N.40
SETTEMBRE - OTTOBRE 2022
FREE PRESS

milano MOMS

IDEE, STILI E TENDENZE PER LE MAMME A MILANO



A SCUOLA
Come gestire l'ambientamento

KIDS DESIGN
Soluzioni per l'angolo studio

IN CITTÀ
Pause golose, tempo libero, corsi d'inglese

Speciale vivere green

TANTE IDEE ECO E BIO

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

ALTO ADIGE

TOP OFFERTA

Autunno da favola

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

4 giorni da 319€* p.pers.

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

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

prenotabile dal: *11/09 - 27/10 da €319.-
27/10 - 06/11/2022 da €349-.
3 giorni (gi-do) o 4 giorni (do-gi)



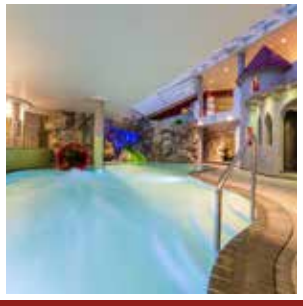




HOTEL SCHNEEBERG
Family Resort & Spa
★★★★

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









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

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

EDITORIALE

di Valentina Valente e Laura Della Badia



valentina valente

laura della badia

FOTO DI LE KELLY PHOTOGRAPHY

UN MONDO GREEN? PARTIAMO DA NOI!

Care lettrici, come ogni anno, a Settembre il nostro numero si tinge ancor più di verde, inteso come il colore della sostenibilità. Quest'estate è stata segnata anche da fatti tragici, non solo la siccità, che ha messo a dura prova il nostro ecosistema, ma anche il dramma della Marmolada, che ancor più devono destare in tutti noi uno spirito di ribellione, un "noi non ci stiamo". Non possiamo accettare questo lento degrado, dobbiamo renderci parte attiva del cambiamento. È questo lo spirito con cui vogliamo affrontare questi temi, partendo dal basso, dai piccoli gesti quotidiani. Date uno sguardo all'articolo della nostra naturalista Francesca Zardin che a pagina 31, ci invita a piccole azioni green, una al giorno, che possono fare la differenza e soprattutto possono avere appeal su di loro, i nostri figli, perché il mondo che verrà è quello in cui loro cresceranno e vivranno. Abbiamo raccontato poi storie di imprenditoria femminile (e non) che ci offrono servizi utili alla causa: un blog di cucina con ricette green, un concept store eco online, l'upcycling (riciclaggio dei tessuti) nella moda per bambini, una cascina che produce carne genuina con grande attenzione all'ambiente. E poi una selezione di giochi e libri per sensibilizzare i bambini. Il prossimo acquisto, fatelo green!
Nel numero non mancano poi tanti consigli per il rientro a scuola: corsi di inglese, una scuola di ballo per mamme desiderose di uscire dal proprio guscio, e ancora negozi e posti carini dove mangiare a Milano. La salute? I consigli sugli integratori vitaminici per i bambini, ma anche quelli dell'ortodontista! E poi il design, la moda e la sezione viaggi con tante proposte e hotel provati da noi!

E infine, non vedevamo l'ora di dirvelo: finalmente potrete abbonarvi a Milano MOMS e riceverlo direttamente a casa! Tutto in un click dal sito! Una novità che speriamo possa portarci sempre più vicine a voi, anche fuori città.

BUON RIENTRO, CARE MAMME!

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









MOMS SOMMARIO

NEWS
6 Curiosando…

STORIE
8 Gaia Borroni. Le mie ricette, dall'anima green

FOCUS
10 Settembre. È tempo di ambientamento

A SPASSO CON STEFANIA
12 La rubrica di Stefania Nascimbeni

INSIDE THE CITY
16 In città, tra pause golose e momenti conviviali
17 Il pranzo? A Milano è arrivata *MAMMT*
18 Imparare a ballare. *Phoenix Studio Dance*
19 Inglese dall'età prescolare all'università. *New Speakeasy*
20 Mom, I speak English! *Kids&Us*
20 Essere genitori. I corsi di *Tatadok*
21 La boutique *Otto*. Un piccolo mondo da scoprire
21 Laboratorio Orafo *Porro*
22 *Sailor Junior*. Missione scarpe!
22 L'inglese con *Novakid*
23 La SPA per i capelli. *MP Hair Spa*
24 Beauty Routine al rientro. *Domus di MP*

SALUTE DEI BAMBINI
26 La pediatra al tuo fianco
27 Ortodonzia. Il check up!

9 MESI
28 Post parto. Ritrovare il benessere intimo

VIVERE GREEN
31 *7* giorni green
32 Frutta e verdura di qualità. *Fumagalli Delivery*
33 *Perlohas*. Il concept store green
33 L'upcycling con *La Récréation Milano*
34 Impatto zero, anzi, sottozero! *Carne Genuina*
36 Giochi e letture per amare il pianeta

MODA
38 Giocare con la moda!

PICCOLI BRAND
40 *Il mondo di Shirley, Leelo Decor, Hupì*

DESIGN
44 Dove studio? *Nidi*

LO COMPRI IN UN CLICK
46 Una piccola bottega online. *ilsoleapicchio.it*
46 Colorato e divertente. L'abbigliamento su *www.biggamestore.it*

OUTSIDE
48 La magia della Lapponia
50 Autunno e inverno in Val di Sole. All'*Alpholiday*
52 Che la fiaba abbia inizio. Al *Cavallino Bianco*
55 Vacanze in famiglia. Allo *Schneeberg*
56 Relax con gusto. All'*Hotel Sonnwies*
56 Zaino in spall. 3 modelli per avventure in famiglia
57 Da visitare: capitali europee

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



Foto di copertina: Irina Benassi
IG: @photo_milan

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

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

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

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

Direttore responsabile
LAURA DELLA BADIA

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

Redazione
redazione@milanomoms.it

Pubblicità
Cecilia Zoppola
marketing@milanomoms.it

Progetto grafico
GAIA AVALLONE
g.avallone@milanomoms.it

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

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

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

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

Hanno collaborato
Elena Calcinai
Serena Catania
Maruska D'Agostino
Stefania Nascimbeni
Chiara Spairani
Francesca Zardin

tula®

an expression of love



Distribuito in Italia da Diido
www.diido.it

Curiosando...

