N. 46
NOVEMBRE - DICEMBRE 2023
FREE PRESS

milano MOMS

IDEE, STILI E TENDENZE PER LE MAMME A MILANO



Sessualità e affettività

COME PARLARNE AI BAMBINI

PARTIRE
Minitour e idee vacanza

FOOD
3 colazioni da provare

BEAUTY
Cambia look con il degradé

Massaggi speciali per il viso

TEMPORARY STORE
A Milano arriva Rifò

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

ALTO ADIGE

TOP OFFERTA

Sole, neve e wellness

allo Schneeberg - Family Spa Resort 4 stelle

4 giorni da **380€*** p.pers.

con “All-Inclusive Light”

e un buono per la beauty farm da 20 € a camera

*prenotabile dal: 05/11 - 26/12/2023 da 380 €
07/01 - 08/02/24 I 18/02 - 24/03/24 I
02/04 - 28/04/2024 da 410 €
3 giorni (gi-do) o 4 giorni (do-gi)

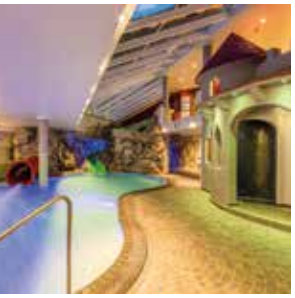




Tutta la varietà dell’Alto Adige sotto un unico nome www.schneeberg.it











Schneeberg
FAMILY SPA RESORT

☎ +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



laura della badia

valentina valente

FOTO DI LE KELLY PHOTOGRAPHY

BILANCI E DESIDERI

Se il mese di Settembre ci sembra un nuovo inizio, ecco che a poca distanza c'è la fine dell'anno, quella attesa soprattutto dai bambini, per le tanto desiderate Feste! Per noi adulti può essere invece un momento di riflessione, anche di bilancio. Un anno si chiude e ci si chiede come lo abbiamo vissuto, cosa abbiamo voglia di programmare e cosa desideriamo. Non è mai facile e non è scontato. Viviamo in un'epoca in cui i nostri desideri rischiano di essere snaturati, influenzati dai messaggi che provengono dall'esterno, spesso troppo forti e ridondanti. Altre volte temiamo il giudizio, dimenticando che la strada da seguire è quella che solo dentro di noi possiamo valutare.
Non perdiamo mai di vista noi stesse, nelle piccole e nelle grandi cose! In questo numero vi invitiamo a leggere l'intervista a pag. 8 in cui la protagonista affronta proprio i temi degli stereotipi da cui noi mamme dovremmo liberarci e dei condizionamenti legati alle idee di perfezione o alle immagini patinate e irreali che spesso provengono dall'esterno. Ecco, il nostro augurio per queste feste è, per tutte noi, ascoltare i nostri più autentici desideri. In questo numero ovviamente troverete tanti spunti per trascorrere del tempo in relax con i bambini, come gli spettacoli a teatro, le mostre in città, i concerti, gli eventi di Natale. E poi ci sono i contributi dei professionisti, cuore importante della nostra rivista, che ci offrono sempre un punto di vista su tematiche importanti, dalla pedagogia alla pediatria.

BUONA LETTURA E BUONE FESTE!

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



6. curiosando



39. moda



33. new born

MOMS SOMMARIO

NEWS
6 Curiosando…

STORIE
8 Valentina Desario. Il mio blog, essere mamme oggi

FOCUS
10 Educare all'affettività e alla sessualità in famiglia

L'ESPERTA
12 Amico a 4 zampe. Scegliete il momento giusto

INSIDE THE CITY
14 Segnare in Agenda!
16 Disney in Concert: The Sound of Magic
18 Colazione Milanese
19 *HelloCasa*. Acqua in vetro
20 *El Patio del Gaucho*. Il pranzo della domenica
21 Salina. Un grande store, tanti servizi
22 Quest'anno, regalati il degradè
23 Rifò. Nuovo pop up store
24 Pingu's. Il bilinguismo
25 Up to Ten. La Chimica del Natale
26 Sailor Junior. Eleganti o sportivi
27 Visologiq. In palestra per il viso
28 Cristiana Maria Alicino. A Natale regalati un sorriso
29 Humanitas San Pio X. Infezioni in gravidanza
30 Pediatra al tuo fianco. Bronchiolite, cosa c'è da sapere
31 Associazione Ostetriche Felicita Merati Spazio allattamento e servizi per le neomamme

NEW BORN
32 La collana allattamento. I consigli della Doula
33 È arrivato Joolz Day5!
34 Nuna, molto più di una borsa

SPECIALE NATALE
35 Chiocciola. Idee regalo
36 Dal cavalcabile al monopattino
37 Crayola. Regali per stimolare la fantasia
38 Peg Perego. Babbo Natale vorrei… la macchina elettrica!

MODA
40 Bianco nero e grigio!

OUTSIDE
44 Passeggiate per scoprire il Lago Maggiore
46 Vivere Green. Mini tour nel Varesotto
47 Al Sacro Monte di Varese
48 La settimana bianca al Family Resort Rainer
49 E se andassimo alle Canarie?

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



Foto di copertina:
Thanks to Simonetta
www.simonetta.it
IG: @simonetta_official

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.

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)

Hanno collaborato
Ilaria Bianchin
Elena Calcinai
Serena Catania
Maruska D'Agostino
Alessandra Fusè
Iresha Totaro
Francesca Zardin

Questo Natale scatena la creatività!





Washimals Pets



Lavagna Luminosa Crea la Moda



Laboratorio dei Pennarelli Profumelli



Drawing Kit Disegna i tuoi Manga

crayola.it

Curiosando...

TENDENZE, NOVITÀ, BELLE IDEE!

BENESSERE DEI CAPELLI. PER RINFORZARE E CONTRASTARE LA CADUTA

BIOCLIN LABORATORIO DERMONATURALE, marchio di dermocosmesi sostenibile di ISTITUTO GANASSINI, ha formulato la linea BIO-FORCE, ideale per rinforzare i capelli indeboliti con un'azione rivitalizzante e coadiuvante anticaduta. Noi abbiamo provato Bio Force integratore alimentare (ma la linea comprende anche sampoo, lozione e fiale): 1 compressa al giorno per 2 mesi, a base di zinco, rame ed estratti di semi d'uva. Un vero concentrato di forza e benessere per i capelli!

www.bioclin.it

BEAUTY ROUTINE

Provato da noi!





HOME DECOR

A TAVOLA. BELLI PER IL DESSERT!

Questi **piatti a forma di albero di Natale**, con un elegante disegno di percalle verde invernale, faranno un figurone sulla vostra tavola delle feste. Hanno un favoloso bordo in lamina d'oro per un effetto speciale. Sono realizzati con carta FSC sostenibile. Confezione da 8.

Li trovi su itzihub.com
o nel negozio Itzi Hub, Via Rasori 4

MAGIA DI STELLE. IN CAMERA DEI BAMBINI

Le **ghirlande**, amatissime dai bambini, sono ideali per **decorare la loro camera** e per aggiungere un tocco di magia in occasione delle Feste. Quelle proposte da Ettomio, a forma di stella, sono anche amiche dell'ambiente, perché realizzate con gli scarti di tessuto di altri prodotti.

Le trovi su www.ettomio.com



SOSTENIBILI

IDEA REGALO



ATTIVITÀ CREATIVE. PAESAGGI INVERNALI

Un **kit per attività di pittura e collage**, con bellissime grafiche ispirate alle stampe giapponesi: 4 tavole da decorare in bianco e nero e completare con le decalcomanie. Un'idea regalo perfetta per stimolare i bambini alla manualità e alle attività creative. Di Djeco.

www.djeco.com

IN CUCINA. IL MANUALE DA REGALARE

"Manuale di cucina per bambini" (Edizioni Lswr) è **una guida e un ricettario** per cucinare nel modo più accurato possibile e con la garanzia del successo. La chef Pucci spiega quali sono le norme igieniche da seguire, il livello di difficoltà per piatto, l'età consigliata per realizzare una pietanza, i tempi da rispettare, gli ingredienti indispensabili. **Tante ricette per realizzare dolci, paste, pizze, salse, sughi**.

Nicol Pucci, *Manuale di cucina per bambini*
Edizioni Lswr

IMPARARE GIOCANDO





WHITE CHRISTMAS

ELEMENTI DECORATIVI. IN FINISSIMA PORCELLANA

Angeli, pigne stilizzate, stelle o le classiche palline per l'albero di Natale: è la collezione Winter Glow di Villeroy & Boch, in **porcellana smaltata e lucidata**. Lo smalto a effetto bianco sul beige dà l'impressione che la porcellana sia ricoperta da uno spesso strato di glassa. E i biscotti fatti in casa? Si conservano perfettamente nel contenitore a forma di abete ricoperto di neve.

www.villeroy-boch.it

PROFUMO D'INVERNO



ESPERIENZE OLFATTIVE. LE FRAGRANZE PER IL NATALE

Donum e Manhattan: due nuove fragranze di Lilium Candles, create per questo Natale 2023. Piccoli gioielli di alta qualità, racchiudono il profumo dell'inverno e la magia del Natale. Indispensabili per creare la hygge natalizia! Le *Lilium Candles* sono realizzate in cera di soia 100% naturale infusa con **oli profumati di alta qualità e preziosi oli essenziali**.

Disponibili in originali box e set regalo.
www.liliumcandles.com

AZIONE LIFTING. PER VISO E COLLO

Un siero caratterizzato da sette pregiati oli vegetali e un innovativo complesso ad azione multi lifiting. **Nutre e ridensifica** la pelle di viso, collo e décolleté, rimodellandone visibilmente i contorni. **Preziosi pigmenti dai riflessi argentati** donano immediata luminosità alla pelle. Attivi: Ibisco, Complesso Multi-Lifting, Pigmenti Argento. La linea **Lifting Code Diffusion Filler** racchiude una selezione di formulazioni naturali che uniscono un visibile effetto tensore e riempitivo ad un'azione estetica bio rivitalizzante per valorizzare i tratti del viso e riportarlo alla sua originaria bellezza.

https://shop.bioline-jato.com

BEAUTY ROUTINE

Provato da noi!



Valentina Desario

IL MIO BLOG ESSERE MAMME OGGI

www.stancamantemamma.com

di Laura Della Badia

Partiamo dal nome del tuo blog "Stancamente Mamma". Spiegaci meglio il perché di questa scelta.
Da quando sono diventata mamma mi sono resa conto quasi fin da subito che questa é forse l'unica situazione nella vita in cui devi giustificarti spesso e tutti sembrano sapere meglio di te che cosa devi fare, come ti senti e come "dovresti" sentirti. E questo ti stanca.
Poi ci sono le situazioni quotidiane in cui molte mamme si sono imbattute. Colloqui di lavoro con domande ai limiti della legalità, tanto per dirne una. Sei stanca quando sempre sul lavoro sei la prima ad arrivare e l'ultima ad uscire, non necessariamente perché ogni giorno tu sia impegnata fino a tardi, ma per dimostrare che anche se hai un figlio, rimani affidabile come prima.
Mi sono sentita stanca delle frasi che iniziano con "Tutti i bambini": quando ho realizzato che mio figlio é uno e non é tutti, ho imparato a non ascoltare più come vanno a finire. E infine, il classico discorso della bicicletta, che parte al tuo primo segno di cedimento: "Hai voluto la bicicletta?". Personalmente amo la "mia" bicicletta più di me stessa, ma ciò non significa che pedalare non affatichi. La stanchezza nel crescere un figlio fa parte di una stanchezza "buona" e non é quella di cui parlo: mio figlio Giulio é tra le poche scelte della mia vita che rifarei milioni di volte. L'avverbio "stancamente" si riferisce a tutto il resto. Più di tutto però, questo "stancamente" apre la porta a chi arriva sul blog o sulla pagina Facebook con qualcosa da raccontare che magari non viene "capito" nella vita quotidiana. Ecco, quella porta aperta dà un messaggio: vieni pure, forse so che cosa provi.

Quando è nata l'idea?
L'idea é nata una domenica di due anni fa. La mia responsabile di allora, in piena pandemia, mi aveva comunicato che sarei dovuta rientrare in ufficio tutti i giorni, a Milano c'era ancora la zona rossa. Ero l'unica del nostro team di lavoro con un bambino piccolo e la prima a cui é stato chiesto. Mio figlio aveva all'epoca tre anni, gli asili erano chiusi. Gestivo un team editoriale, e avrei potuto lavorare facilmente da remoto.
Per farla breve, la storia é finita che ho rinunciato al lavoro, un lavoro che mi appassionava molto e a un ruolo che mi era costato anni di gavetta. Questa situazione mi ha mandato in forte crisi, perché mi sono sentita senza possibilità di scelta.

> LA STANCHEZZA NEL CRESCERE UN FIGLIO FA PARTE DI UNA STANCHEZZA "BUONA" E NON É QUELLA DI CUI PARLO

Quella domenica ero molto giù di morale, avevo bisogno di capire se quello che stavo passando era qualcosa che capitava solo a me e cercavo un confronto con altre donne della mia età, al di fuori della mia cerchia. Purtroppo, ho scoperto che alle madri capita continuamente di essere costrette a scegliere tra la propria vita privata e la realizzazione personale.
A posteriori però, sono quasi grata per quell'esperienza perché mi ha definitivamente aperto gli occhi: se le cose non fossero andate così, quasi sicuramente non avrei avuto il coraggio di mettermi in gioco personalmente. Mi sarei tenuta di certo il mio lavoro, continuando però a scusarmi più o meno inconsciamente di essere madre.

Ti ricordi il primo post? Di cosa hai parlato?
Riflettevo sul fatto che quando hai un figlio ti chiedono sempre e solo come sta il bambino, certi giorni ti senti invisibile.
In realtà, disinteressarsi delle madri equivale a disinteressarsi anche dei bambini. Chi tiene ai bambini dovrebbe avere a cuore prima le madri, e i genitori in generale.



FOTO FELICI - WWW.FOTOFELICI.IT

VALENTINA DESARIO
racconta il suo blog
www.stancamantemamma.com

Cosa condividi oggi con le lettrici?
Premetto che non condivido nulla della mia vita privata, non credo che questo sia "funzionale al racconto". Parlo di situazioni in cui molte donne si sono rispecchiate o si rispecchiano: preferisco che siano le parole a tessere un denominatore comune da cui iniziare un discorso, non le immagini.

