calendario degli argomenti si ripete mensilmente:
1°settimana: attività e giochi per lo sviluppo del neonato. Cosa fare e non fare a seconda dell'età.
2°settimana: come ricaricare le proprie energie e ritagliare del tempo per sé.
3°settimana: allattamento, svezzamento, creazione di pasti per ogni fase di sviluppo con basi di nutrizione e conservazione degli alimenti.
4°settimana: igiene del sonno. Consigli e strategie.

Le tue consulenze si svolgono online o anche in presenza?
Soprattutto online, ma anche in presenza in zona Milano e limitrofe.



INFO
www.quantumbebe.com

ABBIGLIAMENTO E ACCESSORI

SCOPRI LE PROPOSTE *PICCOLI PAPERI*

accessori personalizzati



Idee regalo, abbigliamento e accessori, tutti artigianali, pensati da Deborah, mamma abilissima e appassionata di cucito. Dopo aver seguito corsi di specializzazione in ambito sartoriale, Deborah ha deciso di dedicarsi alla sua passione, che è poi diventata il suo lavoro. Sul sito www.piccolipaperi.com potete acquistare abitini, accessori come bavaglini, massaggiagengive, fasciatoi in cotone e poi gli originali bouquet nascita, composti da body, calzini, cuffietta e bavaglino. Un'idea regalo anche utile!

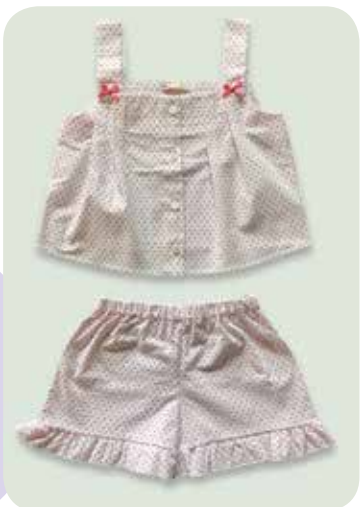
il bouquet nascita



abitini sartoriali



INFO
www.piccolipaperi.com
IG: @piccoli_paperi



Piccoli Paperi presta molta attenzione ai materiali, ai tessuti utilizzati e alla qualità delle materie prime, creando capi unici e sartoriali.

INFORMAZIONI PUBBLIREDAZIONALI

READY FOR BOARDING

IL MITICO QUID² DI *INGLESINA* NELLA NUOVA VESTE È PRONTO A PARTIRE CON VOI!



Viaggiare con il bebè è facile se si ha un valido alleato come *Quid*², il passeggino di Inglesina che ha già conquistato il cuore di tante mamme. Dopo il successo della versione Maya, nasce la collezione Animalier che richiama le atmosfere del safari: Animalier Grey e Animalier Pink che si aggiungono alle varianti colore Gecko Green Puma Black, Elephant Grey Midnight Blue e Camel Beige per esplorare il mondo.

*Quid*² porta non solo tanta praticità nella vita dei genitori contemporanei, ma anche tantissimo colore ed energia positiva!

LE CARATTERISTICHE DI QUID²

È il passeggino compatto ed extra leggero di Inglesina, la scelta migliore per spostarsi con tutta la famiglia: unisce un design moderno ad un'elevata praticità, la soluzione ideale per genitori che vogliono assicurare il massimo benessere al bambino.

L'estrema leggerezza (5,9 kg) e compattezza lo rendono il passeggino dedicato alle famiglie dinamiche e moderne sempre in movimento. Unico per la sua maneggevolezza: si apre e si chiude con una sola mano, una volta chiuso rimane in piedi da solo evitando che l'impugnatura ed il tessuto tocchino terra, garantendo sempre la massima igiene anche lontano da casa.

Comodo grazie all'ampia seduta in tessuto, assicura ai più piccoli il massimo comfort grazie allo schienale reclinabile, agli spallacci imbottiti e alla capotta estendibile full cover, in tessuto trattato per combattere i raggi UV con fattore di protezione UPF 50+. Protezione e tranquillità massimizzate anche dal profilo del cestino in materiale rifrangente, introdotto per rendere le passeggiate serali più sicure.

Con *Quid*² un mix di leggerezza e compattezza al servizio dell'infanzia: are you ready for boarding?

INGLESINA
Scopri di più su www.inglesina.it
Puoi provarlo
nello spazio Inglesina presso
Salina, in Viale Abruzzi, 51

New Born

New Born

SICUREZZA,COMFORT, DESIGN

LE NOVITÀ *NUNA* PER I NEOGENITORI

Coniugando uno stile senza tempo con materiali e tecnologie sempre all'avanguardia, *Nuna* realizza prodotti per bambini, con obiettivi ben precisi: sicurezza, comfort, rispetto per l'ambiente. I materiali utilizzati dal brand, nato in Olanda nel 2007, sono privi di sostanze nocive e allergeniche e proprio per questo hanno ottenuto la certificazione GREENGUARD GOLD. Nuna è stata premiata con più di 210 riconoscimenti per il design e la sicurezza dei suoi prodotti. Qui vi presentiamo 3 soluzioni di alta qualità, indispensabili nella vita dei neogenitori.

LA SDRAIETTA? LEAF GROW!

Una leggera spinta aziona l'oscillazione laterale di LEAF grow, la sdraietta dal design elegante che *Nuna* ha progettato per regalare comfort e relax al bebè, fin dai primi giorni. Il movimento dura senza assistenza per un massimo di 2 minuti; funziona senza batteria, senza elettricità, senza motore, quindi senza rumore.

La sdraietta si modifica e cresce con il bambino fino quando diventa piú grande e può utilizzarla come poltroncina. Tre posizioni reclinabili: in alto, in basso e dondola nel mezzo. Facilmente bloccabile in una posizione ferma per mangiare o giocare.

IL SEGGIOLINO. SOLO 3,3 KG, CON ISOFIX INTEGRATO

PIPA urbn è seggiolino auto per neonati, con base integrata, che cambia il modo di viaggiare delle famiglie: pesa solo 3,3 kg e si installa con un innovativo sistema ISOFIX integrato nel seggiolino che non necessita di base esterna. Questo consente installazioni super sicure in pochi secondi quando si passa dall'auto al taxi, al car sharing, rendendo tutto più semplice e immediato. La schiuma Aeroflex™, leggera e resiliente, riduce al minimo la forza trasferita al bambino, assorbendo e diffondendo l'energia di un eventuale impatto. Dal tessuto alla schiuma interna, ogni materiale di PIPA urbn è selezionato con cura per essere naturalmente ignifugo e non contiene sostanze chimiche nocive aggiunte. PIPA urbn è stato premiato con la certificazione GREENGUARD Gold.

IL PASSEGGINO. MASSIMA PRATICITÀ E LEGGEREZZA

Per facilitare gli spostamenti di genitori e piccoli, senza rinunciare a comfort e praticità, è nato IXXA, il nuovo passeggino ultraleggero di *Nuna* compatibile dalla nascita sino ai 15 Kg di peso.
Solo 6 kg, un telaio con sospensioni su tutte le ruote, freno one-touch, e resistenti pneumatici lo rendono performante su qualsiasi terreno. La seduta può essere rivolta in entrambe le direzioni, reclinabile in 4 diverse posizioni, sino a quella completamente sdraiata, ideale per i neonati. Disponibile in due colori: *Granite*, un grigio fresco e rilassante; *Riveted*, un colore scuro con eleganti dettagli color bronzo e telaio nero lucido.



la sdraietta confortevole



il passeggino reclinabile



il seggiolino pesa solo 3,3 kg

Scoprite tutte le novità nella nuovissima area NUNA nello storico negozio milanese **Salina** di Viale Abruzzi, 51 dove potrete toccare con mano tutti i prodotti!