TENDENZE, NOVITÀ, BELLE IDEE!

MOBILITÀ GREEN

L'E-BIKE PER LA CITTÀ

Nasce dall'amore per l'ambiente, dalla passione per la bicicletta e dal desiderio di cambiamento: Tenways è **la bici ideale in città**, per un'esperienza di guida divertente, senza sforzo, veloce e soprattutto rispettosa dell'ambiente. La giovane azienda, fondata nel 2021 con sede ad Amsterdam, è nata dopo un crowdfunding di successo e ha lanciato la sua prima e-bike proprio quell'anno.

www.tenways.com



IN CLASSE

UN AMICO A SCUOLA

Un **astuccio** piatto, comodissimo, pratico e allegro! Studiato per i primi anni di scuola, è realizzato in cotone bio, con un rivestimento acrilico idrorepellente, ed è perfetto anche per le attività del tempo libero. Di Trixie Baby.

Su lecivettesulcomo.com



GIOCHI CREATIVI



UNA TENDA? NO, UN CHIOSCO!

Una vera risorsa per la creatività dei bambini: Kids Kiosk di Ferm Living può essere appeso alla porta e ha una finestra con una tenda avvolgibile, ideale per inventarsi un negozio, un ristorante o un teatrino! Dimensioni: L: 75 x H: 190 cm. Lunghezza regolabile tramite bottoni a pressione.

Su lecivettesulcomo.com

COMFORT



SU UN CUSCINO DI SETA

I vantaggi di una **federa in seta** sono tanti: ha proprietà antibatteriche ed è quindi un prezioso alleato per la pelle del viso; riduce l'attrito con i capelli evitando così l'effetto crespo; ha un'azione termoregolatrice che dona tepore d'inverno e fresco d'estate. Iniziamo l'autunno curando il nostro sonno! Di Silkow.

Da Itzi Hub in Via Rasori 4 a Milano
e su www.itzihub.com

LUCE, DALLA NUVOLA

Questa **lampada** a sospensione è pensata per la camera dei bambini: Cloud Lamp è dotata di un sistema di illuminazione e audio che può essere regolato dal telecomando o con un'app! Di Circu.

www.circu.net

KIDS DESIGN





APPUNTI E DISEGNI

NON IL SOLITO QUADERNO

Fanno parte della collezione Lovely Paper di Djeco: i due **quadernetti ASA**, arricchiti da bellissime illustrazioni, sono ideali per disegnare o scrivere i propri pensieri. Il set in foto contiene un quaderno a righe e quadretti e uno con pagine bianche.

www.djeco.com

CHI ERA MODIGLIANI?

È il 1906 e Amedeo sta per partire per Parigi! Inizia con questo viaggio una delle più straordinarie avventure artistiche: i volti, gli occhi e le anime di Parigi stanno per entrare nelle indimenticabili opere di Amedeo Modigliani. I suoi ritratti cambieranno per sempre il volto dell'arte. Il testo dialoga con i piccoli lettori per scoprire, giocando, le tante sorprese nascoste nei quadri. Età consigliata: dai 7 anni in su.

F. Chezzi, A. Partenza, Illustrazioni di F. Pavignano, "Amedeo Modigliani - Joli comme un coeur", Editore: Maria Pacini Fazzi, Fondazione Ragghianti

ACTIVITY BOOK



HOME DECOR



CALDA, IN PURA LANA

L'autunno è una stagione meravigliosa per osservare i colori della natura. In terrazza, in giardino o al parco, questo **plaid** dal design originale sarà un ottimo alleato con il suo tessuto in pura lana. Anche in casa dà un tocco di eleganza e calore. Denim Blue Sheep Throw di J.J. Textile.

www.jjtextile.co.uk

Gaia Borroni

LE MIE RICETTE, DALL'ANIMA GREEN!

@gaia_thegreenpantry

di Laura Della Badia

Amore per la cucina, coltivato fin dall'infanzia, e passione per la comunicazione: da questi due ingredienti è nato l'hobby e poi la professione di Gaia, food blogger con una spiccata attenzione per uno stile di vita sostenibile. Le sue ricette sono belle da vedere e fanno bene, rispettando anche la natura. Le abbiamo chiesto cosa non manca mai nella sua dispensa verde!

Come nasce la tua attività nel mondo del food?
Sin da bambina ho sempre dimostrato grande interesse nei confronti della cucina, anche perché trascorrevo tantissimo tempo con i nonni e imparavo quindi osservando, per esempio la preparazione della pasta fresca o degli gnocchi, oppure accompagnandoli nell'orto a raccogliere la verdura mano a mano che era pronta. Anche mia madre è sempre stata una grande appassionata e grazie a lei ho coltivato questo mio interesse. Così la cucina è entrata a far parte anche del mio percorso formativo, infatti ho studiato e seguito corsi di perfezionamento per diventare pasticciera!

Il blog come è nato?
Ho iniziato nel 2005 aprendo una sorta di diario online in cui condividevo i miei pensieri, poi ho scoperto che potevo anche scrivere ricette e corredarle di foto e così è iniziata la mia avventura digital. È stato tutto molto naturale, cucinavo e mi piaceva avere un ricordo di alcuni piatti, scattavo le prime foto (mammamia che brutte!) e condividevo le mie ricette online; non esistevano i social per cui chi era interessato doveva proprio venire a cercarle!
Nel tempo, da semplice svago, questa attività si è trasformata in vero e proprio lavoro. Ho seguito corsi di cucina, fotografia e ho arricchito la mia attrezzatura per tenermi aggiornata e continuare a migliorare.