Racconto di tutto, ma mi sono accorta che c'é sempre più o meno un denominatore comune, anche inconscio da parte mia. Rifletto spesso sul fatto che per provare a star bene dobbiamo provare a liberarci di tutti i condizionali che ci hanno inculcato fin da bambine: "Dovrei essere", "Dovrei fare", "Dovrei dire" in egual modo su come "dovrebbe essere" un bambino. Quando ho iniziato a guardare mio figlio con i miei occhi e non con quelli altrui, ho iniziato a costruire il rapporto che sento giusto per noi. Ovviamente, questo non mi rende affatto immune da errori. Però preferisco sbagliare per conto mio, che farlo ugualmente seguendo princìpi a cui non credo fino in fondo. A quarant'anni mi sono resa conto che ho trascorso gran parte della mia vita ad ascoltare le voci di tutti e troppo poco la mia. Sto imparando a dare spazio anche alla mia voce, questo forse é il vero messaggio che condivido con chi mi legge: ama e vivi come vuoi.

Hai inoltre una pagina Facebook e, sempre su FB, un gruppo privato molto attivo. Quali gli argomenti più frequenti?
Il gruppo ha seguito una strada diversa. Un giorno una mamma mi scrive: "Perché non apri un gruppo? Sarebbe bello parlare "in privato".
Ero scettica: negli anni sono entrata e uscita da molti gruppi. Entrata, per reale volontà di scambio, uscita, quando mi rendevo conto che erano luoghi in cui spesso le persone scaricano prevalentemente le loro frustrazioni. Quindi, dicevo a me stessa che non volevo impiegare tempo ed energie per gestire gente che si insulta. Alla fine, ho aperto il gruppo scrivendo chiaramente che si può parlare di tutto, perché io per prima non amo la censura, ma con gentilezza. Questo invito é stato colto in pieno e il gruppo per molte persone si rivela ogni giorno un luogo sicuro in cui poter scambiare opinioni ed esperienze. A me per prima ha dato modo di incontrare persone bellissime, che non avrei mai incontrato nella vita reale.

Stereotipi legati al mondo delle mamme. Qual è il più fastidioso e il più difficile da combattere?
Perfezione e sopportazione.
Perfezione, perché la condizione di madre "dovrebbe" conferirti chissà quale "super potere" e ovviamente non é così. Sopportazione, perché l'amore per un figlio "dovrebbe" renderti immune a tutto. Stanchezza, per esempio. Molte donne si ritrovano per molte ragioni a vivere come "non persone", negando a se stesse bisogni e desideri.
Non c'é nessun potere magico legato alle madri, nessuna perfezione. A differenza delle immagini patinate e irreali che ci restituiscono social e pubblicità (che vanno sempre più strette però al pubblico, che non riesce ad identificarsi), l'ambivalenza fa parte della vita. Posso essere felice e spaventata: la vita vera, per fortuna, ha tante sfumature.

PREFERISCO CHE SIANO LE PAROLE A TESSERE UN DENOMINATORE COMUNE DA CUI INIZIARE UN DISCORSO, NON LE IMMAGINI

Come vedi la vita da mamma a Milano? Cosa cambieresti e cosa invece apprezzi?
Sono milanese e ho sempre vissuto a Milano: oggi é quella città in cui una mattina decidi che vuoi portare tuo figlio a una mostra, a un concerto di musica classica, a Milano qualcosa per cui valga la pena di uscire di casa lo trovi sempre. Chi ha voglia di fare, qui non si annoia. Per contro é una città che va veloce e negli anni diventa sempre più competitiva, lo noto un po' anche tra noi genitori: a volte sembra la gara a chi "fa" di più e l'ostentazione, personalmente, mi mette sempre un po' a disagio.

INFO
www.stancamentemamma.com

EDUCARE ALL'AFFETTIVITÀ E ALLA SESSUALITÀ IN FAMIGLIA

Consigli per affrontare temi delicati, con bambini e adolescenti



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'affettività e la sessualità sono componenti naturali e fondamentali della vita umana, non solo per noi adulti, ma anche per i nostri figli. Durante la loro crescita, infatti, i bambini iniziano a esplorare il mondo che li circonda, incluse le loro emozioni e le prime pulsioni sessuali. Tuttavia, educare i propri figli riguardo a questi temi diventa sempre più critico soprattutto in un'epoca in cui l'accesso alle informazioni è rapido e pervasivo, nonché alla luce degli eventi che quotidianamente purtroppo colpiscono la nostra società. La famiglia dovrebbe svolgere un ruolo cruciale in questo contesto, ma nella maggior parte dei casi i genitori si sentono impreparati, non sanno cosa rispondere alle domande dei propri figli e come reagire. E allora, come affrontare questo complesso compito educativo?
Qui di seguito, alcuni suggerimenti e linee guida pratiche per far fronte a questa difficile sfida.

INCORAGGIATE UN APPROCCIO POSITIVO ALL'AFFETTIVITÀ E ALLA SESSUALITÀ

Insegnare ai bambini a riconoscere, esprimere ed elaborare le proprie emozioni (comprese quelle negative come la rabbia, la tristezza, la malinconia etc.) è essenziale per sviluppare la loro intelligenza emotiva. I genitori possono creare uno "spazio" aperto e sicuro in cui i bambini possano esplorare i propri sentimenti, dialogare con loro su come si sentono riguardo alle diverse situazioni che affrontano nella quotidianità, insegnare l'importanza dell'intimità emotiva, del rispetto di se stessi e degli altri, e stimolarli nell'espressione di sé. Una base solida e sicura come questa li aiuterà a costruire la loro fiducia, a sviluppare il senso di autoconsapevolezza e a costruire relazioni future, sane e appaganti.

SIATE UN MODELLO POSITIVO E COMUNICATE IN MODO APERTO

Alla base di una buona educazione vi è una buona comunicazione: il dialogo aperto e sincero tra genitori e figli è la base per spiegare loro la sessualità in modo efficace. I genitori devono creare un ambiente in cui i figli si sentano liberi di porre domande e discutere di questi argomenti; è importante essere onesti con loro, ma anche rispettosi dell'età e del loro livello di comprensione. Siate aperti, inoltre, riguardo alla vostra sessualità e alle vostre emozioni, incoraggiando così i bambini a essere disposti a condividere parti di sé e le proprie esperienze personali. Ricordate che siete i primi modelli di comportamento per i vostri figli pertanto impegnatevi a dimostrare relazioni rispettose e amorevoli in famiglia.

> «L'educazione sessuale dovrebbe quindi essere vista come un diritto umano fondamentale, essenziale per il benessere individuale e sociale».
> *UNESCO, Linee guida internazionali sull'educazione sessuale.*

EDUCATE ALL'EMPATIA, PROMUOVENDO IL RISPETTO E IL CONSENSO

Insegnate ai vostri bambini a mettersi nei panni degli altri, a comprendere i loro sentimenti e a rispettare le differenze individuali, praticando il rispetto e il consenso. I bambini devono essere consapevoli che il rispetto per il proprio corpo è fondamentale, così come quello per il corpo altrui e che non si possono oltrepassare i confini personali e lo spazio intimo de-

gli altri. Sottolineate loro l'importanza del rispetto reciproco nelle relazioni e discutete di situazioni in cui il consenso è fondamentale. Estendete inoltre questi insegnamenti anche alle relazioni online, rendendoli consapevoli dei rischi legati alla privacy e alla sicurezza.

USATE RISORSE EDUCATIVE ADEGUATE

Oggi esistono numerose risorse educative come libri, video e siti web progettati per educare i bambini sull'affettività e sulla sessualità; i genitori possono utilizzare queste risorse per spiegare i concetti più importanti in modo accessibile e comprensibile ai propri figli. Scegliere materiali adatti all'età del bambino, inoltre, è fondamentale per evitare un sovraccarico di informazioni ed eventuali dubbi. Tra le risorse a disposizione abbiamo anche gli incontri formativi proposti spesso da scuole e comunità che affrontano temi come la sicurezza online, la prevenzione degli abusi e l'educazione sessuale e che costituiscono un aiuto in più per il genitore e per i bambini stessi.

QUANDO INIZIARE A PARLARNE?

La prima cosa da chiarire è che parlare di sessualità con i propri figli dipende fortemente dalle esigenze individuali del bambino, dalla sua maturità emotiva e dalla cultura familiare.
In età prescolare (3-5 anni) si può iniziare ad insegnare ai bambini i nomi corretti delle parti del corpo, comprese le parti genitali, utilizzando un linguaggio semplice e chiaro. Durante la scuola primaria (6-10 anni) l'educazione sessuale si può ampliare cominciando a parlare delle prime differenze anatomiche tra maschi e femmine (con i nomi specifici) e introducendo concetti come intimità, rispetto e consenso. In questa fase i bambini cominciano a cambiare dal punto di vista fisico ed emotivo; accogliete e preparate i vostri figli a questi cambiamenti, spiegando come si trasformeranno i loro corpi e le emozioni che potrebbero sorgere, ricordando loro che questi cambiamenti sono normali e che tutti i loro coetanei li stanno vivendo. Con l'avvento della preadolescenza e dell'adolescenza (11-18 anni) è importante parlare di temi più complessi come l'identità di genere, l'orientamento sessuale, le relazioni consensuali, la contraccezione e la prevenzione delle malattie sessualmente trasmissibili fornendo loro informazioni accurate e specifiche.
Non esiste un'età universale per iniziare a parlare di sessualità, ma la chiave è adattare le conversazioni alle esigenze e alla maturità del proprio bambino.

COME REAGIRE ALLE DOMANDE?

Affrontate l'argomento con naturalezza, senza imbarazzo e non siate giudicanti: un atteggiamento sereno e aperto facilita la comunicazione e incoraggia i bambini a fare domande. Inoltre, un adulto che si dimostra a proprio agio nel parlare di sessualità contribuisce a creare un ambiente di accettazione e rispetto su questo tema.
Può capitare che vi sentiate presi alla sprovvista e che non sappiate come rispondere: in questo caso potrete semplicemente ammettere di trovarvi un po' in difficoltà: "Mi hai fatto una domanda interessante… ho bisogno di pensarci un po' prima di darti una risposta. Facciamo così… ne riparliamo oggi pomeriggio". Non fingete di dimenticarvene; vostro figlio potrebbe non tornare più sull'argomento e cercare spiegazioni altrove.
Prestate attenzione a ciò che vi viene chiesto, ma anche al modo in cui viene fatto (con curiosità, con senso di vergogna, con aria di sfida etc.). È necessario comprendere ciò che già sa (o pensa di sapere) vostro figlio sulla questione e agganciarsi a queste conoscenze per aiutarlo ad approfondirla: ad esempio, si può chiedere: "Tu cosa ne pensi? Che risposta daresti alla tua domanda?". In ultimo, è fondamentale non trasmettere ai bambini l'idea che la sessualità sia qualcosa di vergognoso o da nascondere e, sebbene queste domande possano coglierci impreparati, ricordate che esse sono una grande opportunità per instaurare un dialogo sincero con i vostri bambini, che contribuiranno ad una sana comprensione del proprio corpo e della propria sessualità.
In conclusione, l'educazione all'affettività e alla sessualità dei bambini è un impegno profondo e continuo che richiede sensibilità e apertura. Fornire le conoscenze e le competenze necessarie per navigare il complesso mondo delle emozioni e delle relazioni li aiuta a crescere nell'ottica di diventare futuri individui consapevoli e responsabili.



LIBRI CONSIGLIATI

› *IL LIBRO DELL'AMORE*
di Todd Parr - Il Battello a Vapore, PIEMME

› *CHE COSA MI SUCCEDE?*
(edizione per ragazze e ragazzi)
Edizioni Usborne

› *MI PIACI QUASI SEMPRE*
di Anna Llenas -Edizioni Gribaudo

› *STO CRESCENDO:*
Programma di educazione sessuale 7-10 di Roberta Giomma e Marcello Perrotta - Mondadori

SITI CONSIGLIATI
https://wordwall.net/it-it/community/giochi-educazione-affettiva
https://wordwall.net/it-it/community/educazione-affettiva
www.ats-brianza.it/images/promozione_della_salute



AMICO A 4 ZAMPE

SCEGLIETE IL MOMENTO GIUSTO

ILARIA BIANCHIN
EDUCATRICE CINOFILA,
ESPERTA NELL'AREA
COMPORTAMENTALE - MILANO

di Ilaria Bianchin

La scelta di allargare la famiglia accogliendo un cane, che sia un cucciolo o un adulto, dovrebbe portare con sé la grande consapevolezza che la vita cambierà, per voi e per i vostri figli, nel momento stesso in cui questo varcherà la soglia di casa.

ECCO ALCUNI PREZIOSI SUGGERIMENTI PER VOI, DAL PROCESSO DECISIONALE, ALL'ACCOGLIENZA ALLA VITA QUOTIDIANA.

› IL CANE È UN ANIMALE SOCIALE

Come noi, il cane per essere felice ha bisogno di vicinanza ed interazioni con la sua famiglia umana. Sarà compito di tutti, quindi, prendersi del tempo per giocare insieme a lui, fargli fare delle belle passeggiate all'aria aperta e garantirgli la giusta quantità di stimoli. L'isolamento, la solitudine e l'esclusione sociale lo porteranno invece verso uno stato di stress e insoddisfazione che andrà poi a manifestarsi nei più svariati comportamenti cosiddetti "problematici". Prima di accogliere un cane bisogna quindi assicurarsi di avere tempo e risorse da dedicargli, responsabilizzando anche i più piccoli in questo senso.



› IL CANE HA BISOGNO DI TEMPO PER CONOSCERCI

All'arrivo in famiglia vi è sempre un momento di spaesamento del cane: persone nuove, casa nuova, spesso città nuova; è importante quindi dargli il tempo necessario per ambientarsi. Spiegare ai bimbi lo stato emotivo del cane è molto importante per aiutarli a capire come comportarsi sin dai primissimi giorni insieme, cosa fare e cosa non fare affinché tra loro nasca una relazione sana ed equilibrata. Prendere in braccio il cane ad esempio è quasi sempre una cattiva idea, così come andare a disturbarlo nella sua cuccia o mentre dorme.