Nuna lo trovi da Salina

NUNA
www.nunababy.com

MILANO MOMS PER NUNA

Pronti per divertimento e vacanze?



I look estivi
di i.DO
www.ido.it

MODA





ACCESSORI
La borsa di paglia, i cerchietti con il girasole e la bandana: très chic!
Di Dou Dou, 96 euro
di Illytrilly, 32,57 euro
e di Collégien, 25,50 euro.
www.douuod.com - www.illytrilly.com
e www.collegien-shop.com



COORDINATO
In spiaggia con il coordinato di United Colors of Benetton che si ispira alla frutta di stagione!
Vestitino 25,95 euro
Costume 29,95 euro.
Negli store United Colors of Benetton





PER LEI

COLORA LA

ECCO UNA SELEZIONE DI LOOK COMODI E BELLI, PER DARE IL VIA ALLA STAGIONE CALDA







PONCHO E BIKINI
Coloratissimi, per i bagni al mare o in piscina. Il poncho di Primark, 13 euro e il bikini di Melby, 24,95 euro.
www.primark.com - www.melby.it

GLI ZOCCOLI
Completano ogni look in modo originale e un po' retrò! De Il Gufo.
www.ilgufo.com









LOOK PER LE SERATE ESTIVE
Il coordinato gonna e top a righe, chic e senza tempo, di Sarabanda, 79,90 euro.
La tutina trendy, di Mango Kids, 25,99 euro
www.sarabanda.it - www.mango.com

TUA ESTATE!

PER LUI

PER LA SERA
Il maglioncino a righe per la brezza serale al mare o per le fresche temperature in montagna! Di Bobo Choses.
www.bobochoses.com



I BERMUDA
Il capo più usato in estate! Versatile, comodo e fresco. Di Uniqlo, 14,90 euro o di Mango Kids, 19,99 euro.
www.uniqlo.com
e www.mango.com







ACCESSORI
Il cappello di paglia, protegge dal sole e dà un tocco di originalità al look estivo. Di Primark, 4 euro.
www.primark.com





POLO O CAMICIA?
Per i look estivi: scegli tra la camicia dal mood esotico e la polo che ricorda il mare! Di Mango Kids, 19,90 euro e di Bobo Choses.
www.mango.com e www.bobochoses.com





COSTUMI
Ad ognuno il suo stile! Con il mitico Snoopy, capsule Sarabanda x Peanuts, 25 euro, oppure tropical, di Melby, 19,95 euro.
www.sarabanda.it
e www.melby.it

IL SANDALO
Un modello classico per i maschietti, che non tramonta mai. Chic, versatile e ultra comodo. De Il Gufo.
www.ilgufo.com





IN SPIAGGIA
Il poncho, in spugna, indispensabile al mare o in piscina, comodo e colorato. Di Primark, 5 euro.
www.primark.com

atelier

I laboratori per i bambini ideati da Maria Noemi Regalia Ding @grawidanza



"Le cure premurose verso gli esseri viventi sono la soddisfazione di uno degli istinti più vivi dell'anima infantile. Perciò si può organizzare facilmente un servizio attivo di cure alle piante e specialmente agli animali … Nessuna cosa è più capace di questa di risvegliare un atteggiamento di previdenza nel piccolo che è abituato a vivere senza pensare al domani. Ma quando sa che gli animali hanno bisogno di lui e che le pianticelle si seccano se non le innaffia, il suo amore va collegando l'atto di oggi con il rinascere del giorno seguente"
Maria Montessori

"ATELIER DEL VERDE" o "ATELIER DI KRISTEL SUNDARI guida n.1" Approfondimenti più completi su www.grawidanza.com

o sul libro ATELIER DI KRISTEL SUNDARI (Albatros edizioni) nelle librerie o online

Lista materiali: www.amazon.it/shop/grawidanza

ATELIER **DEL VERDE**

CRESCERE CON LA NATURA

L'Atelier del Verde di Kristel Sundari in casa è iniziato da quando lei era neonata perché ero solita allattarla in giardino e portarla nei campi e nel bosco: sono felice di aver portato Kristel Sundari fin da subito nella Natura e lo consiglio di cuore a tutte le mamme!

COME REALIZZARLO IN CASA

Sono per un approccio poetico all'esistenza che incentivi empatia, gioia e vitalità nell'apprendere. La natura ha in sé una dimensione estetica molto potente: per questo, affascinata anche dal bellissimo giardino pensile realizzato da Nido Scuola Clorofilla ho deciso di offrire a Kristel Sundari questo ATELIER DEL VERDE INDOOR in cui scoprire piante dalle texture particolari, dalle foglie pelose o gommose, piante che cambiano colore con il variare delle stagioni e sempreverdi

ALLESTIMENTO

Questo Atelier è costituito da diverse tipologie di piante, scelte col criterio della varietà e diversità (di colore, forma, stagionalità, provenienza, habitat). È un luogo dove i bambini possono fare ricerca, indagine, giocare e mangiare.

- IN CASA: ogni pianta ha specifiche necessità di esposizione alla luce e di acqua per cui consiglio di verificare quali parti della casa possono essere utilizzate per ospitarle al meglio. Se non si ha a disposizione molto spazio, può bastare anche un solo vaso per creare un mini-giardino e/o un mini-orto
- ALL'ESTERNO: se si ha a disposizione un giardino o un balcone o un terrazzo, è bello creare anche uno spazio con piante da esterno così da far comprendere al bambino le differenti necessità delle piante
- IN GIARDINO: ritagliare un piccolo spazio per creare un orticello per il bambino. Scegliere varietà facili da curare e che crescano in stagioni diverse. In alternativa, ottimo l'orto urbano

ATTIVITÀ DA PROPORRE

INDOOR

- **"cuore verde ":** acquistare un vaso che sia solo del bambino; far scegliere al bambino una pianta e insegnargli i primi rudimenti: come annaffiarla, dove metterla, come togliere le foglie secche.
- **"pollice verde":** seminare su un poco di terra o di bambagia bagnata un qualsiasi seme: fagiolo o lenticchia sul davanzale; in pochi giorni si potrà vedere il seme aprirsi, e trasformarsi in poco tempo in una pianta completa.

OUTDOOR

- **"piccolo giardiniere":** prendere una patata americana, appoggiarla sul terreno, interrandola per metà e mantenere umido il terriccio per vederla produrre una gran quantità di foglie.
- **"il ciclo degli alberi":** (per chi ha un albero o più alberi nel giardino) ogni settimana fotografare l'albero dalla stessa angolatura e nel tempo documentare con le immagini le sue trasformazioni.

ALCUNI BENEFICI DELL'ATELIER del VERDE

- Aiuta ad affinare i movimenti fini della mano (coordinazione occhio-mano) sviluppando concentrazione ed autonomia,
- Sviluppa il senso di responsabilità di sapersi prendere cura di un essere vivente (pianta)
- Insegna rispetto, pazienza, manualità e amore.



Giochi, accessori, decorazioni. Piacciono a bimbi e genitori

DESIGN

PELUCHE FATTI A MANO, GIOCHI IN LEGNO O IN CARTA DA COLLEZIONARE, POSTER, LAVAGNE MAGNETICHE



I magneti
di Ma Cabane à Rêves.
www.macabaneareves.com
Foto di @mostlymosi



TANTE CONFIGURAZIONI

U-set è una **poltrona**, ma anche un **tavolo** doppio e una **storage box!** La base di ciascuna configurazione è sempre il modulo a U. Una creazione della coppia di designers Mera Makers, sempre alla ricerca di equilibrio tra funzionalità ed estetica, e un pizzico di divertimento!

www.meramakers.com

DA COLLEZIONARE

I prodotti di questo marchio americano si ispirano al glamour dell'America degli anni Sessanta, ai colori Pop e al design moderno, tanto da essere collezionati anche dai genitori. La vasta gamma di **auto d'epoca**, furgoncini e strutture architettoniche d'oltreoceano, è realizzata artigianalmente in legno di faggio massello e con pitture a base d'acqua. Di Candylab Toys.