Hai scelto un filone per le tue ricette? Quali sono i fattori comuni?
All'inizio no, ma con il trascorrere del tempo anche io ho cambiato il mio stile di vita ed è stato naturale che anche la mia attività online seguisse i miei nuovi interessi, ovvero la sana alimentazione e la cucina vegetariana. A questi due filoni si sono aggiunti anche le ricette per tutta la famiglia da quando sono diventata mamma.

La tua visione green ti porta a prediligere anche un certo stile di vita…
Mi sono accorta nel tempo che la filosofia del "meno è meglio" può davvero fare la differenza sia per noi singoli individui sia per l'ambiente. Mano a mano che approfondivo il tema della sostenibilità ho voluto cambiare alcune nostre abitudini e soprattutto guardare le cose da un altro punto di vista per migliorare la nostra presenza su questo pianeta, davvero l'unico che abbiamo a disposizione. Faccio un esempio pratico: ho la fortuna di vivere in un paese piccolo in mezzo alla natura, seppur a meno di 50 km da Milano, l'acqua del rubinetto è buona e scegliere di utilizzare questa al posto delle bottiglie in plastica ci è sembrata una scelta ottimale. Come famiglia siamo molto attenti alla raccolta differenziata, ma soprattutto ad acquistare in modo consapevole: ripeto "meno è meglio" il che vuol dire fare la spesa (alimentare) prima nella nostra dispensa e poi fare riassortimento.

LA FILOSOFIA DEL "MENO È MEGLIO" PUÒ DAVVERO FARE LA DIFFERENZA PER NOI E L'AMBIENTE

Come trasmetti tutto ciò ai tuoi bambini?
Coinvolgendoli e spiegando, ma i bambini sono sempre molto attenti ai nostri gesti oltre che alle parole: motiviamo quello che stiamo facendo e forniamo loro spiegazioni semplici ed efficaci; in questo modo avremo già instillato il seme di quello che vorremo raccogliere in futuro. Tommaso, il mio bimbo di sei anni, ha sempre avuto il compito di aiutarci a differenziare i rifiuti, l'ho sempre portato con me a fare la







GAIA BORRONI
Food blogger

spesa e sin da quando aveva un anno e mezzo mi aiuta in cucina: tutte queste esperienze sono alcuni esempi di come semplicemente rendendo i piccoli partecipi della vita familiare si possano trasmettere valori e obiettivi

The Green Pantry: il nome del tuo blog mi induce a una domanda naturale... cosa non manca mai nella tua dispensa?
Il significato letterale del nome del mio blog è "La (mia) dispensa verde": in italiano suona male ma il concetto è proprio avere una dispensa ricca di alimenti sani e naturali. Tra questi alimenti non mancano mai cereali integrali in chicco (farro, orzo, quinoa, grano saraceno, etc.) e legumi, oltre che frutta a guscio o semi. Questi sono alla base di una sana alimentazione vegetariana, ma direi in realtà adatta a tutti, basti pensare alla loro collocazione nella piramide alimentare onnivora: sono quegli alimenti che per tutti dovrebbero essere consumati a frequenza quotidiana.

Bambini e verdure: un binomio non sempre vincente. Bisogna abituarli da piccoli ma non è sempre facile. Hai qualche ricetta strategica?
La pazienza! Cari genitori, non esiste una formula magica se non quella di avere pazienza e di non demordere nel proporre alcuni alimenti. Esistono bambini selettivi per i quali affrontare consistenze, colori, gusti è una vera e propria sfida così come ci sono bimbi buongustai che assaggiano tutto senza problemi! Io ho un bambino selettivo, il mio grande passa periodi in cui non mangia una determinata verdura a casa ma all'asilo sì, o viceversa, pazienza! Io ho la fortuna di lavorare con lo splendido team Nutricam che opera online da ormai quattro anni proprio per affiancare le famiglie nell'ambito dell'educazione alimentare ma non solo; grazie alle tante professioniste che quotidianamente lavorano fianco a fianco a tanti genitori ho imparato a mia volta tantissimo.

COLLABORO CON IL TEAM DI NUTRICAM CHE OPERA ONLINE PER AFFIANCARE LE FAMIGLIE NELL'EDUCAZIONE ALIMENTARE

Il piatto preferito dai tuoi bambini?
Senza ombra di dubbio il risotto allo zafferano. Siamo grandi "risottari" e anche il mio piccolino (che ha quasi un anno) sin da subito ha manifestato un enorme interesse nei confronti di questo piatto.

Nasci come pasticciera... il dolce per l'estate?
Sì vero, oltre ad essere una foodblogger e content creator sono una pasticciera (ho studiato presso CastAlimenti ormai 10 anni fa)! In estate io personalmente vivrei di gelato, lo amo tanto quanto il risotto. Un dolce sicuramente che in estate vince è il Tiramisù, io lo faccio anche senza uova (ricetta qui: www.thegreenpantry.it/2020/07/tiramisu-facilissimo-senza-uova-crude/) adatto anche ai bambini e alle donne in dolce attesa!

INFO
www.thegreenpantry.it
IG: @gaia_thegreenpantry

SETTEMBRE: È TEMPO DI AMBIENTAMENTO!

Come gestire il passaggio ai nuovi cicli scolastici

di Maruska D'Agostino, pedagogista



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

L'ambientamento al nido, alla scuola dell'infanzia e alla scuola primaria rappresenta per i bambini un importantissimo passo verso l'autonomia, le prime responsabilità e il mondo "dei grandi"; è un momento fondamentale, di ingresso nei primi contesti sociali.