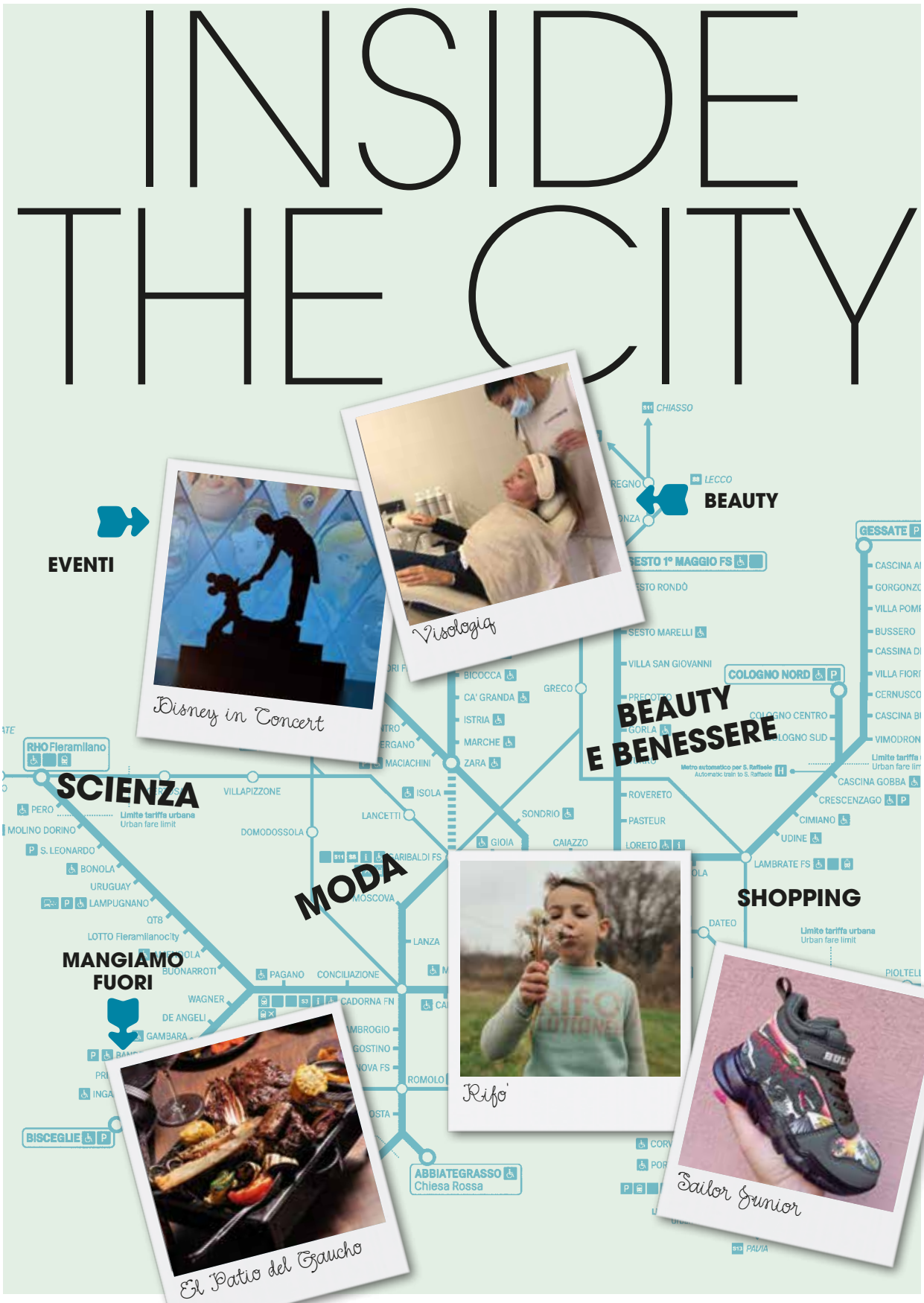
› IL CANE VA TUTELATO AL PARI DEI BIMBI

È compito degli adulti mediare e guidare le interazioni tra cani e bambini, assicurarsi che durante i giochi tutti provino emozioni positive e nessuno sia in uno stato di difficoltà o ansia oppure che durante i pasti non nascano situazioni difficili per il cane, che considera il cibo risorsa primaria per cui importantissima, e per i bimbi, ai quali il cane potrebbe rubare il cibo. Va inoltre detto che è bene non lasciare mai soli i cani con i bambini, soprattutto se molto piccoli, in quanto potrebbero nascere delle situazioni anche molto spiacevoli che altrimenti non si verificherebbero, in virtù del fatto che la comunicazione tra specie diverse è spesso molto complessa.

La vita con un cane a mio avviso è meravigliosa, e i cani spesso diventano delle figure fondamentali nella vita dei loro fratelli e sorelle umane, non mi stancherò mai di dire però che bisogna avere tempo e voglia per dedicarsi a loro e garantirgli una vita ricca e soddisfacente, a misura di cane.

INFO E CONTATTI
ilarybianchin@gmail.com
IG: @ilaryeducatricecinofila

INSIDE THE CITY



SEGNARE IN AGENDA!

AL TEATRO MANZONI

•› Il gatto con gli stivali

14 GENNAIO 2024 – ORE 15

Colore, calore e ritmo dominano in questa fiaba. I più piccoli si sfideranno in una gara di miagolii, mentre gli adulti vestiranno i panni dei cortigiani del Re.
Nella vita quel che conta non è l'amicizia dei Re, ma quella dei gatti…

•› Toys Stories

20 GENNAIO – ORE 15

Uno spettacolo emozionante e magico ispirato ad uno dei racconti più belli della storia del cinema. Una storia che è una pietra miliare per ogni bambino e per ogni adulto che non può dimenticare il momento più bello della propria vita, l'infanzia.

► www.teatromanzoni.it

AL TEATRO SILVESTRIANUM CON LA COMPAGNIA COLLA

•› Canto di Natale

DAL 15 AL 31 DICEMBRE 2023

Ebenezer Scrooge (lo si capisce già dal nome) è un uomo molto antipatico e molto avaro.
A Natale, si sa, tutti diventiamo più buoni, ma lui nemmeno se lo sogna, anzi disprezza le feste e detesta tutti quelli che gli fanno gli auguri. È la sera della vigilia, Ebenezer Scrooge vorrebbe andare a dormire, ma nel suo salotto accadono cose strane.

•› Il Mago di Oz

DAL 5 AL 21 GENNAIO 2024

Dorothy è una ragazzina vivace e intraprendente, che un bel giorno visse una straordinaria avventura nel magico regno di Oz. La nostra simpatica amica incontra dapprima uno Spaventapasseri senza cervello, poi un Uomo di latta senza cuore, infine un Leone senza coraggio.

► Teatro Silvestrianum
Via Andrea Maffei, 19 (Porta Romana)
www.teatrocolla.org

AL TEATRO CARCANO

•› Pippi calzelunghe il musical

DAL 28 DICEMBRE AL 7 GENNAIO
ORARI DIVERSI IN BASE ALLE DATE

Pippi Calzelunghe il Musical nasce da un'idea di Gigi Proietti, più che un'idea, un'intuizione: regalare al pubblico un'edizione "dal vivo" di una delle eroine più amate di tutti i tempi.
Quella intuizione diventa realtà.
Un cast di attori, cantanti, ballerini-acrobati racconterà sul palco la storia di Pippi, un'icona senza tempo. Ritroveremo le sue inconfondibili treccine rosse, le lentiggini e i coloratissimi look che hanno fatto sognare intere generazioni.

► www.teatrocarcano.com

AL MUDEC

•› Come Vincent. Colori ed emozioni in pittura

VISITA GUIDATA + LABORATORIO (1h30)
LA DOMENICA ALLE ORE 15
FINO AL 28 GENNAIO

Dopo aver conosciuto Vincent van Gogh e il suo lavoro attraverso la mostra del Mudec, in laboratorio i bambini sperimenteranno con i colori.
Attraverso specchi e un uso della pittura libera, i bambini esprimeranno i propri sentimenti, riproducendo direttamente sulla superficie riflettente un autoritratto.
Famiglie con bambini 6-11 anni
BAMBINO 6-11 ANNI prevendita inclusa: 22 euro.
ADULTO prevendita inclusa: 27 euro.
È obbligatoria la presenza di un adulto accompagnatore, che dovrà iscriversi e partecipare all'attività.

► www.mudec.it

VENERANDA FABBRICA DEL DUOMO DI MILANO

•› Un presepe tutto mio

VISITA PER FAMIGLIE CON BAMBINI
8 E 17 DICEMBRE

Nell'attesa delle festività natalizie, una visita speciale dedicata ai piccoli visitatori e alle loro famiglie: tra statue, vetrate e arazzi si va alla ricerca della storia del Natale per scoprire insieme i personaggi che popolano il Presepe.
Aguzzate la vista e raccogliete tanti dettagli per poi creare insieme un presepe unico e speciale.

► www.duomomilano.it
Tel. 02.361691 int.3
didattica@duomomilano.it

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



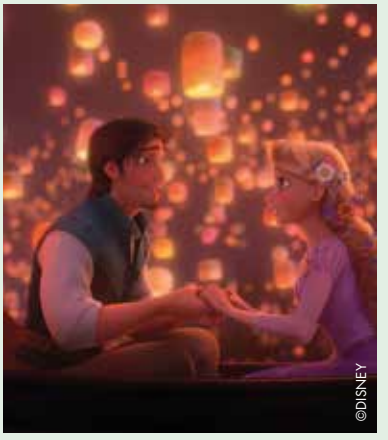


8 E 9 DICEMBRE

DISNEY IN CONCERT: **THE SOUND OF MAGIC**

L'ORCHESTRA SINFONICA DI MILANO PER I 100 ANNI DELLA *THE WALT DISNEY COMPANY*

Per il secondo weekend di dicembre un appuntamento imperdibile all'Auditorium di Milano! Oltre ai tributi sinfonici alle musiche di band che hanno fatto la storia, torna sul palco dell'Auditorium l'esecuzione dal vivo di colonne sonore durante la proiezione di pellicole che hanno fatto la storia del cinema.
Unisciti all'Orchestra Sinfonica di Milano diretta da Helmut Imig per Disney in Concert: The Sound of Magic, venerdì 8 dicembre alle ore 20.30, sabato 9 dicembre alle ore 16 e alle ore 20.30 all'Auditorium di Milano. Una nuova straordinaria celebrazione che racconta 100 anni di magia attraverso le più belle canzoni Disney.
Per la prima volta a Milano un nuovissimo capolavoro che unisce la proiezione di scene iconiche tratte dai film Disney sul maxischermo alle note delle colonne sonore eseguite dal vivo dall'Orchestra Sinfonica di Milano. Uno spettacolo realizzato per **celebrare i 100 anni della The Walt Disney Company** e rivivere le emozioni di classici Disney intramontabili tra cui "Biancaneve e i Sette Nani", "Oceania", "Alice nel Paese delle Meraviglie", "Aladdin", "Il Libro della Giungla", "Frozen – Il Regno di Ghiaccio", "Il Re Leone", "Fantasia", "Encanto", "La Bella e la Bestia" e molti altri ancora.
The Sound of Magic è il prodotto di un acclamato team, tra cui il direttore creativo Amy Tinkham, il direttore musicale Giles Martin e l'arrangiatore e orchestratore Ben Foster.
Per i 100 anni della The Walt Disney Company, festeggiamo insieme all'Auditorium di Milano, riempiendoci gli occhi con le immagini più iconiche della storia dei cartoni animati, sonorizzate dal vivo dall'Orchestra Sinfonica di Milano.











PROMO FAMILY

Approfitta della promozione dedicata alle famiglie!

Family 3
3 persone: 81 euro

Family 4
4 persone: 108 euro

Promo valida in biglietteria o su vivaticket.com

INFO E CONTATTI
www.sinfonicadimilano.org

Disney CONCERTS

© DISNEY

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

@colazionemilanese

C'È PROFUMO DI NATALE IN CITTÀ

Cosa c'è di meglio di una buonissima colazione con il lievitato più natalizio che ci sia? Ecco 3 colazioni a base di panettone!

La nuova rubrica curata da Sarah e Althea

SEGUITELE ANCHE SU IG
@colazionemilanese



Martesana

GRANDE CLASSICO MILANESE
Con le sue cinque sedi in giro per Milano, Martesana è ormai uno dei punti di riferimento dei milanesi per il panettone. In questo periodo a colazione, potete provare diverse tipologie di panettone e nessuna vi deluderà, dalla versione classica al famosissimo Panetùn de l'Enzo con albicocche e cioccolato!
Il nostro preferito? Senza dubbio la veneziana tradizionale: morbidissima, profumata e con dei canditi artigianali davvero golosi. È perfetta da accompagnare a una tazza fumante di cioccolata calda o inzuppata nel cappuccino.

Via Cagliero, 14 - Via Sarpi, 62 - Piazza S. Agostino 7, Corso di Porta Romana, 131 e Mercato Centrale

Pavé

NATALE TUTTO L'ANNO
Da Pavé è Natale tutto l'anno! È possibile fare colazione con un'ottima fetta di panettone tutti i giorni, ma è proprio da novembre in poi che avviene la magia: per diverse settimane a rotazione si potranno provare tutte le loro novità. Le fette sono belle grandi e morbide, con massima attenzione alla qualità degli ingredienti per uno dei panettoni più buoni che potrete provare a Milano. Per i più golosi una chicca imperdibile: il panettone toast! Due fette di panettone che racchiudono tantissima crema al mascarpone.

Via Casati, 27 e Via della Commenda, 25





L'île Douce Milano

LE 3 LIEVITAZIONI
La pasticceria francese incontra quella italiana e crea un panettone leggerissimo e molto più digeribile grazie alle tre lievitazioni. Accanto a un bancone infinito di croissant, diverse tipologie di panettoni da gustare in morbide fette, oltre a un pandoro da non perdere.

Vaniglia bourbon e burro della Normandia incontrano il cioccolato gianduia per un panettone al cioccolato con pochissimi rivali in città. Dimenticatevi le piccole gocce di cioccolato, perché in questa versione troverete pezzettoni di gianduia grandi e croccanti in tutto l'impasto.

Via Luigi Porro Lambertenghi, 15

ACQUA IN VETRO

A CASA, CON UN CLICK: *HELLOCASA.NET*

HelloCasa è leader di mercato del servizio a domicilio dell'acqua in bottiglia in vetro nella città metropolitana di Milano. Presente sul territorio sin dagli anni '70, fornisce il suo efficiente servizio a numerose famiglie, uffici, studi professionali, showroom e aziende. Gli addetti alle consegne sono persone fidate, sempre le stesse, che conoscono le esigenze del cliente. Un altro valore aggiunto è che l'acqua viene consegnata **esattamente dove il cliente la vuole**: al piano, in garage, in cantina o direttamente nel frigo, perché no!

ACQUA, MA NON SOLO

In un'ottica di sostenibilità, da sempre *HelloCasa* propone forniture in vetro a rendere, il proprio core business, tuttavia l'assortimento nel corso degli anni si è ampliato e completato con un'offerta non solo di tutti gli altri formati ma anche di molti altri prodotti, come **vini e spumanti, alimentari, dolci delle festività, gluten free, igiene e cura della persona ma anche alimenti per i nostri amici a quattro zampe!**

Prova il servizio *HelloCasa* con un codice sconto riservato alle lettrici di Milano MOMS.