In vendita su www.gioconaturalmente.com



BELLI, FUNZIONALI, DIVERTENTI!

PER ACCONTENTARE I GENITORI E I BAMBINI, IL KIDS DESIGN STUDIA SOLUZIONI IN GRADO DI ASSOCIARE LA BELLEZZA E LA FUNZIONALITÀ, IN OGGETTI PENSATI PER IL GIOCO E IL DIVERTIMENTO DEI BAMBINI. VI MOSTRIAMO I PIÙ ORIGINALI

a cura di Laura Della Badia



PER IL RELAX, AMICI ANIMALI!

Realizzato in pura lana taftata a mano, il **tappeto per bambini** Animals Zebra black/white è pensato come scendiletto o per ore di gioco, letture, relax! Fanno parte della collezione anche il gorilla, la giraffa, il panda e tanti altri animali! Di Sitap.

www.sitap.it



PER LE APPASSIONATE DI DANZA

Il brand Poppik ha deciso di dedicare uno dei suoi best seller 2023, della collezione dei **"Discovery Poster"**, al mondo della danza classica. Si tratta di un grande poster, stampato su ambo i lati, con ben oltre sessanta adesivi, da attaccare, staccare e riposizionare.

Su www.gioconaturalmente.com



IN CARTA, PER GIOCARE E DECORARE

I kit DYI in carta da montare sono ideali per sviluppare manualità e concentrazione, e abbellire la camera dei bambini! Qui vi mostriamo gli animali marini ma ci sono tante altre proposte!

www.usa.studioroof.com

DA COCCOLARE

Uccellini, gufetti e patchwork, creazioni per bambini che amano la natura e giocare con la fantasia. Moribidi e raffinati, creati da Emilia Rogińska. Di Pooka Toy.

IG: @pookatoy





NON LA SOLITA LAVAGNA

Un design sobrio e minimalista a forma di casetta o rettangolare per la **lavagna magnetica** adatta a tutti gli ambienti: dalla camera dei bambini al soggiorno, dalla cucina all'ingresso! Gioco e divertimento con i magneti e ore di disegno. Di Ma Cabane à Rêves.

www.macabaneareves.com

COME IN PASTICCERIA

Davvero originale questo kit di costruzioni, ispirato al mondo della pasticceria. Pezzi essenziali, per lasciar correre l'immaginazione! Di The Tea Club.

www.theteaclubtoys.com



Bugaboo Dragonfly

Il passeggino da città del futuro dove il comfort incontra il compatto





Chiusura compatta brevettata con navicella

Ridefinendo la praticità urbana, il passeggino si chiude in un unico pezzo senza dover rimuovere la seduta o la navicella

Esperienza di guida City+ sui terreni urbani

Sterzo reattivo, sospensioni complete e nuove ruote da città ad alte prestazioni per una guida fluida



Cesta portaoggetti flessibile

Unisce prestazioni e praticità, per semplificare le vostre giornate all'aria aperta

Realizzato per un futuro migliore

Utilizzando materiali di alta qualità a base biologica, il passeggino ha già ridotto la sua impronta di CO2 del 21%

Scopri di più su bugaboo.com

OUTSIDE THE CITY

VIAGGI IN FAMIGLIA, RELAX E SOGGIORNI PROVATI DA NOI. PRENDETE APPUNTI PER UN'ESTATE RICCA DI EMOZIONI!

HOTEL AL MARE E IN MONTAGNA, GITE IN LIGURIA, TREKKING IN PIEMONTE, RELAX IN VALPOLICELLA



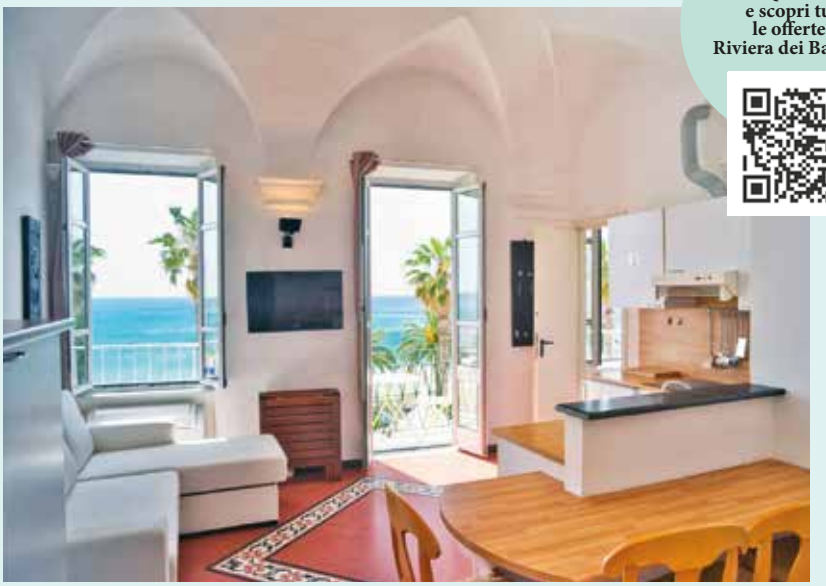
NEL CUORE DI FINALE LIGURE
A 20 PASSI DAL MARE

RIVIERA DEI BAMBINI PRESENTA *FAMILY & BIKE HOTEL MEDUSA*, META IDEALE PER UN SOGGIORNO INDIMENTICABILE, ALL'INSEGNA DEL DIVERTIMENTO E DEL RELAX.

Inquadra il QR CODE e scopri tutte le offerte di Riviera dei Bambini!

Su *www.rivieradeibambini.it*, il club 100% ligure dedicato al turismo a misura di bambino, puoi trovare tutte le informazioni necessarie per organizzare al meglio il tuo soggiorno in Liguria. In particolare a Finale Ligure, dove si trova il *Family & Bike Hotel Medusa*.

Siamo nel cuore di Finale Ligure, proprio di fronte alla passeggiata e alla spiaggia, in un palazzo del Seicento completamente ristrutturato. La recente ristrutturazione delle camere e delle aree comuni è stata fatta all'insegna del comfort e della cura dei particolari grazie alla passione di Andrea che oltre ad essere albergatore è anche architetto. Andrea e la sua famiglia gestiscono l'hotel da generazioni e coccole e accoglienza super non mancano! La varietà di servizi offerti, le diverse tipologie di sistemazione (camere triple, familiari, suites, appartamenti) consentono di soddisfare le esigenze di ciascuno, garantendo così di poter vivere la vacanza perfetta.Per le famiglie l'*Hotel Medusa* è attrezzatissimo, compresi i bebè: oltre alle Family Room, c'è addirittura una stanza delle pappe con microonde e frigorifero a disposizione delle mamme.







Non manca il Mini Club con l'animazione e ogni giorno per i bimbi una Super Merenda! All'ora dei pasti i bambini troveranno le tavole allestite in modo colorato con stoviglie, posate e seggiole pensate appositamente per loro.