Il concetto di bambino come soggetto attivo nel processo di apprendimento, ha condotto ad un'evoluzione terminologica: non si parla più di inserimento ma di ambientamento.

Se da un lato l'inserimento richiama l'idea di includere un elemento nuovo in un insieme già completo all'interno di un'organizzazione, il termine ambientamento (letteralmente -adattarsi ad un ambiente-), invece, introduce il concetto di accoglienza e tiene conto della complessità di contesto, nella quale tutti gli attori entrano in relazione.

Nello specifico, per "ambientamento" si intende il processo attraverso il quale il sistema-bambino e il contesto educativo si adattano l'uno all'altro con modalità e strategie ben progettate; si configura come il periodo necessario affinché bambini, genitori, educatori ed insegnanti possano integrarsi attivamente nel nuovo contesto comunicativo e relazionale.

L'ambientamento è indispensabile per il bambino poiché gli permette di trovare nell'insegnante un sicuro punto di riferimento che lo accompagna all'interno della nuova vita scolastica; prevede una riorganizzazione delle esperienze nonché una costruzione delle reti relazionali con i compagni e le maestre; è un momento nel quale il bambino acquisisce nuove consapevolezze e costruisce e consolida il suo "io sociale".

Tuttavia, è bene ricordare che si tratta di una fase molto delicata, in cui il bambino si trova immerso in un nuovo contesto (nido, scuola dell'infanzia, scuola primaria, scuola secondaria di primo grado), dove è chiamato ad affrontare sfide più impegnative non solo dal punto di vista cognitivo-didattico, ma anche dal punto di vista sociale e relazionale.

L'ingresso al nido e alla scuola dell'infanzia

L'ingresso al nido e il passaggio alla scuola dell'infanzia costituisce un momento fondamentale per i bambini che escono dalle mura domestiche per entrare a far parte dei primi contesti sociali.

Per favorire un ambientamento positivo e per superare i momenti di difficoltà e di ansia, è importante che i genitori si mostrino tranquilli e rilassati. I bambini, infatti, interiorizzano le paure e le preoccupazioni degli adulti e, di fronte a parole o comportamenti poco incoraggianti, possono manifestare in prima persona il senso di sfiducia verso la scuola che gli viene trasmesso dalla propria famiglia.

É importante, inoltre, preparare vostro figlio alla nuova esperienza, evidenziandone gli aspetti positivi e sostenendola una volta rientrati a casa, ricordando le situazioni stimolanti e piacevoli che si sono vissute insieme ai nuovi compagni, ascoltando i loro racconti e incoraggiando l'esperienza scolastica sempre sorridendo, un sorriso conta più di mille parole. Se permesso dagli insegnanti, può essere utile e significativo far portare a scuola un oggetto a cui il bambino è particolarmente affezionato; esso fornisce conforto emotivo e psicologico ai bambini, sostituendo progressivamente il legame simbiotico madre-figlio e, in senso generale, il legame familiare. Al momento di lasciare la scuola, anche di fronte all'eventuale pianto del bambino,

> Andare a scuola significa aprire la mente e il cuore alla realtà, nella ricchezza dei suoi aspetti, delle sue dimensioni.
>
> Papa Francesco

il genitore deve farlo con tenerezza, ma senza mostrare titubanze e incertezze. I segnali di disagio del bambino (il pianto, il non volersi staccare fisicamente dalla mamma etc…) non devono far pensare a un fallimento della nuova esperienza, ma costituiscono un evento passeggero, destinato ad attenuarsi e a scomparire.

Il passaggio dalla scuola dell'infanzia alla scuola primaria

Cambiamento molto delicato, dal punto di vista affettivo-emotivo e cognitivo, tempo di grandi aspettative per la famiglia e per il bambino, il passaggio alla scuola primaria è un evento importante perché il bambino sente per la prima volta che gli viene richiesto di imparare e che sarà valutato rispetto a quanto si impegna e apprende. Di solito, il bambino avverte il cambiamento del passaggio come una situazione nuova in cui ci sono aspettative da parte degli adulti su di lui, prima di tutto da parte dei genitori, ma anche dell'insegnante, che diviene importante come figura di riferimento che sostituisce il genitore.

Per poter affrontare con facilità l'ingresso alla scuola primaria, il bambino deve aver maturato il piacere di imparare e deve possedere delle competenze tra cui uno sviluppo cognitivo adeguato, un'adeguata capacità motoria e di coordinazione tra quel che vede e quello che fa (coordinazione visuo-motoria), adeguate capacità visive e uditive, padronanza del linguaggio sia nel comprendere sia nell'esprimersi, capacità di avere attenzione e di mantenerla. Deve inoltre essere in grado di entrare in relazione positivamente con gli altri, riconoscendo e rispettando le regole del gruppo. Questo passaggio evolutivo viene spesso vissuto dai bambini e dai genitori con ansia e preoccupazione. Da un lato i bambini, infatti, sentono che stanno per cominciare qualcosa di importante – la scuola dei grandi – e sanno che cambierà la maestra, la classe, i compiti da fare, i compagni; dall'altro i genitori si chiedono se i loro figli siano pronti o meno ad affrontare questo percorso e come aiutarli in questo delicato momento fatto di nuovi apprendimenti e nuovi impegni scolastici. Come gestire in modo sereno questo bellissimo nuovo inizio?

Niente ansia: l'ansia è contagiosa, si trasmette dai genitori ai bambini. La cosa migliore è far sentire ai bambini che possono farcela e che non c'è niente di cui preoccuparsi. Se il bambino sente che il genitore ha fiducia nelle sue capacità, si sentirà sicuro ed innalzerà la sua autostima e il suo senso di autoefficacia. Si può chiedere come immagina la scuola primaria e cosa si aspetta dal primo giorno di scuola. A volte i bambini possono avere dei timori infondati, che un genitore non immagina neanche: possono temere di dover restare seduti per tutta la giornata senza mai alzarsi, per esempio, oppure pensare di dover già essere capaci di scrivere il loro nome. Incoraggiandolo a parlare, il genitore può capire meglio il proprio figlio e aiutarlo a non essere spaventato.