Inserisci il codice MOMS20%,
per lo sconto del 20% sul totale del carrello con un minimo di spesa di 25 euro.
Promozione valida fino al 31 gennaio 2024









INFO
www.hellocasa.net

INFORMAZIONE PUBBLIREDAZIONALE

Otto presenta i suoi pantaloni (4 - 10 anni) in 100% cotone organico, realizzati in Italia artigianalmente.
Morbidi, ecologici e traspiranti: i bambini adoreranno indossarli per giocare ed essere eleganti!

Vieni a trovarci in Boutique oppure online!

otto
kids' clothing boutique
Foro Buonaparte 69, Milano

OTTOKIDSBOUTIQUE

info@ottokidsboutique.com
ottokidsboutique.com

TEL. +39 025 407 7757

LUN - VEN 9 - 19
SAB 11 - 19









IL PRANZO DELLA DOMENICA

ALLA STEAKHOUSE *EL PATIO DEL GAUCHO*

La domenica perfetta: famiglia, un ottimo calice di vino e ricette della buona tavola. El Patio del Gaucho, Javier Zanetti – steakhouse d'eccellenza per gli amanti della carne e non solo - porta in città le atmosfere tipiche delle grigliate argentine all'insegna della condivisione e della convivialità.
La domenica qui è una giornata di festa e si chiama "Asado del Domingo", un rituale pensato per degustare autentiche ricette e specialità, iniziando da antipasti ormai celebri come le empanadas e la provoleta, seguiti dal piatto forte – la Parillada Mixta, una grigliata servita su una piastra rovente, che porta in tavola i tagli di carne più pregiati.
E mentre voi gusterete queste eccellenze della cucina argentina, i più piccoli potranno immergersi in un mondo di intrattenimento, con giochi e laboratori creativi pensati dagli animatori esperti de La Bottega del Palloncino per far scatenare la loro immaginazione!
Una festa di sapori per il palato e un'esperienza indimenticabile per tutta la famiglia.

EL PATIO DEL GAUCHO, JAVIER ZANETTI
Via Caldera, 3
Tel. 02.91522722 - 335.1319513
www.elpatiodelgaucho.com

NON PERDETEVI
I PROSSIMI APPUNTAMENTI

12 novembre: Giornata della Pace - Pratichiamo la pace sempre e ovunque, in ogni gesto quotidiano!

26 novembre: L'inverno e i suoi benefici per la natura – Alla scoperta delle meraviglie della stagione fredda!

3 dicembre: Fiocchi di neve per un Natale con i fiocchi!

17 dicembre: Il Grinch sarà sconfitto, arriva Babbo Natale!

I laboratori sono pensati per bambini e ragazzi dai 4 ai 12 anni.
Domenica dalle 12:00 alle 15:00.
Menù fisso per adulti €50.00
Menù dedicato per bambini



UN GRANDE STORE, TANTI SERVIZI

DA *SALINA,* TUTTE LE SOLUZIONI PER I NEOGENITORI

All'interno di Salina Store, che da oltre 50 anni è un punto di riferimento a Milano nel settore prima infanzia, all'ampia varietà di prodotti si affianca una gamma di servizi studiati per facilitare la vita dei neogenitori. Scoprili tutti!

PERSONAL SHOPPER (solo in negozio). Prenota un appuntamento in negozio, comodamente dal tuo pc o smartphone: scegli il tipo di appuntamento, il negozio, la data e l'ora che preferisci. Lo staff ti aspetta in negozio.

NOLEGGIO TIRALATTE E BILANCE. Salina è in grado di fornirti a noleggio il meglio sul mercato dei tiralatte Medela ma anche la bilancia, per monitorare la crescita del tuo bambino.

CONSEGNA E MONTAGGIO. Il servizio è attivo sulla città di Milano e provincia; viene effettuato dal personale Salina con mezzi aziendali.

GLOVO E CORRIERE PRIVATO. Hai un abbonamento Glovo o con altri corrieri privati? Benissimo! Mandali a ritirare direttamente in negozio.

PARCHEGGIO CONVENZIONATO. Per i negozi Salina Store, Stokke Store, Salina Baby Outlet e La boutique e le camerette di Salina, puoi parcheggiare presso Parcheggio Sansovino – Via Sansovino, 23. La prima ora è offerta da Salina presentando lo scontrino al garage.

TAX FREE REFUND (solo in negozio). Se hai una residenza permanente in un paese extra UE e fai shopping in Italia, puoi chiedere il rimborso dell'IVA.

AREA ALLATTAMENTO. Presso Salina in v.le Abruzzi 51, trovi un'area dedicata all'allattamento con una comoda poltrona, adiacente bagno e fasciatoio accessibile a tutti i clienti.

CREAZIONE LISTA NASCITA/LISTA REGALI IN TUTTI GLI STORE E ONLINE!

CONTATTI. **Salina Store**, Viale Abruzzi, 51 - Tel. 02.29409287 - negozio@salinamilano.com - WhatsApp: 351.9220339 - Scopri anche gli altri negozi: **Mini Salina**, Corso Vercelli, 62 - **Camerette di Salina**, Via Donatello, 2 - **Stokke Store**, Via Carlo Matteucci, 4 - **Salina Baby Outlet** Viale Abruzzi, 62

Rifo

Da un *rifiuto* a una *nuova risorsa*

SCOPRI LA MODA CIRCOLARE IN CORSO GARIBALDI 46 DAL 2 DICEMBRE AL 7 GENNAIO

Vieni a trovarci nel nostro pop up store e mostra questa pagina per avere il 10% di sconto



www.rifo-lab.com @rifolab @rifolution



sfumatura studiata per ogni tipo di capello

QUEST'ANNO, REGALATI IL DEGRADÈ!

ECCO TUTTO QUELLO CHE C'È DA SAPERE SU QUESTA TECNICA DI COLORAZIONE DEI CAPELLI

Le Feste sono il momento giusto per concedersi una coccola e ripensare magari al proprio look, a partire dal colore dei capelli! **Tra le tecniche più amate dalle star e all'avanguardia nella colorazione dei capelli c'è il Degradè**, che non è solo un effetto ma un metodo. Ciò che lo contraddistingue è il fatto di poter raggiungere l'obiettivo della cliente con un solo trattamento, senza dover prima decolorare, poi tonalizzare e magari ristrutturare i capelli in momenti diversi. Con il Degradè si fa tutto con **un unico trattamento studiato ad hoc** in base alle specifiche esigenze, colorando e rafforzando la chioma contemporaneamente. Nessuna decolorazione quindi, ma un uso sapiente di diversi tonalizzanti, scelti e intrecciati per creare un effetto sfumato e naturale. Questa particolare tecnica è disponibile solo in saloni autorizzati. A Milano potete provarla presso **Dognini Milano Piave** e **Dognini Milano Cadore**.





PER LE MAMME

Prenota la tua seduta Degradé e porta con te la tua bambina.

IN REGALO per lei una piega o un'acconciatura speciale!



DOGNINI MILANO PIAVE
Viale Piave, 21
Tel. 02.39680044
IG @dognini_milano_piave

DOGNINI MILANO CADORE
Via Cadore, 30
Tel. 02.55010524
IG @cdc_cadore_milano

CHRISTMASVILLE
BABBO NATALE IN CITTÀ!

12 NOVEMBRE
7 GENNAIO
INGRESSO GRATUITO!

VIENI ANCHE TU
ALLA CASA INCANTATA
DI BABBO NATALE!

Alle porte di Milano va in scena Christmasville e la Magia delle Feste.
Babbo Natale in persona ti accoglierà nel suo studio incantato dove i desideri si trasformano in regali da sogno. Inoltre, i più piccini potranno scrivere e spedire le letterine insieme agli Elfi postini.
Ti aspettiamo per tutto questo e molto altro al Viridea Garden di Rho
dal 12 novembre al 7 gennaio.
L'ingresso è gratuito!

Viridea corso Europa, 325 – Rho (MI)
www.christmasville.it

VIRIDEA
DEDICATO ALLA NATURA

APRE A MILANO
IL POP UP STORE *RIFÒ*
MODA CIRCOLARE, MADE IN ITALY











Rifò, ovvero rifaccio in dialetto toscano. È proprio dall'idea di rifare e dare nuova vita a ciò che viene comunemente considerato uno scarto che nasce questo brand di abbigliamento sostenibile Made in Italy. Vecchi maglioni e indumenti in lana, cashmere o jeans vengono rigenerati e trasformati in un nuovo filato con un'impronta drasticamente ridotta sull'ambiente, per poi diventare nuovi capi rigenerati per donna, uomo e anche per i bambini dai 4 ai 10 anni. I maggiori risparmi derivano proprio dal fatto che i vecchi vestiti vengono smistati per composizione e per colore prima di essere rigenerati. Questo processo permette di evitare una nuova colorazione e di risparmiare litri e litri di acqua e sostanze chimiche.

La selezione, che precede il riciclo tessile, avviene a Prato e si fa ancora a mano, grazie agli artigiani cenciaioli, proprio come più di 100 anni fa, quando nacque una tradizione che ha segnato la storia di un intero distretto tessile. Per innescare un vero cambiamento, però, utilizzare materiali gentili con il Pianeta non basta. L'industria della moda oggi produce molto più di ciò che compriamo, spingendoci ad acquistare più di quanto abbiamo realmente bisogno. Rifò punta quindi ad una trasformazione più profonda, che passa anche dalle modalità di produzione e sensibilizzazione ad un consumo più consapevole. Proprio per questo, i capi del brand circolare toscano sono confezionati tutti nel raggio di 30 chilometri dagli uffici di Prato, evitando sovrapproduzione e sovraconsumo grazie alla diffusione della loro Rifolution.

Si tratta di una rivoluzione gentile che dà priorità al valore rispetto al prezzo, e punta ad un ritorno alle emozioni. L'idea è tornare ad affezionarci davvero a ciò che indossiamo, l'unico modo per far durare un capo a lungo nel nostro armadio.



L'INAUGURAZIONE del primo pop up store Rifò a Milano in Corso Garibaldi 46 è fissata per il 2 Dicembre. Il punto vendita rimarrà aperto fino al 7 Gennaio. Il giorno dell'inaugurazione ci sarà una sorpresa per tutti.

NON PERDERTI IL BUONO SCONTO, CHE TROVI A PAGINA 21, DA CONSEGNARE IN NEGOZIO.

INFO
www.rifo-lab.com

IL BILINGUISMO

FALSI MITI E CONSIGLI PRATICI

Ciao sono Fabiana, pedagogista e responsabile pedagogico-didattica di ***Pingu's English School***. Qui vi fornisco alcuni consigli pratici per l'apprendimento di una seconda lingua.

FALSI MITI

• Per avere un bilinguismo equilibrato bisogna imparare la lingua da piccoli. NO! Esistono diversi tipi di bilinguismo, anche quello tardivo, dopo i 6 anni.

• I bambini bilingui sviluppano il linguaggio in ritardo. NON È PROPRIO COSÌ! Il bambino bilingue inizia a parlare alla stessa età del bambino mono-lingua ma le 100 parole circa che impara nei primi due anni, le deve distribuire su due lingue.

VERITÀ

• I bambini bilingue dimostrano vantaggi cognitivi rispetto a coetanei monolingui: migliori funzioni esecutive, velocità dei processi mentali, maggiore capacità di concentrazione.

• Le persone bilingui devono saper concentrare l'attenzione sulle informazioni rilevanti e spostarla, se necessario; il rafforzamento di questi processi ha dimostrato di ritardare l'insorgenza di demenza senile e Alzheimer.

CONSIGLI PRATICI

• TEMPO: esposizione alla lingua per almeno 2 anni il 30% del tempo.

• CON UNA PERSONA MADRELINGUA che usa quindi un vocabolario più ricco e incoraggia la comunicazione.

• CARTONI: come supporto, non come strategia di apprendimento; 2-6 anni: Peppa Pig, Sesame Streets, Mickey Mouse Clubhouse, Word Party, Fireman Sam, Charlie and Lola; 7- 12 anni: Phineas e Ferb, Arthur, (dai 10 anni), Paddington Bear, My pet and Me.



• LIBRI: esistono moltissimi libri adatti alle diverse età e molti libri italiani tradotti in inglese; se si preferisce si può utilizzare: Read aloud su youtube or Cbeebies bed time stories.

• GIOCHI E ATTIVITÀ: L'apprendimento deve avvenire attraverso il divertimento. Giochi semplici, anche già conosciuti dai bambini, come Magic box/treasure bag, giocare "a fare le maestre" di inglese, giochi di competizione per i più grandi.

• CANZONI: brani dei cartoni o traduzione delle canzoni preferite.

PINGU'S ENGLISH SCHOOL
www.pingusenglish.it



Be Unstoppable!

Pingu's English:
L'inglese che ti porta lontano.

Pingu's English è la scuola di inglese per bambini da 0 a 12 anni che, grazie al suo metodo didattico innovativo, permette un apprendimento naturale e divertente.

Prenota la tua lezione di prova gratuita!



Pingu's English Milano Washington
Via Correggio 19, 20149 Milano
Tel. +39 02 4814578
milano.washington@pingusenglish.it

Pingu's English Milano Isola
C/O Officina della Gioia, Via Pepe 38
Tel. +39 3756360747
milano.isola@pingusenglish.it

Pingu's English Milano Sempione
Via Procaccini 47, 20154 Milano
Tel. +39 3756360747
milano.sempione@pingusenglish.it

Pingu's English Milano Loreto
Via Padova 2, 20131 Milano
Tel. +39 347 0822345
milano.loreto@pingusenglish.it

Pingu's English San Giuliano Milanese
Via Tolstoj 61, San Giuliano Mialnese
Tel. +39 375 6360721
reception.sg@pingusenglish.it

LA CHIMICA DEL **NATALE**

SPUNTI ED ATTIVITÀ PER AVVICINARSI ALLE SCIENZE ANCHE DURANTE LE FESTE!

A cura di Up to Ten

Il Natale è anche il miglior momento per passare un pò più di tempo con i nostri bimbi e svolgere insieme qualche attività divertente e, perchè no, formativa.
Le giornate dai ritmi lenti sono ottime occasioni per incuriosire i ragazzi con la spiegazione di alcuni fenomeni chimici che avvengono attorno a noi e che spesso caratterizzano il periodo natalizio. Non è necessario essere professori o grandi appassionati: l'importante è adottare un approccio curioso che favorisca domande e voglia di sapere dei bimbi. Di seguito, riportiamo tre esempi classici che potrete facilmente mettere in pratica.

Massa, Volume, Torte e la legge di Lavoisier

Non c'è occasione migliore di un dolce natalizio per riflettere sulla differenza tra massa e volume. La lievitazione è magica agli occhi dei nostri bambini e può, quindi, essere un ottimo pretesto per spiegare loro tale differenza. Come si può fare?