Il ristorante, guidato da Chef Frediano seleziona solo ingredienti di alta qualità e possibilmente provenienti dal territorio: il basilico dell'entroterra e l'aglio di Vessalico, il pesto, il pesce del mar Ligure e la carne di qualità fornita da allevamenti piemontesi. Di fronte all'hotel c'è una spiaggia convenzionata con piscine per i più piccoli ed essendo Finale Ligure la capitale dell'outdoor, grazie alle Medusa Experience gli ospiti potranno godersi il finalese dal mare ai monti. Tour in barca a vela, MTB, arrampicata, trekking e lezioni in MTB anche per i più piccoli sono solo alcune delle attività proposte.

Coccolati nella SPA dopo una giornata in spiaggia o un bike tour nei sentieri del finalese: bagno turco, idromassaggio, bagni emozionali e soprattutto un massaggio su misura.

L'*Hotel Medusa* è un'oasi di comfort e relax che incanta i suoi ospiti con un'atmosfera accogliente, elegante ma informale, servizi impeccabili e una posizione invidiabile.

HOTEL MEDUSA
Via Vico Bricchieri 7,
Finale Ligure
Tel. 019.692545
www.medusahotel.it

INFORMAZIONE PUBBLIREDAZIONALE

FIUMI DI SMERALDO E GALASSIE DI LUCCIOLE

ALLA SCOPERTA DI LUOGHI AVVENTUROSI E MENO CONOSCIUTI DELLA LIGURIA



FRANCESCA ZARDIN
NATURALISTA
E DIVULGATORE SCIENTIFICO
francesca.zardin@gmail.com

di Francesca Zardin

La Liguria conquista da generazioni i milanesi per il suo mare cristallino e clima delizioso, e ci ha reso fedeli amanti di trofie al pesto e focacce soffici. Perché non aggiungere ad una vacanza marittima tante piccole escursioni in luoghi ricchi di storia e natura fuori dai percorsi usuali alla scoperta di una regione verdissima? Il consiglio è di affidarsi sempre a guide locali preparate e appassionate che possono amplificare l'esperienza con conoscenza e disponibilità.

SCOVATE I LUOGHI di qualità che connotano il territorio, cercando tra quelli che possono vantare il marchio di **Identità Culturale** "Quality Made" che certifica le aziende le cui attività si basano su principi di sostenibilità culturale, ambientale e sociale. Si vivrà un viaggio all'insegna del rispetto territoriale con servizi come alloggi e botteghe radicate nella tradizione, ecco il sito di riferimento: **qualitymade.eu/territori/liguria**



SCENDENDO verso **Genova a Campo Ligure,** regalatevi una visita per ammirare la meravigliosa filigrana nel Museo Carlo Bosio che celebra secoli di abili botteghe Genovesi. Reperti antichi dai vari continenti lasceranno a bocca aperta per la maestria di realizzazione di questa tecnica di gioielleria antica che affonda le radici in Mesopotamia. Nei fine settimana prenotate la visita guidata per famiglie con ingresso al castello.
https://dafneviaggi.com/it/prodotti/tour-assaggi-di-campo/



Se si vuole CONOSCERE **Genova** non si può mancare la visita del suo quartiere più antico, il Sestiere del Molo, che ha la sua origine nel primo insediamento del V sec a.C e racchiude segreti e tradizioni millenarie. Scoprirete come è cambiato nel tempo fino all'Expo 1992 pur mantenendo le sue piazze e vicoli brulicanti di attività. Il tour del sabato è gratuito fino ai 12 anni e accessibile con carrozzine.
https://dafneviaggi.com/it/prodotti/visita-guidata-alla-scoperta-del-sestiere-del-molo-2/



SPOSTANDOSI A LEVANTE si fa un tuffo nel passato con il Museo Archeominerario di **Castiglione Chiavarese** in cui è possibile visitare le trincee delle miniere preistoriche più antiche conosciute in Europa Occidentale, le tracce dello sfruttamento in età bizantina ed infine le gallerie costruite dall'attività del XX secolo. Le guide geologiche preparatissime porteranno il giusto mix di scienza e storia.
www.musel.it



PER UN TUFFO IN UNA VALLE incontaminata esplorate il Biodistretto della **Val di Vara**, attraversata dall'omonimo fiume, un paradiso di bellezza e biodiversità. La scelta di perseguire un'agricoltura e un allevamento sostenibile regala a questa valle una ricchezza di fiori e insetti impollinatori straordinaria. Le notti d'estate si illuminano di galassie di lucciole che lasceranno a bocca aperta i bambini. I prodotti gastronomici deliziosi sono garantiti dal marchio Slow Food, e potrete praticare sport all'aria aperta dall'equitazione al rafting (a partire dai 6 anni).
www.valdivara.it



CONSIGLIO PLUS: unite il parco avventura ad un pranzo con vista indimenticabile a base dei prodotti dell'**azienda Giandriale**. Offre percorsi adatti ai giovani scoiattoli della materna e ai genitori senza paura con la sua zip line, per poi ristorarsi con delizie sotto alberi centenari.
www.parcoavventuravaldivara.it







VIAGGIO IN FAMIGLIA AL **SACRO MONTE DI VARESE**

IL SITO UNESCO AFFASCINA E CONQUISTA VISITATORI DA TUTTO IL MONDO. ECCO LE ATTIVITÀ A MISURA DI BAMBINI!

Dalla sua cima si possono vedere i grattacieli di Milano, il lago Maggiore e quello di Varese, le montagne svizzere e quelle fino a Lecco: il Sacro Monte di Varese si presenta come un colle con arroccati edifici e abitazioni di diverso genere, come le quattordici cappelle che si arrampicano lungo la Via Sacra. Un luogo ricco di storia, che dal Medioevo ha cambiato volto, pur rimanendo radicato nel suo territorio e dal 2003 è Patrimonio Mondiale dell'Umanità.

Grazie ad un progetto della società Archeologistics, realizzato con il contributo di Regione Lombardia, le famiglie potranno esplorare questo luogo con un taccuino molto particolare: il diario di appunti di Fra Aguggiari, l'ideatore delle cappelle e della maestosa via di accesso oggi utilizzata per arrivare al borgo. La guida d'eccezione racconterà la storia e i segreti di questo luogo, chiedendo di cercare, di disegnare e di svelare qualche oggetto o stranezza sparsa sul Viale, che si risale partendo dalla Prima Cappella: non dimenticatevi di guardare dentro le quattordici cappelle!

Conosciuta la storia del Sacro Monte grazie al taccuino, la visita non finisce qui: una volta arrivate in cima, camminando tra le vie del borgo e tra i passaggi sotto il campanile e le abitazioni, le famiglie possono entrare nella Casa Museo di Lodovico Pogliaghi, eclettico artista e autore della Porta del Duomo di Milano, o nella Cripta, l'antica chiesa affrescata e celata sotto il Santuario. Oltre alle visite guidate formato famiglia nei musei, il 18 e il 25 giugno si terranno due concerti proprio nella Casa Museo Pogliaghi. Nei mesi di luglio e agosto, si guarda in su alla ricerca delle stelle grazie agli eventi in collaborazione con l'Osservatorio Astronomico, ma si va anche alla ricerca dell'arte contemporanea disseminata in tutto il Sacro Monte di Varese: le date degli eventi saranno presto pubblicate sul sito di Archeologistics.



CASA MUSEO LODOVICO POGLIAGHI

Orari apertura: mercoledì-venerdì 10-13 / weekend e festivi 10-18 (con visite guidate formato famiglia incluse nel biglietto). Concerti il 18 e il 25 giugno alle 16.30.

CRIPTA E MUSEO BAROFFIO

Orari apertura: mercoledì-venerdì 14-18 / weekend e festivi 10-18 (con visite guidate formato famiglia incluse nel biglietto).

EVENTI SPECIALI NEI MESI DI LUGLIO E AGOSTO

Visite con l'Osservatorio astronomico.
Visite sull'arte contemporanea al Sacro Monte.