Accogliete i momenti di crisi: è possibile che vostro figlio non si trovi bene i primi giorni di scuola. Fatevi raccontare cosa lo turba, dando un messaggio di leggerezza ma anche di comprensione del problema. È molto importante che il bambino si senta sempre libero di raccontare tutto ciò che gli succede in classe a scuola, nel bene e nel male.

Molti genitori, inoltre, sono spaventati perché alla scuola dell'infanzia le maestre non insegnano le basi della lettura e della scrittura e le basi del calcolo ai loro alunni. Anche in questo caso, è bene tranquillizzarsi. Alla scuola primaria si parte da zero e quindi non sussiste alcun problema e, allo stesso tempo, non è compito dei genitori insegnare queste abilità: se è il bambino a chiederlo, allora si può indirizzarlo e aiutarlo a soddisfare la sua curiosità, ma non forziamo acquistando libri di scrittura o calcolo e facendogli già fare degli esercizi. Sono tutte cose che imparerà a scuola. Piuttosto potrete giocare e divertirvi con lui facendo giochi sul riconoscimento di suoni di parole e di conteggio di oggetti.



PH. CALEB OQUENDO

Dategli tempo: di solito, se il bambino è seguito e ben preparato a questo passaggio, affronterà il cambiamento in poco tempo: due-tre settimane è il tempo giusto perché si ambienti e superi paure e difficoltà. Per quanto li si possa preparare, poi, sarà proprio a settembre, quando incontreranno le loro maestre e i loro compagni di classe, a mettere davvero in opera il cambiamento.

Che paura la scuola media!

Il passaggio alla scuola secondaria di primo grado fa rivivere ai bambini le preoccupazioni e le paure che hanno già vissuto alla scuola primaria: perdere il loro gruppo di amici, conoscere nuovi compagni e professori, studiare molto di più etc.

Questa transizione, inoltre, coincide con l'ingresso alla fase adolescenziale, fase delicata fatta di incertezze e insicurezze. Come aiutarli ad affrontare al meglio questo passaggio? Bisogna essere disponibili al dialogo e fare in modo che il proprio figlio possa esprimere le sue insicurezze e preoccupazioni. Abituatelo a parlare di ciò che gli succede, facendogli capire che può contare sulla sua famiglia e che insieme è possibile trovare una soluzione. Non dimenticate, inoltre, di rassicurarlo sul fatto che il senso di disorientamento e ansia siano dei vissuti normali quando ci si trova di fronte a nuove situazioni e che la stessa paura la stanno vivendo sicuramente anche i suoi futuri compagni.

In conclusione, non è possibile proteggere sempre i nostri figli, come vorremmo, ma dobbiamo dare loro la possibilità di mettersi in gioco, di sperimentare, di imparare anche attraverso gli errori, superando la nuova fase di distacco dalla famiglia e l'ingresso nel mondo. Certamente i piccoli passi verso un buon ambientamento apriranno le porte ad un gran viaggio… ricco di conquiste e soddisfazioni.



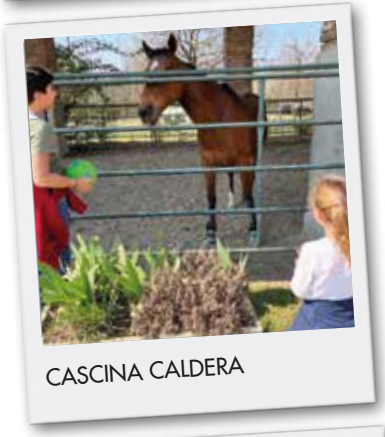
STEFANIA NASCIMBENI
GIORNALISTA E SCRITTRICE,
MAMMA 2.0
nascimbenipress@gmail.com

a spasso con stefania

RAMEN IN PERFETTO STILE NIPPONICO, LA CASCINA AL PARCO DELLE CAVE E UN SALTO IN UNA LIBRERIA FORNITISSIMA!



CASA DELLA FARINA



CASCINA CALDERA



HELLISBOOK

Casa della Farina

www.casadellafarina.com

Sapete cos'è il Ramen? Piatto tipico della tradizione giapponese, è quasi più una filosofia di vita che una specialità culinaria. Tecnicamente si presenta come un brodo di pesce o carne con gli spaghetti di frumento, ma il mix sapiente dei suoi elementi, e l'uso equilibrato delle spezie, culminando in un'esplosione di sapori.
Ogni "zuppa" è personalizzabile, con uova (sode, di quaglia), alga Nori, spezie piccanti e, naturalmente, la salsa di soia. Piace molto ai bambini perché è uno dei pochi piatti che va gustato in modo sonoro: gli spaghetti si aspirano all'interno della bocca, per mezzo di bacchette di legno, precedentemente arrotolati in un cucchiaio ligneo con il manico lungo. A Milano va alla grande, sia in estate che in inverno.
Il mio preferito è "La Casa della Farina" di Via Marghera, 51 un bistrô tranquillo in perfetto stile nipponico.

Cascina Caldera

www.agriturismocascinacaldera.com

Un'oasi di pace e bellezza a pochi passi dal Parco delle Cave di Baggio, a Milano: Cascina Caldera è una delle mie tappe fisse per i pic nic, perché proprio alle sue spalle si trova una delle entrate del parco, dove il verde la fa da padrone. La cascina è una fattoria didattica con tanti animali, mucche, capre, un maialino vietnamita di nome Peppa, galli e galline, ma anche papere e cavalli. L'agriturismo confina poi con un bellissimo maneggio privato, dove i cavalli si esibiscono in pista e pascolano liberi nei prati.
Se poi i proprietari sono particolarmente gentili ti lasciano dar loro anche qualche carota. Dalla pensione per cavalli agli agri-laboratori, alla raccolta delle uova nel pollaio, allla mungitura della capretta Gretel… sono davvero tante le proposte di attività in Cascina Caldera!