Fate scrivere loro una lista di tutti gli ingredienti necessari per il dolce. Su un foglio, disegnate una colonna in cui annotare il peso di ciascun componente, privato della confezione e pesato nella quantità necessaria. Nel fare queste operazioni, potete parlare dei concetti di peso netto e tara.
Una volta terminata la lista, fate sommare tutte le masse. Poi, dopo aver preparato il composto per la torta, mostrate che il peso totale è esattamente uguale alla somma dei componenti individuali, proprio come afferma la legge di Lavoisier: la massa dei reagenti (ingredienti) è uguale alla massa dei prodotti ottenuti (torta o biscotti). Le masse non si creano né si distruggono, ma si trasformano: grazie alle vostre lavorazioni otterrete una torta squisita!
Poi arriva il momento della cottura! Fate fare ai ragazzi un segno esterno sulla teglia per indicare il livello dell'impasto freddo. Potete usare un pennarello indelebile o un filo d'erba cipollina. Una volta messa in forno, la torta diventa soffice grazie alle celle d'aria che fanno aumentare il suo volume. Dopo la cottura e il raffreddamento, misurate la crescita in altezza della torta e pesatela nuovamente. È l'occasione per spiegare il motivo della variazione di massa e volume, legata all'evaporazione dell'acqua e alla lievitazione.

L'attesa della neve

Un'altra occasione interessante per stimolare i ragazzi è l'attesa della neve (equilibrio perfetto tra temperature e condizioni atmosferiche). Spiegate che con una temperatura di esattamente 0°C ed un cielo nuvoloso, l'acqua che è contenuta nelle nuvole congela, formando i fiocchi di neve; i suoi atomi si dispongono in un reticolo geometrico ed essendo ogni fiocco composto da moltissime particelle non ne esiste in natura uno uguale ad un altro. Minore è la temperatura e maggiore è la complessità delle forme dei fiocchi, per esempio a -15° si creano forme piatte e a stella. Pensate che riprodurre artificialmente i fiocchi è così complesso proprio per le loro innumerevoli forme! La natura è meravigliosa! Con l'ausilio di internet, monitorate insieme le condizioni meteo e prevedete quando potrebbe nevicare. La colazione è un momento ottimo per questa attività e coinvolge tutta la famiglia! Questo esercizio aiuterà i ragazzi a comprendere alcuni principi del metodo scientifico e di come venga svolto un esperimento.

Profumi del Natale

Per i più grandi, potrebbe essere stimolante analizzare le emozioni scatenate dai profumi tipici del Natale, come la cannella, l'abete o un profumo comune in autunno… quello della pioggia in montagna. Ricercate insieme quali elementi chimici caratterizzano questi odori e cosa stimolano nel nostro cervello, rendendoli così piacevoli. Per esempio parliamo della pioggia: Il profumo della pioggia sul terreno si chiama petricore, è dovuto a un mix di ozono, oli delle piante e geosmina (una sostanza prodotta dall'azione dei batteri nel terreno dopo una lunga siccità). Tanto più ci troviamo in un luogo privo di inquinamento, tanto più è forte. Gli studi condotti hanno dimostrato che a noi umani il profumo della pioggia evoca sensazioni piacevoli perché la pioggia è stata fondamentale nella nostra evoluzione, fornendo acqua dolce per dissetarci e per le colture, si tratta quindi di sensazioni ancestrali che tuttora si fanno vive in noi.

La chimica è magica, un po' come il Natale. Approfittiamone per stimolare curiosità per la scienza in tutta la famiglia… il divertimento è assicurato!

Up To Ten
è un centro di eccellenza nell'insegnamento delle materie scientifiche, dalle elementari all'università
È a Milano in Via Frua, 21 (Zona De Angeli)
www.uptoten.it









ELEGANTI O SPORTIVI

DA *SAILOR JUNIOR* È ARIA DI FESTA!

Anche per l'inverno e le Feste più attese dell'anno, da Sailor Junior trovi le calzature perfette, dai primi passi alle proposte per i teen. Sempre richiesti i classici stivaletti in camoscio, i morbidi e caldi mocassini e le scarpe in pelle con cinturino. Non mancano però proposte più sportive, perfette anche come regalo da mettere sotto l'albero, come le tanto amate Lelly Kelly per le bambine o le grintose Bull Boys per i maschietti! Da Sailor trovate anche le calze, come le Condor, in tanti colori per l'abbinamento perfetto.

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

INFORMAZIONE PUBBLIREDAZIONALE

POMERIGGI SCIENTIFICI
PER I PIU' PICCOLI

AMBIENTE
Impatto ambientale
Riciclo
Inquinamento

NATURA
Orto didattico
Ciclo dell'acqua
Animali

ALIMENTAZIONE
Stagionalità
Animali e derivati
Industria alimentare

CHIMICA
Le nostre cellule
Reazioni chimiche
Le molecole

DIVERTIAMOCI CON LE SCIENZE

PARTECIPA AI POMERIGGI SCIENTIFICI DI UP TO TEN

A CHI SI RIVOLGE
Bambini da 6 a 11 anni

DOVE
Presso Up to Ten
via Frua 21/6, Milano

Gioca, scopri ed impara
tante nuove cose su
AMBIENTE, NATURA,
ALIMENTAZIONE E CHIMICA

DOVE SIAMO
MILANO
ZONA DE ANGELI
Via Frua 21/6
200 metri da M1 De Angeli

Vieni a trovarci!

Con Up to Ten diventi un
PICCOLO GENIO
Scopri di più
www.uptoten.it/stem-for-kids

UPtoTen
RIPETIZIONI E DIVULGAZIONE NELLE MATERIE SCIENTIFICHE
PER SCUOLE ELEMENTARI, MEDIE, LICEO E UNIVERSITA'!

IN PALESTRA? **SÌ, PER IL VISO!**

ABBIAMO PROVATO *VISOLOGIQ*

di Laura Della Badia

Quante di noi applicano le maschere in tessuto sul viso, per ritagliarsi un momento di benessere e ridare luce all'incarnato? Il desiderio di una pelle più distesa, luminosa e bella è sempre un punto fisso, per tante donne (e non solo!). Per questo ho provato *Visologiq*, una vera palestra per il viso, dove si va oltre l'applicazione di prodotti, puntando invece a stimolare la pelle e la muscolatura, con massaggi ad hoc.
Prima di provare il trattamento, ho incontrato Valentina Gariboldi, founder di *Visologiq*, che mi ha raccontato come è nata l'idea: "Dopo la seconda gravidanza ho avuto uno sfogo alla pelle per problemi ormonali. Cercando una soluzione, mi sono resa conto che mancava in Italia la possibilità di sottoporsi a trattamenti poco invasivi, veloci ed efficaci, che invece avevo sperimentato all'estero". Da un'esigenza personale è nata quindi una bella idea imprenditoriale, che dal 2020 ad oggi si è evoluta, contando attualmente 3 sedi a Milano.

Nei centri *Visologiq* vengono proposte diverse tipologie di massaggi e trattamenti non invasivi, tutti con un denominatore comune: stimolare i muscoli e la texture della pelle, in base alle proprie esigenze specifiche. Si va dalle sedute più veloci, di mezz'ora, a quelle più strutturate fino a 75 minuti.



il centro in via San Michele del Carso



la linea di prodotti Visologiq



il mio trattamento beauty e relax!

Provato da noi!

Qualche esempio? House style: 30 minuti di lifting manuale che stimola in profondità i muscoli facciali; oppure Rebalance: massaggio detossinante + veicolazione di attivi a base di acido mandelico e vitamine A ed E + massaggio della muscolatura cranio-sacrale.
Insieme al massaggio viene scelto il principio attivo da applicare, il tutto con la consulenza della terapista, in base alle esigenze e agli obiettivi della cliente.

Visologiq non promette zigomi rimpolpati o labbra più pronunciate, qui si allena la muscolatura con i giusti input e ci si prende cura della pelle, regalandoci anche una coccola rilassante.
Il massaggio provato da me è stato un vero momento di relax e credo che ne farò tesoro sia per me, sia per un regalo speciale da fare alle amiche!
Potete acquistare delle gift card o degli abbonamenti per dare continuità al benessere del viso.

VISOLOGIQ
Via Rovello, 18 - Viale S. Michele del Carso, 3
Viale Monte Nero, 38



CRISTIANA MARIA ALICINO
SPECIALISTA IN ORTOGNATODONZIA ED ODONTOIATRIA PEDIATRICA PERFEZIONATA IN ODONTOIATRIA ESTETICA

A NATALE
UN NUOVO SORRISO!
I TRATTAMENTI INNOVATIVI DI ODONTOIATRIA ESTETICA

di Valentina Valente

Vi piacerebbe farvi un regalo unico, solo per voi stesse? Magari è da un po' che ci pensate, che guardate il vostro sorriso e lo vedete spento, senza luce oppure volete sistemare qualche piccola imperfezione. Probabilmente non sapete che oggi, affidandosi solo a professionisti del settore, tutte noi possiamo migliorare l'aspetto del nostro sorriso, nel rispetto della salute e la funzionalità dei denti. È una delle mission della dott.ssa Cristiana Maria Alcino, Specialista in Ortognatodonzia ed Odontoiatria Pediatrica, perfezionata in Odontoiatria Estetica, esperta nelle metodiche di filler dentale. Nel suo studio rende felici tante pazienti, ecco come, in 4 mosse!

1. SBIANCAMENTO PROFESSIONALE!

Lo studio propone lo sbiancamento americano dei denti, tramite un macchinario di ultima generazione appena importato dalla California, che fotoattiva un cocktail di sostanze sbiancanti, che senza causare nessun danno allo smalto, garantiscono risultati sorprendenti nel far virare il bianco o il grigio dei denti anche di due toni. In soli 45 minuti il colore cambia sensibilmente con sorpresa e felicità delle pazienti!



LA DOTT.SSA CRISTIANA ALICINO CON UNA DELLE SUE PAZIENTI FELICI PER IL NUOVO SORRISO.

2. IL FILLER DENTALE: LE FACCETTE

Le faccette additive sono il trattamento di punta dello studio Alicino. Senza limare i denti vengono applicate delle faccette sottili come lenti a contatto che hanno forma e colore regolare e bianco deciso, essendo di materiale ceramico di ultima generazione. Nella prima seduta si effettua un' impronta digitale per fare lo Smile Design: si ridisegna la forma, le proporzioni e il grado di esposizione dei singoli denti.
Viene preparato un mockup, cioè un manufatto in resina che viene lasciato in bocca pochi giorni perché il paziente possa "sperimentare" il design del nuovo sorriso e apportare eventuali modifiche. Solo dopo, nella seconda seduta, si procede con l'applicazione delle faccette.

3. ALLINEAMENTO DEI DENTI SENZA STRESS

L'allineamento dei denti avviene tramite un'apparecchiatura smart, veloce, invisibile e non invasiva conciliabile con la vita moderna e la socialità. La dott.ssa Alicino è, infatti, una Provider Invisalign, i primi allineatori invisibili al mondo, di produzione americana.

4. TRATTAMENTO DEL SORRISO GENGIVALE

A volte un sorriso troppo gengivale crea complessi o insoddisfazione del proprio aspetto. Oggi si può ovviare a questo inestetismo con semplici ma efficaci azioni, che la dott. Alcino valuterà caso per caso, personalizzando sempre l'intervento su ogni singola paziente.

Tutti questi argomenti sono ampiamenti trattati anche sul sito www.cristianaalicino.com, iniziate il vostro viaggio verso la bellezza del vostro sorriso!

INFO
La dott.ssa Alicino
riceve in Via Moscova, 22
cristiana.alicino@gmail.com
www.cristianaalicino.com

MILANO MOMS PER CRISTIANA MARIA ALICINO



INFEZIONI IN GRAVIDANZA

COSA SAPERE PER PROTEGGERSI

MAURIZIO ZAVATTONI
INFETTIVOLOGO
DI *HUMANITAS SAN PIO X*

di Valentina Valente

La più nota è la toxoplasmosi, ma le infezioni che, se contratte durante la gravidanza, possono trasmettersi dalla madre al feto sono diverse, e possono avere conseguenze sia sul feto che sul neonato. Abbiamo rivolto alcune domande al dottor Maurizio Zavattoni, infettivologo di Humanitas San Pio X, per conoscere meglio questo argomento.

QUALI SONO LE INFEZIONI PIÙ PERICOLOSE SE CONTRATTE IN GRAVIDANZA?

«Sono le infezioni causate dagli agenti che rientrano nel complesso TORCH, l'acronimo che sta per T di Toxoplasma, C di Citomegalovirus, R di Rosolia, H di Herpes Simplex e O che sta per Others, ovvero altri agenti infettivi che sono quali il virus della Varicella Zoster, il Parvovirus B19, quello dell'Epatite B e C, quello dell'HIV e il Treponema pallidum che è l'agente eziologico della sifilide. Questi agenti, se acquisiti in gravidanza possono essere trasmessi dalla madre al feto, con possibili ripercussioni sulla salute del neonato.

CHE TIPO DI ACCERTAMENTI SONO CONSIGLIATI, COME PREVENZIONE?

Basta un semplice esame del sangue per sapere se una donna ha gli anticorpi ed è quindi immune oppure è recettiva, ovvero non immune a quegli agenti infettivi. Proprio **per prevenire i rischi in gravidanza, questi esami andrebbero fatti in epoca preconcezionale, o al più tardi nelle prime settimane di gestazione**. Presso Humanitas San Pio X viene offerto alle future mamme un percorso microbiologico e infettivologico di base, per eseguire tutti i test di screening necessari per affrontare serenamente una gravidanza. Inoltre, in caso di sospetta infezione in gravidanza, è possibile prenotare una visita infettivologica presso l'ambulatorio delle infezioni in gravidanza ed eseguire esami più approfonditi, al fine di confermare o escludere l'infezione in gravidanza.

ESISTONO DEI VACCINI?

Per alcuni di questi agenti, quali Rosolia e Varicella Zoster, qualora la donna non fosse immune, esiste una vaccinazione raccomandata in epoca preconcezionale per prevenire i rischi di infezione in gravidanza. Per il virus dell'Epatite B, invece, il vaccino è obbligatorio. In gravidanza, inoltre, è altamente raccomandata la vaccinazione anti-pertosse e anti-COVID.

LA TOXOPLASMOSI, INVECE?

Per la toxoplasmosi il vaccino non è disponibile, l'unica arma di prevenzione sono le norme comportamentali.
L'infezione, causata da un parassita, il Toxoplasma gondii, se contratta in gravidanza, può causare aborto, morte fetale ma anche difetti congeniti gravi nel bambino, soprattutto a carico della vista e dello sviluppo neurologico. Per prima cosa le donne in gravidanza devono fare il test di screening per valutare se hanno gli anticorpi, se così non fosse, il medico spiegherà loro tutte le misure comportamentali da adottare, a partire dall'alimentazione.