CONTATTI
info@archeologistics.it
328.8377206
www.archeologistics.it
www.sacromontedivarese.it
bit.ly/newsletterdiArcheologistics

INFORMAZIONE PUBBLIREDAZIONALE

DOMENICHE IN ALPEGGIO

7 DATE PER SPERIMENTARE LA VITA ALPIGIANA

I cicli della natura, gli animali al pascolo, i riti della lavorazione del formaggio: se volete diventare alpigiani per un giorno, allora dovete prendere parte almeno a uno degli appuntamenti del ciclo DOMENICHE IN ALPEGGIO 2023 ALL'*OASI ZEGNA*.

» **LE DATE**, tutte di Domenica: 4 e 18 giugno, 2 e 16 luglio, 6 agosto, 3 e 17 settembre.

» **GLI ALPEGGI.** Partecipano all'iniziativa, con modalità diverse che vi consigliamo di verificare direttamente con la struttura, l'Alpe Moncerchio e la Cascina Pilota.

» **L'ALPE MONCERCHIO** (1.450 metri di altitudine, con una splendida vista sul Monte Rosa). Assisterete alla mungitura, fatta rigorosamente a mano nei pascoli dove le mucche vivono libere, e avrete la possibilità di assaggiare il latte appena munto; poi si va nel caseificio per la lavorazione del Macagn, formaggio autoctono della Valsesia fatto col latte crudo. Scoprirete così tutti i segreti sulla produzione e stagionatura che rendono questo prodotto così speciale. Potrete fermarvi a mangiare per un pranzo alla carta all'insegna della tradizione.

Info: 8€ ad adulto, bimbi gratis
Prenotazione obbligatoria entro il giovedì
al tel. 392.5033701

» **CASCINA PILOTA,** azienda agricola che si occupa prevalentemente di allevamento caprino, di produzione e vendita di formaggi e salumi. Scoprirete anche le caratteristiche di questo luogo, frutto della visione progettuale di Ermenegildo Zegna, che lo pensò come un alpeggio sperimentale, utile allo sviluppo della montagna.



L'Alpe Pilota nacque nel 1941 secondo una concezione armonica e sinergica tra territorio, animali e pastori. A distanza di circa 80 anni, l'alpeggio ospita un'azienda agricola a conduzione familiare che pratica l'allevamento sostenibile. Sono state recuperate le stalle esterne e lo stabile principale, in cui sono attivi il caseificio, il laboratorio e un piccolo punto vendita in cui potrete acquistare i prodotti della cascina.

Info: 12€ adulti e 6€ bimbi per visita guidata alla cascina e aperitivo / degustazione formaggi
Prenotazione obbligatoria tramite whatapp:
347.914 8768.

OASI ZEGNA
www.oasizegna.com



CREA LA TUA LISTA
NASCITA • BATTESIMO • REGALO!

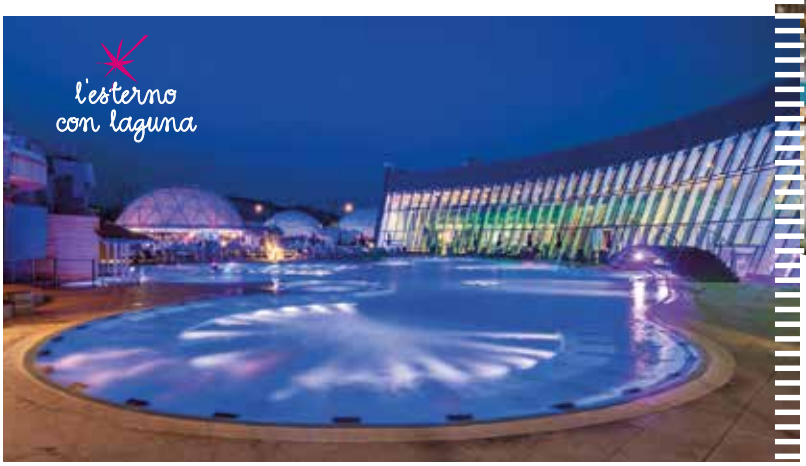
Gratuita e senza obbligo di acquisto!

Crea la versione online direttamente da casa e **condividi la tua lista con parenti e amici** con un semplice "click".

Tutti i regali potranno essere **ritirati presso il nostro punto vendita** oppure spediti **direttamente a casa.**

Per assistenza sulle liste nascita puoi contattare il numero **+39 345 2280 233**

Vieni a trovarci a Varedo (MB)
Via Circonvallazione 16
Visita il nostro sito **lachiocciolababy.it**





Provato da noi!

Inquadra il QR code vai al sito di Aquardens!

AQUARDENS
LE TERME DI VERONA
RELAX, BENESSERE E DIVERTIMENTO PER TUTTI

a cura della redazione

Affacciato sulle verdi colline della Valpolicella, a pochi chilometri da Verona, Aquardens è il parco termale con un'area saune tra le più complete in Italia, oltre ad una varietà di lagune, grotte, cascate e giochi d'acqua. Lo abbiamo visitato e vi raccontiamo le attività più interessanti, da fare sempre, in famiglia, con le amiche o il partner, perché questo tempio del benessere è aperto tutto l'anno, 7 giorni su 7!

L'AREA TERMALE

L'area termale costituisce il cuore di Aquardens e si compone di 14 vasche esterne e interne con acqua ipertermale che sgorga naturalmente a 47° e che viene immessa nelle vasche ad una temperatura tra i 34° e i 40°. Passeggiando o nuotando tra vasche di profondità diverse si possono alternare gli effetti benefici dell'acqua termale ai getti tonificanti delle cascate, degli idromassaggi e del River, un fiume artificiale da cui farsi trasportare dolcemente oppure da percorrere controcorrente per assaporare i benefici dell'azione tonificante.

All'interno del Parco si possono seguire 5 diversi percorsi benessere (Soft, Tonic, Detox, Beauty, Sauna) suggeriti dal medico termale e da scegliere in base alle proprie esigenze. Aquardens propone anche percorsi di musicoterapia e cromoterapia nelle vasche e nelle grotte. Ci sono, inoltre, tre incredibili pool bar (Sorgiva, Laguna, Kelo pool bar) dove sostare per una pausa benessere dove la drink list si compone di cocktail classici e contemporanei.



IN FAMIGLIA E PER LE MAMME IN ATTESA

Per vivere al meglio l'esperienza Aquardens in famiglia sono state create le zone Abbraccio e Coccola con ampie vasche dove avvicinare anche i più piccoli a un percorso termale e di benessere insieme ai genitori. Inoltre, Coccola è dotata di scivoli a disposizione dei giovani ospiti dove godersi giochi e attività nell'acqua organizzati da un servizio Miniclub per i bambini dai 4 ai 13 anni e aperta il sabato e la domenica, ponti e festività.

Aquardens ha previsto zone dedicate a unire le esigenze di genitori e figli grazie alle sue vasche, ma anche ad eventi speciali come concerti e spettacoli che arricchiscono l'esperienza insieme. Anche il mondo dei massaggi e dei trattamenti per il corpo si apre alle famiglie per condividere dei momenti insieme con una manualità leggera e rilassante che conciliano il rilassamento. Per le future mamme sono previsti anche trattamenti ad hoc, che stimolano la circolazione sanguigna (Premaman) e aiutano il drenaggio dei liquidi in eccesso (Mum to Be). Da vivere in famiglia anche il Kiwi beach, la spiaggia della Valpolicella, a disposizione degli ospiti in primavera ed estate, con la sua caratteristica sabbia bianca.