Hellisbook

www.hellisbook.it

C'è un luogo, a Milano, che apprezzo in modo particolare, un po' per deformazione professionale, un po' perché ho avuto modo di conoscere la titolare durante un'intervista ai tempi del primo lockdown (quando le librerie erano chiuse!) e non posso che spendere buone parole per lei, perché so quanto impegno ha messo nel rendere la sua libreria di "quartiere" una delle più amate dai lettori: "Hellis Book" di Via Losanna 6. Elisabetta (alias Hellis) propone una vasta scelta per un pubblico onnivoro, dai grandi classici ai libri introvabili, ai testi per bambini. Tra i servizi: prenotazione ed eventuale consegna a domicilio, consulenza bibliografica, organizzazione di piccoli eventi privati, prenotazione libri scolastici, lettura e valutazione manoscritti, con possibilità di editing.

Kids&Us®
language school

Inglese da 1 anno in poi

kidsandus.it



Born to be Me!

Esalta il suo potenziale in inglese

Back to School!

Kids&Us Milano Andrea Doria · Viale Andrea Doria 17 · 20124 Milano
T. 3453853119 · milano.andreadoria@kidsandus.it

M U S E
MILANO

MUSE, centro di Medical Wellness e Danza, sorge all'interno di Workness, luogo people-first con servizi che mettono al centro la persona e il suo benessere. Oltre alla danza, anche corsi di pilates e yoga, cycling con allenamenti personalizzati sia indoor che outdoor, e un medical center. Il centro è diretto da Samanta Demontis, ex ballerina professionista.



L'Accademia di Danza Classica, unica in Lombardia a essere affiliata alla **Società Internazionale Marika Besobrasova**, propone corsi per bambini e ragazzi **dai 4 ai 18 anni** secondo il metodo Vaganova, con un programma didattico che segue i cicli scolastici.
Gli allievi possono conseguire esami esclusivi annuali di fronte a una giuria di fama mondiale del panorama della danza.
Prima di iniziare il percorso, tutti gli iscritti sono sottoposti a un'**anamnesi posturale** eseguita da un ortopedico professionista direttamente in struttura.
Le lezioni si svolgono in una **sala di 90 mq** con pavimento professionale ammortizzato per preservare le articolazioni.

Novità da settembre 2022:

"pacchetto benessere mamma - bambino".
Mentre i tuoi figli frequentano l'Accademia di Danza, puoi tenerti in forma nello stesso orario con corsi di pilates, seguita da insegnanti qualificati.





Dal 19 al 30 settembre, in programma due
Open Week con lezioni di prova gratuite
per bambini, ragazzi e adulti, per poter accedere ai corsi dell'Accademia di Danza per l'anno accademico 2022/2023.

Sempre dal 19 al 30 settembre, **vieni a scoprire MUSE con i nostri aperitivi**: da lunedì a venerdì a partire dalle 17.30 potrai visitare la struttura, parlare con i nostri insegnanti e conoscere qual è il corso più adatto per i tuoi figli.

Per accedere alle lezioni di prova o partecipare ai nostri aperitivi durante le Open Week è necessaria la prenotazione, chiamando il numero di telefono 02.70006800 (interno 4) o inviando una mail a muse@workness.it

Workness - MUSE, Via Spartaco, 12 - 20135 Milano

INSIDE THE CITY



IN CITTÀ, TRA PAUSE GOLOSE E MOMENTI CONVIVIALI

TORTE SCENOGRAFICHE, SAPORI DELLA SICILIA, PRANZO ARGENTINO!

Strati Atelier





TORTE, COME NON LE AVETE MAI VISTE!

Un piccolo laboratorio di pasticceria artigianale in cui la protagonista assoluta è la pasta frolla artistica: Strati Atelier è nato dalla passione per l'arte e la pasticceria di Rita Strati, architetto e cake designer. Le sue creazioni sono uniche e personalizzabili, realizzate con una particolare tecnica che consente di riprodurre qualsiasi immagine attraverso un gioco di spessori e sovrapposizioni di sottile pasta frolla, dando anche un effetto prospettico e tridimensionale. Ingredienti biologici e colori naturali di origine vegetale. Possiamo assicurarvi che queste torte sono buonissime e genuine, oltre che scenografiche!

Via Bernardino Lanino, 11
www.stratiatelierdellapastafrolla.com

Provato da noi!

El Patio del Gaucho





IL PRANZO DELLA DOMENICA? AL RISTORANTE ARGENTINO!

Se state pensando a dove trascorrere le prossime domeniche in città, che ne dite di un pranzo argentino per una giornata in famiglia e con gli amici? Datevi appuntamento a El Patio del Gaucho, Javier Zanetti, il ristorante argentino al piano terra dello Sheraton Milan San Siro, affacciato sul rigoglioso giardino che circonda l'hotel. Troverete ad aspettarvi un menu d'eccezione, con sfiziosi antipasti, una selezione dei più pregiati tagli di carne, verdure e dolci deliziosi. Il pranzo sarà servito al tavolo con menù fisso. Previsti un menù speciale e sconto per i bambini. In programma anche alcune domeniche in cui verranno organizzati laboratori creativi e di intrattenimento per i bambini!

Seguite sui social @elpatiodelgaucho per tutti gli aggiornamenti
Per informazioni e prenotazioni: Tel. 02.91522722

La Cannoleria





CANNOLI E NON SOLO! LA SICILIA A TAVOLA

Si chiama La Cannoleria ma è molto di più!
Qui potete trovare tante proposte per ogni momento della giornata, dalla colazione all'aperitivo, con un denominatore comune: solo specialità siciliane, dai cannoli agli arancini, dalla rosticceria alle tipiche brioche col tuppo! Il prodotto principe è ovviamente il cannolo, farcito al momento con ricotta agrigentina di pecora, guarnito con frutta candita, granella di pistacchio o cioccolato. Il locale si sviluppa su 3 piani, per 90 posti e ha anche una sala per le feste!