CHE COS'È INVECE IL CITOMEGALOVIRUS (CMV)?

Questo virus, appartenente alla famiglia degli Herpesvirus, è in realtà estremamente molto diffuso nella popolazione: dopo la prima infezione, che avviene generalmente in età infantile in forma asintomatica, rimane latente all'interno dell'organismo per tutta la vita, ma può riattivarsi in caso di indebolimento del sistema immunitario, come succede in gravidanza.
Quindi, una metà circa delle donne in età fertile è a rischio di contrarre l'**infezione da CMV per la prima volta in gravidanza**, ed è proprio la **infezione primaria che comporta i rischi maggiori per il feto**, quali deficit uditivi e ritardo psicomotorio.
Anche per questo agente infettivo non esiste vaccino. Per questo una donna che non risultasse immune all'inizio della gravidanza, deve conoscere le misure igieniche e comportamentali idonee da adottare per evitare di contrarre l'infezione. Questo vale soprattutto per le donne che hanno già bambini piccoli in casa, i quali che contraggono spesso l'infezione senza sintomi e la mamma corre così il rischio di infettarsi in gravidanza.

ESISTONO DELLE TERAPIE IN CASO DI INFEZIONI CONTRATTE IN GRAVIDANZA?

Per alcuni agenti infettivi, come il Toxoplasma e il Citomegalovirus, **esistono oggi terapie farmacologiche efficaci** in grado di prevenire la trasmissione dalla madre al feto.

POSSIAMO DUNQUE RASSICURARE LE FUTURE MAMME SUI RISCHI INFETTIVI IN GRAVIDANZA?

Il messaggio finale è: meglio prevenire che curare. Il rischio di infezione durante la gravidanza varia a seconda del patogeno e dipende dalla provenienza geografica della madre, dalla prevalenza nella popolazione dell'agente patogeno e dalle pratiche di prevenzione. La situazione ideale è quella di effettuare un controllo sierologico prima del concepimento, o comunque al massimo entro le prime 10 settimane di gestazione. Il percorso preconcezionale consigliato dagli specialisti e una consulenza multi-disciplinare forniranno le indicazioni più opportune da dare alla coppia per affrontare in modo consapevole una gravidanza anche in caso di infezioni contratte nei 9 mesi.

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

BRONCHIOLITE
COSA C'È DA SAPERE
UN VIRUS DA NON SOTTOVALUTARE, ECCO I CONSIGLI DELLE PEDIATRE PER AFFRONTARLO SENZA PAURA



SERENA CATANIA
ELENA CALCINAI
PEDIATRE E FONDATRICI
DI ARS PEDIATRICA MILANO

di Elena Calcinai e Serena Catania

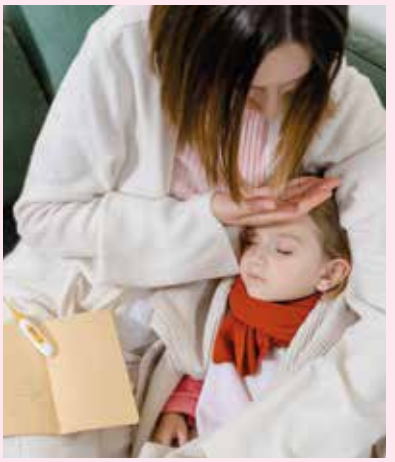
La stagione invernale è ormai alle porte e con essa l'arrivo di virus respiratori, in particolare del Virus respiratorio sinciziale (VRS), che possono essere causa di quadri respiratori ingravescenti tra cui la bronchiolite, soprattutto nei bambini più piccoli.
Con questo breve articolo vorremmo rispondere alle più comuni domande che ci vengono poste in ambulatorio ogni giorno dai genitori dei nostri piccoli pazienti.

COS'È IL VRS?
Il virus respiratorio sinciziale è un virus molto diffuso in tutto il mondo, che può trasmettersi a qualsiasi età, ma risulta maggiormente aggressivo nei più piccoli. Recenti studi hanno evidenziato la sua pericolosità nello sviluppo polmonare del feto, se contratto in gravidanza. Il suo nome deriva dalla sua capacità di creare dei sinzici (agglomerati di cellule) legandosi alle cellule dell'apparato respiratorio che sono il suo bersaglio.

CHI COLPISCE?
Il VRS può colpire qualsiasi soggetto a qualsiasi età, non conferendo immunità duratura può infettare anche più volte lo stesso individuo. Questo è il motivo per cui più frequentemente i piccoli si infettano stando a contatto con adulti o fratelli con solo un raffreddore. I lattanti (nel primo anno di vita) sono i maggiori interessati, anche con una forma più severa.

IN QUALE PERIODO DELL'ANNO CIRCOLA?
La diffusione varia in base alle diverse latitudini, più il clima è freddo, umido e piovoso, più ci sono le caratteristiche per la sua replicazione. Nel nostro continente è particolarmente diffuso tra Novembre e Marzo.

COME SI MANIFESTA LA MALATTIA DA VRS NEL LATTANTE?
Si manifesta come una malattia virale stagionale caratterizzata da rinite, tosse secca e a volte febbre con successiva possibile comparsa di difficoltà respiratoria responsabile della bronchiolite acuta virale. Nel lattante dopo 3-5 giorni di incubazione compare raffreddore e sempre una più marcata inappetenza, associata



a tosse secca e ad un'eventuale difficoltà respiratoria (respira più velocemente e ha rientramenti sul torace o al giugulo) che comparirà in un secondo momento. La febbre alta nel lattante è poco comune, se è presente bisogna escludere altre concomitanti patologie respiratorie come per esempio una polmonite.

QUANDO UN BAMBINO CON LA BRONCHITE VA RICOVERATO?
Quando i sintomi sopra descritti diventano ingravescenti, il bambino respira male, o presenta tosse secca continua con difficoltà respiratoria, magari alla vista del pediatra si rileva desaturazione (livelli di ossigeno bassi), difficoltà all'alimentazione, (con rischio di disidratazione nei più piccoli), è utile il ricovero.

IL PEDIATRA NON HA PRESCRITTO ALCUN FARMACO, È CORRETTO?
La bronchiolite nei casi lievi e moderati tende ad autolimitarsi da sola, quindi l'utilizzo di lavaggi nasali e l'aerosol con soluzione fisiologica ipertonica possono bastare. Il genitore deve assicurare una corretta idratazione offrendo nel piccolino inappetente pasti più piccoli ma più ravvicinati e una corretta pulizia delle vie aeree.

COME SI PUÒ PREVENIRE?
Non smetteremo mai di ripetere a tutti i nostri pazienti di cercare di non esporre i bambini appena nati ai fratellini o parenti con raffreddore soprattutto nel periodo di maggior diffusione del virus. Favorire la corretta igiene delle mani ed evitare il fumo di sigaretta possono essere di grande aiuto.

ESISTE IL VACCINO PER IL VRS?
Esiste il Polivizumab (Synagis) che in realtà è un anticorpo monoclonale che neutralizza l'infezione da VRS, ma è dedicato solo a categorie definite di pazienti (es. prematuri). Si stanno studiando vaccini da estendere a tutti i bimbi e alle donne gravide su larga scala, che probabilmente saranno già a disposizione nei prossimi anni.

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

SPAZIO ALLATTAMENTO
E SERVIZI PER LE NEOMAMME

ASSOCIAZIONE OSTETRICHE FELICITA MERATI

L'*Associazione Ostetriche Felicita Merati* ha ideato uno spazio allattamento gratuita, aperto a tutte le mamme e i papà, tutti i giovedì dalle 11 alle 14. Questo appuntamento nasce per offrire un momento di condivisione e tempo piacevole:



l'occasione per non sentirsi sole di fronte al grande cambiamento che comporta l'arrivo di un neonato.
L'Associazione ha in calendario anche diverse proposte di incontro dedicate alle famiglie con bambini piccoli, per favorire il benessere relazionale delle persone, la promozione della salute e della genitorialità responsiva, come lo spazio gioco o i gruppi musicali.
"Le nostre proposte" dice Marica Riva ostetrica e presidentessa dell'Associazione, "vogliono accompagnare genitori e bambini in un contesto non giudicante, adatto a favorire l'accoglienza e la condivisione. Grazie alla presenza degli operatori competenti sarà possibile offrire alle coppie adulto-bambino e alle famiglie che partecipano la possibilità di conoscersi e confrontarsi. Vi aspettiamo!".





Dove?

In Via Zuretti, 49

Qui puoi trovare anche la nostra rivista!

Inquadra il QR CODE per saperne di più e accedere direttamente al sito www.associazioneostetriche.it



OPI kids
FRUTTA

Codice Sconto 30%
"OPI-MOMS"
su opifrutta.com



Il modo più divertente
per mangiare la frutta



IRESHA TOTARO
DOULA E INSEGNANTE
DI YOGA

LA COLLANA ALLATTAMENTO

PERCHÉ USARLA, PRO E CONTRO



A cura di Doula Iry

La collana allattamento si presenta a tutti gli effetti come una collana: può avere colori più o meno sgargianti, perle rotonde o con forme particolari, essere in legno o in silicone anallergico. È una collana che in una prima fase viene indossata dalla neo mamma e che poi nel corso del tempo finisce tra i giochi dei bambini, spesso nella cesta dei travestimenti.
Sicuramente si tratta di un regalo molto in voga negli ultimi anni.

A COSA SERVE?

La collana allattamento ha molteplici usi e funzioni: viene usata ad allattamento ben avviato e non prima dei tre/quattro mesi del bebè, in quella fase in cui le sue piccole manine iniziano a pizzicare la pelle della mamma durante la poppata o a tirare i capelli o ad afferrare altri accessori che osserva su collo e orecchie materni. Potremmo dire che i colori accesi della collana allattamento, catturando l'attenzione del bebè, creano un diversivo a quei pizzicotti e a quelle tirate di capelli che, nell'arco della giornata, si susseguono con una certa intensità. Il bebè viene attratto dalle forme e dai colori di questa particolare collana, che favorisce una poppata più serena anche alla mamma, perché non dimentichiamoci che l'allattamento dovrebbe essere una vera e propria danza per la diade, nonché un momento di piacere e di conseguente scarica ormonale.
Inoltre nella fase di dentizione la collana allattamento può diventare un valido strumento per dare sollievo alle gengive del bebè: sicuramente si consiglia di non lasciarla al piccolo/alla piccola in autonomia, ma di essere sempre presenti e vigili quando la sta usando, come con qualsiasi altro gioco che porta alla bocca.

PRO E CONTRO

Si sente dire che la collana allattamento serva anche e soprattutto per distrarre il bebè da stimoli esterni durante la poppata: le voci, i suoni, l'arrivo di altri componenti familiari, sono tutti elementi che lo portano a staccarsi continuamente dal seno, a girare la testa e poi a riattaccarsi e rendono molto lunga e faticosa la singola poppata, che già di per sé, per quanto bellissima, può essere un momento carico di fatica per la mamma.
Oltretutto, poiché durante la poppata mamma e cucciolo tendono a cercare l'una lo sguardo dell'altro, si potrebbe pensare che questa distrazione perpetua possa andare a minare un legame visivo fondamentale.

CONCLUSIONI

Da doula e da mamma di due bambini, credo che la giusta via possa stare nel mezzo: come in tutte le cose si tratta di fare un uso moderato, consapevole e cosciente degli strumenti che si hanno a disposizione. Se la poppata diventa snervante per la mamma per via dei pizzicotti, delle distrazioni del bambino e della lunga durata, allora un giusto compromesso potrebbe portarla ad indossare la collana allattamento nei momenti di maggiore stanchezza.
Ogni diade è a sé e lungi da chiunque voler fare degli assolutismi o consigliare a tutti di fare lo stesso uso di qualcosa che di fatto deve essere utilizzato a discrezione dell'adulto.
Vero è che a volte certe collane allattamento sono talmente belle a vedersi che molte mamme le tengono addosso tutto il giorno o le abbinano ai colori dei loro abiti!
Quindi, a ciascuna, se lo desidera, la sua collana, senza estremismi né rigidità.

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

New Born





È ARRIVATO *JOOLZ DAY5*!

UN "ABBRACCIO SU RUOTE": IL MASSIMO DEL COMFORT E DELLA PROTEZIONE PER I PICCOLI

Nasce proprio dal concetto di abbraccio la novità in casa *Joolz*, il marchio di passeggini premium, sinonimo di qualità, sicurezza e stile. Il nuovo passeggino *Joolz Day5* offre ai genitori e ai loro piccoli massimo comfort e protezione. Viene fornito con una culla ultra-morbida con materasso ipoallergenico Tencel-Lyocell™, che garantisce un ambiente confortevole per il sonno del piccolo. Man mano che il bambino cresce, la culla può essere trasformata in una seduta ergonomica che si reclina in una posizione completamente piatta, passando con un movimento fluido dalla posizione eretta a quella sdraiata. Inoltre, la seduta ha una forma ergonomica, fornendo un supporto ottimale per la schiena, i fianchi e le gambe.

NUOVE FUNZIONALITÀ

Oltre al massimo comfort, *Joolz Day5* contiene innumerevoli nuove funzionalità che semplificano la vita dei genitori. L'ampia cappottina avvolgente con protezione UPF50+ offre uno scudo dalle influenze esterne, che si tratti di sole, pioggia o vento. E ancora, un cestello grande e di facile accesso, che porta fino a 10 kg… per tutto ciò che le mamme devono portare con sé! Tutte queste caratteristiche in soli 12 kg, una combinazione unica e un sollievo per i genitori in movimento. Naturalmente, chiudere e aprire il passeggino è un compito semplicissimo, *Joolz* garantisce praticità e design, sempre.

E lo stile? *Joolz Day5* è disponibile in sei look ispirati alle meraviglie della natura: Sandy taupe, Forest green, Space black, Stone grey, Sage green e Navy blue.

Il passeggino *Joolz Day5* è disponibile presso Joolz.com e partner di vendita selezionati a livello globale a partire da 1.299 euro.

OGNI PASSO CONTA PER UN FUTURO SOSTENIBILE

Per Joolz, la sostenibilità e la responsabilità ambientale sono della massima importanza e il Joolz Day5 è un'altra testimonianza della posizione del marchio. Il passeggino presenta materiali eco-compatibili, tra cui un materasso Tencel™ Lyocell ipoallergenico sostenibile, mentre tutti i tessuti principali sono realizzati in RPET (bottiglie in PET riciclato), riducendo i rifiuti di plastica. Ultimo ma non meno importante, l'imballaggio Joolz Day5 è stato ridotto del 20%, creando spedizioni più ecologiche ed efficienti.



MILANO MOMS PER JOOLZ

MOLTO PIÙ DI UNA BORSA

IL REGALO PERFETTO PER LE NEOMAMME!