MUSICA E DJ SET

Buona musica e cocktail sono i protagonisti di appuntamenti settimanali. Immersi nell'acqua termale si può godere dal vivo di concerti e dj set organizzati a bordo vasca, nell'ampio spazio all'aperto.

MASSAGGI & BEAUTY

Aquardens propone un'ampia gamma di trattamenti viso e corpo realizzati in un'area dedicata con nove cabine e due suite private. Tra i massaggi più emozionali, quello Hawaiano Lomi Lomi e quello Californiano: preparatevi ad un rilassamento totale!

IL SAUNA VILLAGE

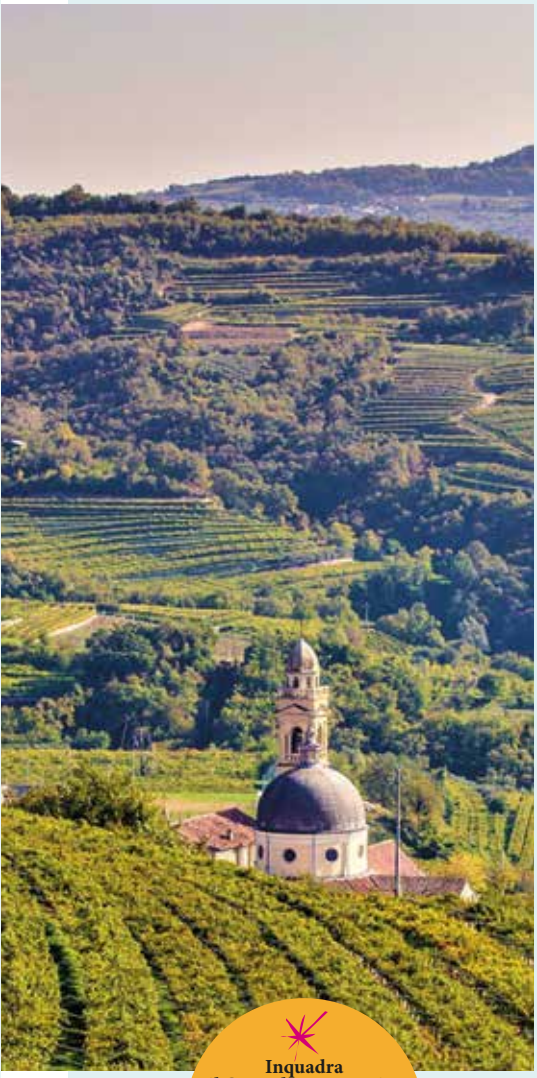
Uno spazio esclusivo tra i più grandi in Italia, in cui sono presenti tre diverse grandi saune tematiche (da 60 a 120 posti) e un bagno turco dedicato anche, per le sue ampie dimenisioni, ai rituali di gruppo, ispirate alle più significative tradizioni saunistiche internazionali. La Sauna Celtica, la Sauna Contemporanea e la Banya Russa sono tutte da scoprire!

AQUARDENS
Via Valpolicella, 63
Santa Lucia di Pescantina (VR)
www.aquardens.it

E DOPO LE TERME, **SCOPRIAMO LA VALPOLICELLA!**

VIVERE UN TERRITORIO UNICO, CON TANTE E DIVERSE ESPERIENZE





Inquadra il QR code per scoprire la Valpolicella!

Dopo essersi rigenerati nel parco termale più grande d'Italia, Aquardens, si può programmare un intero fine settimana, o una semplice scampagnata, alla scoperta del territorio circostante.

La Valpolicella è una valle molto amata e suggestiva, nota soprattutto per la massiccia presenza di cantine vitivinicole, dove si possono organizzare degustazioni e gite enogastronomiche. La valle è però molto bella dal punto di vista naturalistico, ricca di percorsi di trekking tra boschetti, vigneti e antichi borghi affacciati sulle colline. Perfetta per un'esperienza in famiglia, ma anche per una fuga a due!

A poche decine di minuti dalla Valpolicella, proseguendo lungo le strade che salgono verso la montagna, svettano i Monti Lessini, la catena che attraversa a nord le province di Verona e Vicenza e che offre spettacoli mozzafiato. La zona è perfetta per passeggiate estive, tra mucche all'alpeggio e malghe che offrono prodotti tipici ai viandanti, ma anche per un trekking più impegnativo, per la mountain bike e per gli sport invernali, dallo sci alle ciaspole.

In Valpolicella ci sono oltre 200 km di piste ciclabili, un paradiso per gli appassionati, ma ci sono anche ville, castelli e santuari da visitare, per una full immersion di arte e cultura. L'esperienza enogastronomica la fa da padrona, tra cantine e produttori locali si possono organizzare splendide degustazioni e acquistare i prodotti tipici da portare a casa. Se volete partire informati e programmare ogni dettaglio, il portale *Valpolicella.it* offre tantissimi spunti e idee per ogni occasione, sia che siate in famiglia che con gli amici.

Qualche esempio?

› Il Veja Adventure Park, il parco avventura sugli alberi che sorge a pochi metri dal Ponte di Veja!
Qui troverete un mondo di avventure per i vostri figli, in una meravigliosa area immersa nel verde: scoprite il parco e i programmi su www.vejadventure.it.

› Il parco delle cascate di Molina: tre tipologie di sentieri permettono di visitare le cascate e di cogliere suggestivi scorci di un paesaggio naturale fatto anche di prati verdi e boschi fitti, ripidi pendii e speroni rocciosi, a poca distanza dalla Valpolicella Classica.

› Se viaggiate con il vostro amico a 4 zampe, sul portale trovate una sezione dedicata ai posti dove potete dormire anche con lui, ma ci sono tanti suggerimenti per un pernottamento in cantina o nei più bei borghi.

› Cantina Lorena Fasoli propone una visita della cantina con i genitori, se i bambini hanno voglia e sono interessati, altrimenti possono stare nell'ampio giardino a giocare o disegnare, mentre i genitori fanno la visita in cantina e degustazione in totale relax. Naturalmente c'è una degustazione speciale anche per i bambini con tagliere, succhi di frutta o acqua. Per info: info@tenutefasoli.com

Non vi resta che individuare il fine settimana giusto e prenotare prima il relax alle terme e poi le attività da fare in giro per la Vapolicella.

INFO
www.valpolicella.it

GLI ORRIDI DI URIEZZO

IN PIEMONTE, UNA VALLE RICCA DI CANYON E STORIA

a cura di Alessandra Fusè



ALESSANDRA FUSÈ
GIORNALISTA SPECIALIZZATA
IN VIAGGI
E GUIDA ESCURSIONISTICA

"Orridi di Uriezzo". Un suono che incute curiosità e quasi timore. E a ragione. Il luogo è particolare, unico e stupisce davvero tutti. E il timore quando ci si trova tra le strette, buie e altissime pareti degli orridi, nasce nel profondo accompagnato da un batticuore. Una cosa è certa: questi Orridi sono da visitare e l'estate è la stagione giusta. Si trovano in Piemonte, in Ossola e costituiscono un'immersione nella storia: si tratta di un posto pervaso da un'atmosfera magica, con canyon modellati dall'acqua che per millenni ha costruito questa bellissima valle. Camminare per queste gole scavate nel granito da antichi torrenti provenienti dal Ghiacciaio del Toce significa entrare in un libro di geologia e osservare da vicino i diversi strati di rocce, toccarle con mano, alzare lo sguardo e immaginare la potenza della natura. Il fragore delle antiche acque è ancora udibile e quasi spaventa: parallelamente alle gole (ormai asciutte e percorribili) scorre il Toce, in un altro letto, sagomato, levigato e arrotondato dall'acqua. Questo tratto del fiume, chiamato "Marmitte dei Giganti" richiama a gran voce i tanti visitatori.