Via Marghera 2, angolo Buonarroti
www.lacannoleriasiciliana.it
IG: @lacannoleriasiciliana

Provato da noi!

IL PRANZO? NON È UN PROBLEMA!

A MILANO È ARRIVATA *MAMMT*!







Sceglie il pranzo giusto per te e te lo consegna dove vuoi, a casa o in ufficio: *MAMMT* è la start up nata a Torino nel 2021 e approdata da pochi mesi a Milano. **Ordinando attraverso l'app *MAMMT* ciascun utente riceve un pranzo a sorpresa**, personalizzato sui propri gusti, consegnato all'orario e all'indirizzo indicato, da rider MAMMT. Quando si ordina non si può scegliere cosa si mangia ma si può indicare se quel giorno ci si sente più da primo o da secondo, se si ha famissima o se si preferisce restare leggeri e MAMMT fa il possibile per personalizzare il pranzo e garantire una dieta varia, equilibrata e gustosa.

I ristoranti di quartiere e la logica antispreco.

La logistica è in funzione anti spreco e ottimizzazione delle risorse. Infatti i pasti a sorpresa vengono preparati dai ristoratori convenzionati, che hanno superato screening di qualità e varietà, si trovano nel quartiere dove è stato effettuato l'ordine e possono, quindi, usare gli ingredienti freschi che hanno a disposizione e aumentare il numero di clienti attraverso il canale digitale offerto da MAMMT. Con oltre 18.000 utenti, oltre 60 ristoranti attivi nel circuito, il servizio è in continua espansione ed è in preparazione il lancio sul mercato internazionale.



puoi scaricare l'App e ordinare velocemente!



Una soluzione ideale per noi mamme!

Vi ricordate quando si tornava a casa da scuola e si trovava un pranzo già pronto, cucinato dalla mamma o dal papà/zie/nonni? Che relax eh? Spesso non sapevamo cosa ci sarebbe stato a tavola ma magari avevamo sentito un odorino per le scale oppure eravamo felici della sorpresa! MAMMT funziona proprio così!

Finalmente possiamo tornare a rivivere quell'esperienza ordinando un bel pranzetto MAMMT. Così spezziamo anche la routine dei nostri figli che ordinerebbero sempre le stesse cose tra pizza, kebab e poke. Oppure ce lo possiamo prendere in ufficio quando l'ultima cosa a cui volevamo pensare la sera prima era la schisceta. Insomma oggi la soluzione c'è: basta ordinare il pranzo su MAMMT, indicando le esigenze del giorno, per riceverlo già pronto, dai migliori ristoranti del quartiere!

MAMMT

Su app store o play store o all'indirizzo www.mammtfood.it - info@mammtfood.it
IG: @mammtfood

Provato da noi!



JENNY SPALLINA E CLAUDIO GIOVENZANA
FONDATORI DI *PHOENIX STUDIO DANCE*, INSEGNANTI E COREOGRAFI



il corso di danza del ventre.

PHOENIX STUDIO DANCE
Inquadra e scopri di più! Prenota la tua lezione di prova!

IMPARARE A BALLARE

NON È MAI TROPPO TARDI PER ISCRIVERSI A UN CORSO DI BALLO: VOLERE È POTERE. PAROLA DI *PHOENIX STUDIO DANCE*!

di Valentina Valente - ph. Michele Cristiano

Care lettrici, non vedevo l'ora di scrivere questo articolo per condividere con voi un'esperienza personale che spero possa risvegliare qualche desiderio nascosto anche in alcune di voi! Un anno fa, reduce da un periodo famigliare molto intenso (leggi separazione…) e dopo la clausura della pandemia, ho deciso di ascoltare quella vocina interiore che, lo ammetto, da anni ci stava provando. Un desiderio: imparare a muovermi sui ritmi latino americani, in particolare la salsa cubana, complice un viaggio nell'isola caraibica, tanti anni fa, e anche la mia infanzia, passata in Sud America. "Lo faccio, non lo faccio", alla fine ho ceduto e mi sono iscritta, scegliendo Phoenix Studio Dance, una scuola di ballo che ho trovato cercando sul web e che mi ha attirato. Ho iniziato con delle lezioni one to one, di coppia, poi non ho resistito e mi sono iscritta anche al corso di gruppo. Così ogni giovedì e venerdì sera mi sono organizzata con la babysitter a casa, e ho iniziato: passi, ritmo, figure di coppia e movenze (lo ammetto qui ci devo ancora lavorare, ma sto facendo progressi!). L'ambiente di questa scuola è molto accogliente e famigliare, ma allo stesso tempo molto professionale. Jenny Spallina e Claudio Giovenzana, i titolari, mettono infinita passione nell'insegnamento e tanta esperienza: non importa se inizi da zero, se sei più portato o meno, sanno come tirare fuori il meglio che puoi dare. I benefici sono tanti, a livello fisico ti muovi, ti tieni in forma tonificando il corpo (davvero!) e non ti annoi. Se proprio non ami la palestra è perfetto. A livello mentale la musica ti porta via, per un'ora non pensi a nulla, scarichi le tensioni, ti alleggerisci. Con il ballo ti metti in gioco, puoi vincere le tue paure e uscire fuori dal guscio e dalla comfort zone, così anche il benessere psicologico ne risente, in positivo. Ultimo ma non ultimo, fai nuove amicizie, partecipi se vuoi alle serate della scuola, condividi momenti di divertimento e allegria, insomma, socializzi! I corsi sono anche di coppia, se avete un compagno o un marito da coinvolgere, perché no? Se i ritmi latini non fanno per voi niente paura, qui potete sperimentare danza del ventre, flamenco, persino danza classica per adulti, se da piccole vi è rimasta nel cuore, ma anche se partite da zero. E in un attimo vi ritroverete a provare la coreografia per il saggio, a casa, e i vostri figli vi guarderanno dapprima incuriositi e poi, parola mia, orgogliosi di voi! Perché se la mamma è serena, loro sono sereni. Ah, dimenticavo, naturalmente qui ci sono un sacco di corsi anche per loro, per tutte le età, dall'hip hop alla danza classica e moderna. Non resta che scegliere!



il corso di "Lady Style". Ci sono anch'io!