Quando si diventa mamma le esigenze cambiano e anche quando si esce occorre portar dietro tante cose, soprattutto per il bebè. La borsa diventa l'alleata strategica, un vero problem solving se ben organizzata. Ma perché rinunciare allo stile?
Ecco perché *Nuna* ha progettato Diaper Bag, la borsa, discreta ed elegante all'esterno, e con tutto il necessario per la mamma e il bambino. Ogni piccolo dettaglio è stato pensato per gestire tutto ciò di cui puoi aver bisogno. Un esempio? La pochette fasciatoio si apre per creare un ampio spazio lavabile. Nell'ambito di questo progetto è nata anche la collaborazione con la stilista Georgette Polizzi, dando vita ad una collezione fashion in edizione limitata, caratterizzata da una combinazione di stampe vivaci e schizzi di arcobaleno. Una collaborazione in cui *Nuna* e *Georgette Polizzi* sono legate da valori condivisi come l'attenzione per i dettagli e un impegno costante nel creare prodotti per bambini sicuri ed eleganti, utilizzando solo materiali di prima qualità.



INFO
www.nunababy.com



La Chiocciola
tutto per bimbi e mamme

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**

NEOMAMME E BAMBINI. I VOSTRI REGALI SONO QUI!

NEL MEGASTORE LA CHIOCCIOLA, TANTE IDEE DA METTERE SOTTO L'ALBERO!

Il Natale è il miglior momento dell'anno per regalare, a chi aspetta o ha appena avuto un bebè, tutto ciò di cui ha bisogno, in casa e fuori. Nel megastore La Chiocciola, potrete trovare tantissime proposte dei migliori brand del settore e un'ampia gamma di prodotti, dai passeggini ai seggiolini auto, dagli accessori per la pappa a quelli per la nanna, compresi letti e complementi d'arredo per la cameretta. Non mancano poi giochi, abbigliamento, prodotti per l'igiene e tutto ciò che può far comodo ai neogenitori per organizzare al meglio la vita con i piccoli. E poi ci sono le card, un'altra possibilità per lasciare libera scelta nella selezione dei regali.
Il negozio si estende su tre piani, ha un ampio parcheggio, eco car point e tanti comfort, come l'area Lounge con cuscini per l'allattamento e scaldabiberon, la zona coffee break e relax, i servizi di personal shopping, lista nascita e lista regalo.
Potete acquistare anche online su www.lachiocciolababy.it



il megastore


giochi e accessori


abbigliamento per bambini


passeggini di design

LA CHIOCCIOLA
Via Circonvallazione, 16
Varedo (MB)

DAL CAVALCABILE AL MONOPATTINO

UN CLASSICO DA METTERE SOTTO L'ALBERO

MOLTO PIÙ DI UN CAVALCABILE
PER I PICCOLISSIMI

My First è la combinazione 3 in 1 di Scoot & Ride, che associa diverse funzioni e possibilità di gioco, a partire dai 6 mesi. Prodotto in materiale EPP morbido e ammortizzante, riciclabile e sicuro, **può essere utilizzato come carrello di appoggio per i primi passi**, poi come cavalcabile, ma è possibile anche scomporlo e utilizzare solo la base, come balane board. Inoltre, sotto al sedile c'è un piccolo scomparto dove riporre un gioco e portarlo in giro con sé!

Su gioconaturalmente.com







MONOPATTINO O PRIMA BICI? TUTTI E DUE!

Uno dei 4 nuovissimi modelli lifestyle del grande classico e inconfondibile *Highwaykick 1* di Scoot & Ride, **la bici senza pedali e il monopattino**, 2 in 1, adatto per i più piccoli dai dodici mesi ai cinque anni: stabile, sicuro, con seduta bassa e manubrio ergonomico. *Highwaykick 1 lifestyle* è la nuova versione dell'iconico *Highwaykick 1*, personalizzata in quattro design super stilosi, attrezzato con un contenitore portaoggetti compatto e smart.

Su www.gioconaturalmente.com

PATROCINIO Comune di Milano

COLLEZIONE RAMO MILANO DRAWING WEEK

in collaborazione con Civici Corsi di Jazz

GUIDA ALL'ORCHESTRA



CRESCENDO IN MUSICA 2023 24

BRITTEN
Guida del giovane all'orchestra
SCHULLER
Journey into Jazz

UN'ESPERIENZA VISIVA, TEATRALE E MUSICALE UNICA PER SCOPRIRE GLI STRUMENTI DELL'ORCHESTRA!

Ensamble jazz:
studenti dei Civici Corsi di Jazz

Orchestra Sinfonica di Milano
Giovanni Conti Direttore

Fabio Cherstich Ideazione e regia
Ettore Tripodi Artista

Anna Coppola, Loris Fabiani,
Carola Gay Attori
Julien Lambert Acrobata

25.11
ore 16.00 | Auditorium di Milano

SCOPRI TUTTI I DETTTAGLI SU
SINFONICADIMILANO.ORG

ORCHESTRA SINFONICA DI MILANO

CREATIVITÀ

ECCO I REGALI PER STIMOLARE LA FANTASIA DEI BAMBINI

Con la sua vasta e coloratissima gamma di strumenti creativi, ideali per stimolare il talento e l'inventiva dei più piccoli, *Crayola* propone questo Natale il regalo perfetto per ogni bambino perché sa quanto è importante che ogni fascia d'età abbia il giusto strumento creativo.



VALIGETTE

Tra i regali più creativi ci sono le Valigette Coloring. Per i più piccoli dai 4 anni, la Valigetta dei Colori Paw Patrol Mighty Movie! Per i più grandi la Valigetta Disegna i tuoi Manga sarà la soluzione perfetta! Include tutto il necessario per imparare le basi, **disegnare, colorare e sfumare i propri personaggi Manga**, oltre a una utilissima guida passo-a-passo ideale per i principianti.



CRAYOLA POPS

Crayola POPS trasforma "semplici" **pagine da colorare in creazioni 3D** grazie a un innovativo metodo di stampa e realizzazione. Basta colorare lo sfondo e il cartoncino 3D, staccare la parte pop-up, inserire le linguette negli appositi spazi... e il gioco è fatto!

WASHIMALS

Immancabili anche questo Natale sono i Washimals, gli adorabili **cuccioli da colorare** e personalizzare con gli speciali pennarelli ultra-lavabili. E poi nella vaschetta, dove il cucciolo **potrà essere lavato, rimuovendo il colore**, per ricominciare da capo.





I MAXI TAPPETONI

I Crayola Mini Kids offrono ai bimbi tantissimo spazio per esprimere al meglio la creatività; misurano 60x90 cm e possono essere utilizzati contemporaneamente da più bambini. La speciale morbida superficie è appositamente studiata per essere utilizzata **con i pennarelli lavabili oppure con le nuovissime tempere senza goccia** che si prelevano direttamente dal barattolino con il pennello e si puliscono semplicemente con un panno umido. Niente paura! I colori si puliscono facilmente!



LAVAGNETTA LUMINOSA

La **Lavagnetta Luminosa** Crea la Moda Creations è la soluzione perfetta per tutte le appassionate di moda a partire dai 7 anni. La luce LED della lavagnetta consente di **ricalcare facilmente il modello** o il vestito da completare poi con dettagli e accessori e impreziosire con gli adesivi inclusi.

www.crayola.it

BABBO NATALE VORREI…
LA MACCHINA ELETTRICA!

LA NUOVA LINEA PRO DI *PEG PEREGO* FARÀ INNAMORARE BIMBI E GENITORI

È il sogno di tutti i bambini, e diciamolo, anche un po' dei papà! Una macchina elettrica con cui sfrecciare con i fratelli o gli amici ovunque sia possibile, guidando proprio come i grandi. Un gioco divertente, che può anche essere un primo approccio alle regole della strada, al rispetto dei pedoni e all'attenzione attorno a sé. Peg Perego ha superato i limiti con una nuova e potente linea PRO dedicata ai bambini dai 6 anni. Ecco le caratteristiche dei tre modelli di questa nuovissima linea.



GAUCHO PRO REALTREE™

È il fuoristrada a batteria ricaricabile da 24Volt/12Ah/300Wh pronto a tutto! Le sue prestazioni sono superiori grazie alle ruote gommate a trazione estrema, non c'è terreno che tema! Caratterizzato da basso rumore e potenza superiore con i 2 motori silenziosi da 420W (840W totali) che muovono il giocattolo come una vera auto elettrica a basso rumore. Divertimento esagerato anche su sterrato! La coppia motrice quadruplicata permette di sfidare gli ostacoli con grande facilità superando dislivelli fino al 17 % sempre alla massima potenza e massima velocità di 12 km/h.
Il cruscotto è dotato di pulsante Start, clacson, radio FM, attacchi per collegare lettore MP3 e chiavetta USB.
Prezzo 1.249 euro

POLARIS SPORTSMAN PRO CITRUS

È il potente quad a due posti a batteria ricaricabile da 24Volt/12Ah/300Wh che grazie alle ruote gommate a trazione estrema, sfida ogni terreno! Silenzioso, dotato di 2 motori da 420W (840W totali) garantisce divertimento soprattutto sullo sterrato! Superare ostacoli è il suo talento. Esperienza di guida senza precedenti grazie alle sospensioni con veri molleggi sulle ruote motrici che garantiscono comfort e grip.
Peso massimo trasportabile 100 kg.
Prezzo 1.319 euro





POLARIS RZR PRO GREEN SHADOW

Un altro modello di fuoristrada a batteria ricaricabile da 24Volt/12Ah/300Wh che i bambini ameranno. Superare ostacoli è il suo talento. Garantisce prestazioni superiori da vero pro, grazie alle ruote gommate a trazione estrema. Super silenzioso come gli altri modelli, con cruscotto super accessoriato e i due sedili indipendenti, regolabili e in ecopelle. Peso massimo trasportabile 100 kg.
Come gli altri modelli è dotato anche di indicatore batteria scarica e sovraccarico motori per giocare alla grande senza pensieri.
Prezzo 1.249 euro



Scopri tutta la gamma dei giocattoli
www.pegperego.it

MILANO MOMS PER PEG PEREGO

Benvenuto inverno!



MODA

Nella foto total look
Il Gufo
www.ilgufo.it



ANIMALIER
Felpa e calzettoni
che richiamano le zebre!
Di Mango Kids
www.mango.com



GONNA
Minigonna kilt, classica e passpartout.
Di Guess Kids
www.guess.eu

BIANCO NERO



GILET
Per dare un tocco originale
e per affrontare il freddo
con stile, un gilet caldo
è quello che serve!
Di Douuod
www.douuodkids.com



ORSETTO
Morbido e speciale il giubbino
di Primigi è bello da abbinare anche
ai look delle feste.
www.primigi.it



TOTAL LOOK
Super chic e rigorosamente bianco
e nero in stile bon ton con qualche
tocco di originalità. Di Sarabanda.
www.sarabanda.it

PER LEI

BOOTS
Perfetti con gonne e pantaloni,
comodi e di tendenza.
Di Simonetta
www.simonetta.xxx





L'ACCESSORIO
Bellissima anche da regalare
la tracolla a cuore in morbida
pelliccia eco. Di Illy Trilly.
www.illytrilly.com

IL GILET
In stile college, da abbinare a camicie e T-shirt, a seconda dell'occasione. Di Mango
www.mango.com





IL PIUMINO
Caldo e sfumato, da indossare per tutta la stagione! Di i.DO
www.ido.it

E GRIGIO!

TRE COLORI CON CUI GIOCARE PER NUOVI LOOK



CLASSICO
Basta un papillon e il look elegante è servito! Di Collégien
www.collegien-shop.com



CHECK
La camicia a scacchi, chic e versatile. De Il Gufo
www.ilgufo.it



IL PULL A RIGHE
Caldo e trendy. Di Douuod
www.douuodkids.com



SNEAKER
Con i tre colori, bianco nero e grigio, queste sneakers interpretano il mood del momento! De il Gufo
www.ilgufo.it



PASSEPARTOUT
Il jeans nero, va bene tutti i giorni ma anche per le feste! Di Guess kids
www.guess.eu

sebra®



Distribuito
in Italia da Diido.
www.diido.it



OUTSIDE THE CITY

IN INVERNO NON SMETTIAMO DI VIAGGIARE: GITE E PASSEGGIATE, SOGGIORNI SULLA NEVE, FUGA NELLE ISOLE AL CALDO

PANORAMI, STORIA, NATURA. SCEGLIAMO LE NOSTRE PROSSIME METE, PER WEEKEND IN RELAX O SETTIMANE IN MONTAGNA E AL MARE



SULLA SPONDA **DEL LAGO!**

UNA MERAVIGLIOSA PASSEGGIATA PER SCOPRIRE IL LAGO MAGGIORE

ALESSANDRA FUSÈ
GIORNALISTA SPECIALIZZATA IN VIAGGI E GUIDA ESCURSIONISTICA

I tramonti migliori sono quelli autunnali e invernali, quando l'afa estiva è solo un lontano ricordo e l'aria è tersa. Tra le camminate semplici, praticamente pianeggianti, che consiglio a tutti in inverno è quella che parte dal centro di Ispra: ci si incammina sulla "via dell'Amore" e si percorre uno splendido cammino sull'acqua, dotato di passerelle e passaggi anche intagliati nelle rocce calcaree che si buttano nel lago. Nonostante sia pianeggiante non è adatto ai passeggini. Il lago è letteralmente sotto i piedi, in alcuni punti ci si può fermare e toccarlo





(un punto sicuro e sabbioso è la spiaggia della Via dell'Amore, nei pressi dell'imbarcadero di Ispra). Si può arrivare alle vecchie fornaci, che statuarie si ergono sul lago ormai come monumento da fotografare: da anni in disuso, creano un'atmosfera particolare a questa passeggiata che la domenica attira moltissima gente. Sulle cartine disseminate sulla camminata si può vedere una sorta di percorso ad anello che, personalmente sconsiglio. Il bello, infatti, è il lago, facendo il giro ad anello, il panorama viene a mancare.

Le prossime date dell'escursione guidata per famiglie:

› 17 dicembre,
›20 gennaio.





INFO
Alessandra Fusé
Cell. 328.9798955
www.viaggioriginali.it

INFORMAZIONE PUBBLIREDAZIONALE



500 COLLECTION in SEAQUAL® YARN.

INSIEME PER UN OCEANO PULITO.
Lo speciale tessuto SEAQUAL® YARN è realizzato da fili di poliestere di alta qualità attraverso il riciclo di rifiuti di plastica marina. Incontro tra stile e sostenibilità.

Veloce. Like a Dance Star.