A PASSEGGIO TRA GLI ORRIDI DI URIEZZO

Circa 12.000 anni i numerosi torrenti, fiumi e cascate hanno eroso la roccia andando a creare questo scenografico spettacolo della natura: gli Orridi di Uriezzo. Si passeggia tra stretti e tortuosi passaggi, si scendono e si salgono lunghe scale d'acciaio costruite per "calarsi" in sicurezza in questa profondità magica, dove la luce stenta a penetrare. Regno di muschi, felci e poche altre specie vegetali che riescono a vivere in queste condizioni di molta umidità, poca luce e assenza di sole, questo ambiente è più unico che raro.
Le gole e le cavità si sono formate una volta che il ghiacciaio è scomparso. Le altissime pareti che in certi punti non permettono di vedere il cielo, sono scolpite da scanalature create dal moto vorticoso dell'acqua.

LE MARMITTE DEI GIGANTI

In località Maiesso, lungo il corso del fiume Toce, nei pressi degli Orridi, ci sono le incredibili Marmitte dei giganti: enormi cavità cilindriche scavate nella roccia dalla violenza dei torrenti impetuosi. I sassi trasportati dalla corrente giocano un ruolo importante, come fossero delle punte dei trapani capaci di modificare la roccia grazie alla forte azione abrasiva.









PER INFO SU QUESTA E ALTRE ESCURSIONI GUIDATE
Alessandra Fusé
Cell. 328.9798955
fuse.alessandra@gmail.com
www.viaggioriginali.it
FB: Viaggi Originali di Alessandra

INFORMAZIONE PUBBLIREDAZIONALE



Provato da noi!

IN ALTO ADIGE, **NEI FAMILIENHOTELS SUDTIROL**

L'HOTEL FAMELI, PROVATO DA NOI

di Laura Della Badia

Sono i veri specialisti delle vacanze per la famiglia, dislocati nelle zone più suggestive delle Dolomiti e dell'Alto Adige: **i 23 Familienhotels Sudtirol** garantiscono l'equilibrio perfetto tra tempo per i piccoli e tempo per i grandi e offrono servizi specifici per qualsiasi esigenza. Grazie alle categorie "Family Light", "Family Plus" e "Family Premium", ogni famiglia può scegliere la propria vacanza top in Alto Adige.

Abbiamo provato l'Hotel Fameli in un meraviglioso weekend di inizio Giugno, assaporando l'estate e tutte le possibilità di svago in questo hotel 4 stelle superior che coniuga l'atmosfera moderna con il calore della conduzione familiare della famiglia Gasser.

Ecco perché ci è piaciuto!

› LA COMODITÀ E SERVIZI: il Fameli è un hotel che invita al relax, a scegliere ogni giorno come trascorrere il proprio tempo, tra passeggiate nella natura, piscine, benessere nella spa. Qui tutto è a portata di mano, con orari open e possibilità di svago per ogni età. Basta scegliere! E se volete del tempo solo per voi adulti, per i bambini c'è sempre l'**intrattenimento con servizi dai 2 anni in su**, dalle 9 alle 22.

› LE PISCINE: Al Fameli abbiamo apprezzato molto la possibilità di usufruire di **3 piscine**. La Family sky pool con vista e idromassaggio, circondata da divani e aree relax dove potete gustarvi anche un aperitivo; la family relax pool è interna, ideale per rilassarsi in famiglia; nella family fun pool potrete divertirvi e sguazzare con i vostri bambini!

Il valore aggiunto è che queste piscine sono aperte tutti i giorni dalle 7 alle 20!

› LA SPA: anche in questo caso le possibilità sono più di una. Abbiamo infatti provato la spa adatta a tutta la famiglia, con sauna finlandese a 55°, e l'area spa per soli adulti, in un'atmosfera intima e rilassante, **dove regna il silenzio e il tempo per sé**. Sauna Finlandese a 90°, biosauna 60° e il bagno turco 50° e 50% umidità. Aperta dalle 13:30 alle 20.

› LA NATURA: L'hotel Fameli si trova in una posizione ideale per vivere a pieno la **natura della Val Pusteria**. Attraverso passeggiate a più livelli di difficoltà, potrete raggiungere le malghe circostanti, anche con il passeggino! Alla reception troverete sempre personale disponibile a fornirvi il miglior consiglio in base alla giornata. Noi abbiamo camminato fino alla Malga Argerer e scendendo ci siamo fermati al **Mondo Bimbi, un bel parco tra i boschi**, con tante aree tematiche, tra arrampicata e percorsi d'acqua.



giochi nel bosco

› LA CUCINA: altro fiore all'occhiello dell'hotel Fameli è la cucina! Dalla colazione alla merenda delle 14.30, fino alla cena, troverete sempre **gran varietà nella scelta e soprattutto ottime pietanze**, alcune della quali preparate nella cucina a vista. Piatti mediterranei e altoatesini, sempre con un tocco di creatività! Abbiamo apprezzato molto anche il menù bambini che cambia ogni giorno!

Per noi è stato un weekend all'insegna del relax, circondati dalla qualità dei servizi ma anche dal sorriso e dalla disponibilità di tutto il personale!



la family sky pool



il ristorante

FAMELI HOTEL
info@fameli.it - www.fameli.it
Tel. 0474.496058
Via San Egidio 13, Valdaora
www.familienhotels.com





IN VACANZA CON FIDO

GIOCHIAMO CON I NOSTRI AMICI A QUATTRO ZAMPE AL MARE, IN MONTAGNA, ALL'ARIA APERTA!

Avete mai pensato a quanto sia importante il gioco per tutti gli animali intelligenti? Tutti i mammiferi amano giocare, non solo gli umani! Il gioco per i nostri amici a quattro zampe rimane un'attività fondamentale, che apprendono da cuccioli e che poi, servirà per rafforzare il legame col proprio "umano". Affinché il gioco resti un'attività divertente e sicura, meglio evitare oggetti potenzialmente pericolosi. Anche sassi, legni e legnetti possono nascondere insidie se non scelti con cura come anche altri oggetti comuni come ciabatte, calze, se usati in modo improprio.
Per non correre rischi è sempre consigliato l'uso di giocattoli studiati appositamente per i nostri amici cani. Ecco i consigli di Bamapet, perfetti per l'estate!
Tuttomio, Orma, Trotto Disk e Tira&Molla sono i giochi *Bamapet* atossici, 100% made in Italy, che galleggiano e rimbalzano, i vostri amici a quattro zampe non sapranno resistere! I giochi per cani possono aiutare nella formazione del carattere e sono strumenti utili per sviluppare l'agilità ed incentivare l'esercizio fisico. Il nuoto ad esempio è un eccellente esercizio che rafforza il cuore, i polmoni e stimola l'intera muscolatura.

TUTTOMIO ed ORMA sono validi alleati, non c'è niente di meglio del gioco del riporto! Tuttomio a forma di legnetto e Orma con la sagoma di una zampa, sono disponibili in più dimensioni per cani di grande o piccola taglia.
Trotto Disk è il frisbee flessibile, ideale per lancio e riporto, divertente. Grazie al bordo stondato in gomma si riducono i rischi di irritazione delle gengive dei cani. Il perno centrale in gomma favorisce la presa in autonomia anche nei cani che non fanno agility, ma che amano giocare con il loro padrone. Non vi resta che provarlo!
Tira&Molla è l'ultima novità di Bamapet, che grazie alla sua forma a spirale:

- è perfetto per fare tira e molla,
- se riempito con golosi premietti stimola l'attivazione mentale del cane,
- se appeso in alto lo sprona al salto,
- se messo in acqua lo aiuta a prendere confidenza con il mondo acquatico e migliorare il riporto!