La vita di un genitore è come una danza. Veloce è il sistema modulare leggero e compatto che si muove assecondando i tuoi movimenti. Passa in un attimo da spaziosa culla a comoda carrozzina e da agile passeggino a seggiolino auto reclinabile. Veloce è tutto quello che hai sempre desiderato per accompagnarti nella tua danza quotidiana. 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



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

SETTE LAGHI, **UN DINOSAURO** E MILLE STELLE

QUANTE COSE DA SCOPRIRE NEL VARESOTTO! MINI TOUR PER FAMIGLIE CURIOSE

di Francesca Zardin

Cent'anni fa tutti i Milanesi sapevano dove trascorrere una vacanza tra dolci montagne e laghi scintillanti ad un passo dalla città, insieme alla crème della società internazionale. Era così speciale Varese che per raggiungerla fu costruita la prima autostrada d'Italia, la "Milano Laghi" appunto. Un secolo dopo rimane un territorio tutto da scoprire ricco di natura, ville storiche e arte ma anche scienza e divertimento.

Se per anni avete portato i bambini a visitare le collezioni paleontologiche del Museo di Storia Naturale in via Palestro, forse non vi siete mai resi conto che stavate osservando dei Varesotti doc: infatti il *Besanosauro* nella sua lastra di roccia e il *Saltriosauro* che accoglie i visitatori davanti all'ingresso, sono tra i più importanti reperti preistorici esposti, ma sono entrambi stati rinvenuti nel **giacimento del Monte Orsa** proprio nei paesi di Besano e Saltrio. Potete incontrare il gemello del Saltriosauro milanese nel suo paesino di origine con vista sui boschi patrimonio dell'UNESCO e da lì iniziare uno dei sentieri fino a "la brusata", un'ex cava di pietra calcarea grigia restaurato, magari sedendovi per una sosta sullla Big Bench 208.

Noctalgia? Ovvero l'istinto vi fa alzare gli occhi alla ricerca del cielo stellato ma non si vede nulla in città? Basta salire al verdissimo ***Campo dei fiori*** per ritrovarsi tutti con il naso all'insù all'***Osservatorio Astronomico Schiaparelli***. Le visite, solo su prenotazione, prevedono di giorno l'osservazione del Sole nel ***laboratorio Eliofisico*** mentre la sera l'uso dei telescopi.

www.astrogeo.va.it



7 laghi glaciali e una palude. L'area è davvero ricca di verde e specchi d'acqua, che si trasformano in ogni stagione per il divertimento dei bambini. D'estate il lago di Monate offre bagni caldi dai suoi lidi attrezzati, sul lago Maggiore si possono intraprendere corsi di vela anche residenziali per i piccoli (***www.centrovela.com***), e d'inverno il lago di Ghirla diventa meta per chi vuole rivivere pattini d'argento. Se non bastasse la riserva naturale della ***Palude Brabbia***, vi aspetta per scoprire dalla torretta e dalla piattaforma galleggiante, gli uccelli migratori e i nidificanti. Visite organizzate con i naturalisti saranno un modo per conoscere la fauna Lombarda.

www.lipupaludebrabbia.it

Per chi vuole "osservare" il mondo con le mani c'è l'innovativo Museo del Tattile che ospita una collezione di modellini in legno di monumenti e paesaggi dove è vietato NON toccare! I visitatori, anche grazie alle installazioni multisensoriali, sono chiamati a conoscere in modo differente ciò che ci circonda aprendosi in modo emozionale. Dopo la visita, solo su prenotazione, basta fare due passi per una sosta al ***Castello di Masnago***, dove sotto alberi secolari, i bambini potranno giocare nel parco giochi e i grandi godersi una merenda nel nuovissimo bar con specialità Kombucha a km zero. Il Castello di origine medioevale, vanta sale affrescate notevoli come quella dedicata ai vizi e alle virtù o quella degli svaghi, e ospita il museo di arte moderna e contemporanea.

www.museotattilevarese.it
www.museivarese.it/sedi/castello-di-masnago



Infine impossibile non citare la tradizionale salita delle cappelle del Sacro, che le famiglie fanno nei fine settimana. Non perdetevi una merenda con vista fino a Milano stessa, dal meraviglioso ***hotel Borducan*** gustando la torta cioccolato e nocciole con un bicchiere dello storico Elixir all'arancia (solo per i grandi dal 1872). E se non volete intraprendere la discesa, ha appena riaperto la funicolare!

www.ristoranteborducan.com





L'AUTUNNO AL SACRO MONTE DI VARESE

CON UNA GUIDA D'ECCEZIONE DEDICATA ALLE FAMIGLIE, IL SACRO MONTE DI VARESE VI ASPETTA TRA ARTE E NATURA

Un balcone su un panorama mozzafiato, che dai laghi della provincia di Varese si estende fino ai grattacieli di Milano: il Sacro Monte di Varese, patromonio mondiale UNESCO dal 2003, offre la possibilità di immergersi insieme ai propri bambini in un luogo con una storia lunga secoli. Per chi cerca una passeggiata nella natura, per chi vuole intraprendere un pellegrinaggio, per una gita fuori porta tra musei e monumenti: il borgo di Santa Maria del Monte ospita più che volentieri i più piccoli insieme alle loro famiglie.

Se volete farvi accompagnare da una guida un po' particolare, passate dal Centro Espositivo Mons. Macchi, accanto alla Prima Cappella della Via Sacra, dove potrete recuperare un taccuino molto speciale. Grazie ad un progetto della società Archeologistics, realizzato con il contributo di Regione Lombardia, le famiglie potranno esplorare il Sacro Monte di Varese con una guida-pocket 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 dal primo Arco: non dimenticatevi di guardare dentro le quattordici cappelle!

Una volta giunti nel borgo, tra il Santuario e le vie coperte, non fatevi scappare le visite guidate alla Casa Museo Pogliaghi e alla Cripta romanica del Santuario. Il 19 novembre sarà l'ultimo giorno di apertura del Museo Baroffio, della Cripta romanica e della Casa Museo Pogliaghi prima della consueta chiusura invernale: i tre musei del Sacro Monte accolgono ancora per qualche settimana grandi e piccini che vogliono conoscere la storia lunga secoli e secoli di questo luogo così meraviglioso. Non temete però: riapriranno durante le vacanze natalizie e da marzo saranno aperti come da orari per la nuova stagione.





CASA MUSEO LODOVICO POGLIAGHI

Orari apertura (fino al 19 novembre): mercoledì-venerdì 10-13 / weekend e festivi 10-18 (con visite guidate formato famiglia incluse nel biglietto)

CRIPTA E MUSEO BAROFFIO

Orari apertura (fino al 19 novembre): mercoledì-venerdì 14-18 / weekend e festivi 10-18 (con visite guidate formato famiglia incluse nel biglietto)

CENTRO ESPOSITIVO MONS. MACCHI

Orari apertura: ogni domenica (fino al 31 dicembre) 10-16

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

SOGNANDO
LA SETTIMANA BIANCA

A SESTO, TRA PANORAMI INNEVATI, LEZIONI DI SCI PER TUTTE LE ETÀ E RELAX!

Il Family Resort Rainer è un paradiso vacanze per famiglie con bambini.
Ubicato nella famosa regione delle Tre Cime, in Alta Pusteria, in una posizione strategica, d'inverno permette l'accesso a piste da sci e a passeggiate direttamente dall'Hotel senza l'utilizzo dell'auto.
Qui potrete soggiornare in bellissime suite famiglia con la mezza pensione o in alternativa pernottare in appartamento con la formula solo affitto.
Un altro punto forte della struttura è l'attenzione e la cura per i piccoli ospiti, con un programma di attività di 60 ore settimanali ricco di divertimento e svago.
D'inverno le collaboratrici della sala giochi, dopo il rientro dei bimbi dal corso sci, presteranno loro assistenza al pasto dal lunedí al venerdí, così da permettere a mamma e papà di poter sciare in tutta tranquillità.

Lo staff della cucina si occupa invece di deliziare il vostro palato con una cucina gourmet, proponendovi un menu a cinque portate diverso tutti i giorni.
Siete celiaci? Niente paura, la struttura fa parte della Federazione AIC (Associazione Italiana Celiachia), per vivere anche i momenti a tavola in tutta serenità.
Il menu senza glutine corrisponde quasi sempre al menu normale sia per grandi che per piccini con pietanze cucinate al momemto e con uso limitato di prodotti surgelati.

Una settimana bianca così… è come un sogno!



LEZIONI DI SCI? FACILE!

Grazie alla stretta collaborazione con la Scuola Sci di Sesto gli ospiti potranno prenotare lezioni di sci o snowboard direttamente all'ufficio dell'Hotel! Gli ospiti hanno inoltre la possibilità di noleggiare e depositare gli sci in struttura.


la suite!


la piscina di sera



RICHIEDI LA TUA OFFERTA PERSONALIZZATA

Contattate l'Hotel per chiedere un' offerta su misura per la vostra famiglia, le Dolomiti saranno il sogno che si avvera!

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

INFORMAZIONE PUBBLIREDAZIONALE





E SE ANDASSIMO **ALLE CANARIE?**

L'ARCIPELAGO SPAGNOLO CHE REGALA L'ESTATE TUTTO L'ANNO

Le Isole Canarie garantiscono un clima temperato tutto l'anno. In inverno, la temperatura media è di circa 20 gradi centigradi e le precipitazioni sono molto scarse. Un clima perfetto per fare turismo in famiglia e scoprire la natura vulcanica che contraddistingue l'arcipelago: dieci ore di luce al giorno e temperature estive tutto l'anno!
Incastonate nel blu dell'Oceano Atlantico, sono la meta giusta anche in autunno inoltrato e inverno, per passeggiare in riva al mare, concedersi un momento di relax al sole sulla spiaggia, seguire escursioni negli angoli più remoti o scoprire le tradizioni uniche che riservano questi luoghi. Non solo mare però! Ecco alcune idee da vivere se programmate questo viaggio.

APPUNTAMENTO CON LA STORIA: LA ROTTA DI COLOMBO

Nel suo viaggio del 1492, prima di avventurarsi oltre i confini conosciuti alla volta del Nuovo Mondo, Cristoforo Colombo fece tappa nell'arcipelago spagnolo per raccogliere le forze e fare provviste. Le tracce di questo passaggio sono custodite nella Casa de Colón situata nella capitale di La Gomera, San Sebastián, dove l'esploratore soggiornò. Per approfondire il forte legame tra le Isole Canarie e Colombo, il museo dedicato di Gran Canaria ne custodisce e tramanda il grande valore storico.

IL CENTRO STORICO DI SAN CRISTÓBAL DE LA LAGUNA A TENERIFE

Esempio unico di città coloniale non fortificata, San Cristóbal de La Laguna, sull'isola di Tenerife, è stata la prima cittadina delle Canarie ad essere dichiarata Patrimonio dell'Umanità dall'Unesco grazie all'autenticità del suo impianto originale del XV secolo. Per godersi una passeggiata in questo borgo basterà perdersi tra le stradine e le piazze del borgo, con i suoi numerosi palazzi storici e religiosi: dalla Cattedrale neoclassica alla Chiesa del Cristo, dai palazzi di Salazar e Nava ai conventi di Santa Catalina e Santa Clara.

Programmare il viaggio è semplice, su www.ciaoisolecanarie.com troverete tutte le informazioni che vi servono per decidere tappe, itinerari e a quali attrazioni dare la priorità in base ai vostri gusti.

INQUADRA SUBITO E ACCEDI AL SITO!



NATURA

Le Isole Canarie ci offrono l'opportunità di godere di paesaggi impressionanti, pieni di contrasti, che ci permettono di camminare su terreni vulcanici, spiagge paradisiache e boschi millenari.
La natura delle Isole Canarie è eccezionale: 146 aree protette, compresi quattro Parchi Nazionali e tre Riserve Marine, nonché sette Riserve della Biosfera.

INFO
FB: Ciao Isole Canarie
IG: @Ciaoisolecanarie

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!







Psicologia e relazioni

Un best seller che porta la firma della più grande rivista on line di psicologia e crescita personale, che consiglio a tutti, per intraprendere un viaggio alla scoperta di sé.
A volte le nostre "mappe affettive" ci spingono a legarci a persone con cui non riusciamo a costruire legami solidi e duraturi. Tutti possono incappare in relazioni sbagliate, anche più volte, ma se si indaga a fondo sul proprio vissuto emotivo, sui legami famigliari e sui propri vuoti interiori si può correggere il tiro a aspirare ad una vita amorosa e affettiva più consapevole, appagante.

D'AMORE CI SI AMMALA, D'AMORE SI GUARISCE
di Anna Maria Sepe, Anna de Simone

Romanzi

Un romanzo che raccoglie l'eredità del bestseller "và dove ti porta il cuore", dedicato a quei momenti della vita in cui c'è bisogno di prendersi una pausa, per riconnettersi con se stessi e con le tappe della propria esistenza. Susanna Tamaro ci porta come sempre all'interno di complesse dinamiche generazionali donandoci attraverso la sua scrittura, tutta la ricchezza che si cela dietro ai rapporti umani, e alle esperienze di vita. Un bellissimo libro da mettere sotto l'albero, non dimenticatevi di fare una dedica speciale prima di incartarlo!

IL VENTO SOFFIA DOVE VUOLE
di Susanna Tamaro
Solferino

Crescita personale

Cosa può fare la filosofia per noi? Aiutarci a fiorire! Ecco il primo manuale che racconta, ispirandosi alla filosofia antica e usando esercizi pratici, come trovare il cuore di noi stessi.
Non spaventatevi alla parola "Manuale", è un saggio divulgativo capace di appassionare e stimolare l'attenzione su temi di vita quotidiani che possiamo imparare a osservare con uno sguardo nuovo, per evolvere. Questo saggio ci mostra come la filosofia possa ancora potentemente impattare sulle nostre vite. Non filosofia intesa come trastullo intellettuale, ma come gioco serio condotto sulla nostra esistenza e il nostro percorso.

PRENDILA CON FILOSOFIA
di Andrea Colamedici, Maura Gancitano
Harper Collins

museum LEONARDO3



entra nella mente del genio

viaggia nel tempo e scopri
l'Ultima Cena e la sala
del refettorio com'erano
all'epoca di Leonardo

Leonardo3 Museum
Piazza della Scala, ingresso Galleria
aperto tutti i giorni

Presidenza della Repubblica Italiana

PATROCINIO
Comune di Milano



Dalla nascita per tutta la crescita



- 3 posizioni ergonomiche di reclinazione
- Dondola da una parte all'altra
- Senza motore - non sono necessarie batterie
- Base stabile e solida
- Look elegante e colori alla moda
- Barra giochi per intrattenere
- Cinture rimovibili a 3 punti
- Cresce con il bambino fino a 60 kg
- Blocco del movimento per l'ora della pappa o del gioco







nuna®

nunababy.com