Non dimentichiamo che tutti i giochi *Bamapet* galleggiano e il nuoto si sa è fondamentale per il benessere del cuore, dei polmoni e degli arti dei nostri amici a quattro zampe. Che aspettate? Tutti in acqua con *Bamapet*!







DOVE?
www.bamagroup.com
BLOG: www.enjoylifewithbamapet.com (dedicato alla cura dei pet)
FB: bamapet (la pagina facebook dedicata al mondo pet)

INFORMAZIONE PUBBLIREDAZIONALE

LA TUA ESTATE INIZIA QUI!
Scopri le offerte, scrivi a info@family resort-rainer.com

RIGENERARSI IN MEZZO ALLA NATURA

IL *FAMILY RESORT RAINER* È PRONTO AD ACCOGLIERE TUTTE LE FAMIGLIE PER UN'ESTATE INDIMENTICABILE

Avete voglia di vacanze all'insegna della natura? Le proposte di uno dei family resort più amati dalle nostre lettrici, non mancano!
Scopriamo perchè piace così tanto questo paradiso formato famiglia.



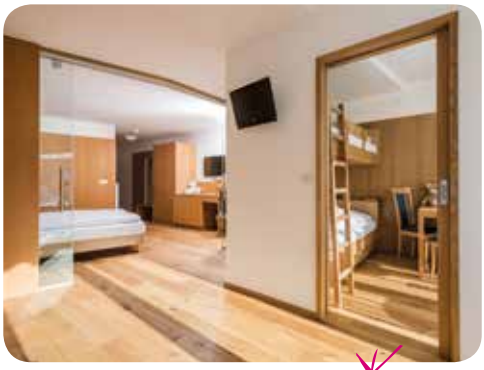
❯ LA POSIZIONE: in mezzo alle Dolomiti, a Sesto, tra panorami mozzafiato, nella famosa regione delle Tre Cime, dove è possibile fare innumerevoli gite, escursioni, arrampicate, e naturalmente tutte le attività sulla neve.

❯ UN RICCO PROGRAMMA DI ATTIVITÀ PER BAMBINI e assistenza ai bimbi da 1 a 12 anni. Sia all'aperto che all'interno l'albergo offre un emozionante mondo, sempre pieno di sorprese e avventure, con lamascotte Raini. Grazie all'assistenza professionale che segue i bambini, i genitori hanno la possibilità di godersi piacevoli momenti in due.

❯ L'AREA WELLNESS: la "Dolomit Panorama Spa", su due piani, rappresenta un'esperienza architettonica. Non solo il piacere del benessere al massimo della sua espressione, ma anche una vista spettacolare sulle Dolomiti di Sesto durante una nuotata, una sauna, un trattamento cosmetico. Naturalmente, c'è un'area per bambini con fantastiche attrazioni.

❯ LA CUCINA: tradizionale, con tanti piatti da conoscere e gustare, anche per i più piccoli; ogni giorno dalle 19 un buffet ricco, vario e sano, con i piatti preferiti dai bambini. In questo modo i genitori possono accompagnare in anticipo i bimbi a mangiare, poiché dalle 19.30 comincia di nuovo il "Divertimento nel Mondo di Raini", grazie al quale i genitori possono godersi in totale relax la loro cena gourmet, gustandosi una buona bottiglia di vino.

❯ LE SOLUZIONI: appartamenti, suite familiari e camere in mezza pensione, in affitto o anche con la sola prima colazione.



la suite familiare, spaziosa e comoda



Raini la mascotte!

FAMILY RESORT RAINER
Via S. Giuseppe, 40
39030 - Sesto/Moso (BZ) - Alta Pusteria
Tel. 0474 710366
info@familyresort-rainer.com
www.familyresort-rainer.com

INFORMAZIONE PUBBLIREDAZIONALE

TI REGALO UN LIBRO

LIBRI DA LEGGERE, LIBRI DA REGALARE!

A cura di Valentina Valente

Seguiteci anche sui social per i consigli di lettura @MILANOMOMS!







Leggi universali

Un libro che mi ha affascinato sin dalle primissime pagine. Cosa succede se uno dei più grandi fisici quantistici del '900 (Wolfang Pauli) si fa psicoanalizzare da uno dei più importanti portavoce della psicolnalisi del Ventesimo secolo (Gustav Jung)? Una vera e propria alchimia!
Da questa storia vera, raccontata in un intreccio di informazioni storiche sul mondo affascinanate della fisica e della psiconalisi, impariamo a scoprire il concetto di sincronicità: tutto è straordinariamente legato insieme. Perché, siamo sicuri quando affermiamo che si tratta "solo" di concidenze?

OGNI COSA È COLLEGATA
Gabriella Greison
Mondadori

Lifestyle

Avete notato che in questi ultimi anni i negozi che propongono moda Vintage sono aumentati a Milano? Non è un caso. La tendenza è quella di vestirci in modo trendy, ma con maggiore attenzione ai costi e alla sostenibilità. Capi evergreen, di seconda mano ma in ottime condizioni, che non tramontano mai, mischiati a capi nuovi o sapientemente abbinati tra loro offrono la possibilità di creare look impeccabili. In questo le francesi sono maestre, ecco perché questa piccola guida della style-coach parigina Aloïs Guinut è piena di consigli utili!

PERCHÉ LE FRANCESI VESTONO VINTAGE. ED ALTRI SEGRETI DELLA MODA SOSTENIBILE
Aloïs Guinut
Luxury Books

Amore

In fisica quantistica, se due particelle interagiscono tra kiti per un certo periodo di tempo e poi vengono separate, non possono più essere descritte come due entità distinte, perché tutto quello che accade a una continua ad influenzare anche il destino dell'altra. Anche ad anni luce di distanza…Ecco un romanzo umano, carico di emozione e poesia, pronto per essere portato con noi in vacanza. Ambientato a Singapore, ci porta ad esplorare i sentimenti più intimi legati a quegli amori che lasciano un segno indelebile. Il passato torna prepotentemente nella vita della protagonista Lea, nella quale, quasi certamente, ognuna di noi può riconoscere delle similitudini.

EQUAZIONE DI UN AMORE
Simona Spartaco
Le Chiocciole

Giocando si impara

il gioco sviluppa capacità motorie ed intellettive

CURIOSITA':
Secondo gli esperti cinofili, il gioco è il mezzo più importante con il quale il padrone può entrare in sintonia con il proprio cane, stimolando la capacità di ubbidire e di comunicare le proprie esigenze.

Tira&molla


Orma


Trotto disk


Tuttomio

Tira&molla, **Orma**, **Trotto disk** e **Tuttomio** sono giochi **atossici**, che **galleggiano** e **rimbalzano**. Sono **divertenti** e **sicuri** e i vostri amici a quattro zampe non sapranno resistere. Che il divertimento abbia inizio!
Condividi le tue foto e noi le pubblicheremo!

bama pet

www. bamagroup.com 100% PRODOTTI ITALIANI

Sei un privato? Scrivi a consumatori@bamagroup.com - Sei un'azienda? Scrivi a commerciale@bamagroup.com

MoMi
Simply together

arriva in Italia



MoMi **TOBIS**
CAVALCABILE



MoMi **PASTEL**
PALESTRINA



MoMi **TEDI**
CAVACABILE



MoMi **FLOVI**
SEGGIOLONE PAPPA



Scopri MoMi!
Scarica il nostro catalogo online.
Per informazioni scrivi a
info@joindustry.it

Produttore: TelForceOne S. A., ul. Krakowska 119, 50-428 Wrocław, Poland