PHOENIX STUDIO DANCE
Via Ampére, 103
info@phoenixstudiodance.it



PH. OLIA DANILEVICH

INGLESE DALL'ETÀ PRESCOLARE ALL'UNIVERSITÀ

I CORSI *NEW SPEAKEASY* CON INSEGNANTI MADRELINGUA

Per l'anno 2022-23, New Speakeasy propone

▸ **Corsi in presenza di preparazione alle certificazioni Trinity e Cambridge dal livello A1 fino a C2, sia di gruppo che individuale o a piccoli gruppi (dalle elementari al liceo).**

▸ **Corsi a distanza per gli universitari, in orario pomeridiano o serale, di preparazione soprattutto alle certificazioni di elevato livello in lingua inglese, IELTS e SAT. Per questi ultimi i corsi sono trimestrali e allineati alle scadenze nella presentazione delle domande alle facoltà universitarie.**



New Speakeasy si occupa da trent'anni di formazione linguistica a più livelli: bambini in età prescolare, scuola primaria e secondaria di primo e secondo grado, universitari.
Con il suo team di qualificati insegnanti madrelingua, ha sede a Milano in zona Pagano-City Life, e dal 2020 è operativa, oltre che con corsi in presenza, con modalità a distanza, a piccoli gruppi, individuali o a domicilio, per tutte le età.
Fondata nel 1990 da Micaela Antognini, propone lezioni modulate e mirate in base ai livelli di preparazione e agli obiettivi dei partecipanti. È presente da anni presso svariati Istituti scolastici, di tutti gli ordini e gradi, con corsi extrascolastici o progetti in orario curriculare. L'attività principale è nella preparazione degli studenti alle certificazioni Cambridge, Trinity, IELTS, TOEFL, SAT, GMAT, UKiset, TOEIC e altre riconosciute, a tutti i livelli CEFR, per la lingua inglese e per le altre comunitarie. Inoltre è in grado di affiancare gli studenti che frequentano gli ultimi anni di preparazione all'IB Diploma, sia nelle materie di cui la scuola fornisce la docenza, sia in quelle di self study. Tra i vari servizi, New Speakeasy assiste studenti e famiglie nella predisposizione di tutti i documenti richiesti per l'iscrizione a università straniere, fornendo anche un servizio di traduzione asseverata di pagelle e attestati scolastici.

INFO
Micaela Antognini - Tel. 331.8556217
m.antognini@newspeakeasy.it
www.newspeakeasy.it

INFORMAZIONE PUBBLIREDAZIONALE



La Chiocciola
tutto per bimbi e mamme

LA CHIOCCIOLA SERVIZIO LISTE
Facile, comodo e vantaggioso

Crea la tua lista nascita / battesimo / regalo!
Gratuitamente e senza alcun obbligo di acquisto

Fatti assistere dalle nostre personal shopper **per essere certa di inserire tutto ciò che serve a te e al tuo bambino**

Crea la versione on-line della tua lista in un'area riservata del nostro sito: **potrai modificarla comodamente da casa e condividerla con parenti e amici, che potranno farti un regalo con un click!**

Ciò che hai scelto verrà appartato al momento della conferma dell'acquisto e **potrai ritirarlo personalmente o riceverlo comodamente a casa**

Il nostro servizio clienti ti assisterà anche nella gestione della lista da casa attraverso il numero +39 345 2280233, che potrai contattare anche via Whatsapp.

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

MOM, I SPEAK ENGLISH!

IL METODO *KIDS&US*: PER IMPARARE LA LINGUA IN MODO NATURALE



Dopo anni di metodo tradizionale di insegnamento della lingua inglese, dai risultati non sempre ottimali, una semplice riflessione vincente è stata la chiave per creare il metodo di *Kids&Us*: "Se la lingua che padroneggiamo maggiormente è quella materna, perché dovremmo apprenderne una nuova in modo diverso? Infatti, naturalmente parlando, esiste un ordine molto preciso, che garantisce lo sviluppo del linguaggio: ascoltare, comprendere, parlare, leggere e scrivere. È dunque nell'ascolto ripetuto quotidianamente che si gettano salde basi per fissare una lingua in formazione, e il metodo *Kids&Us* parte da qui. Il passo successivo? La comunicazione. Una volta ascoltate, comprese e contestualizzate strutture e suoni, saranno le situazioni create in aula ad offrire agli studenti le opportunità per parlare e dunque praticare quello che stanno apprendendo. Grazie ai gruppi ridotti e al contesto per età, l'opportunità di interagire e comunicare in inglese attraverso 10-15 attività nell'ora di lezione dà un forte impulso all'apprendimento. Quindi, proprio secondo natura, grazie ad anni di esposizione all'Inglese e, solo dopo aver imparato a leggere e scrivere nella propria lingua madre, i bambini a partire dall'età di 8 anni iniziano a farlo anche in Inglese. Gli studenti vivono l'inglese attraverso le storie e i personaggi che affrontano situazioni molto vicine al loro quotidiano. L'inglese che usano è applicabile alla loro realtà. Si divertono, ma non è una ludoteca: *Kids&Us* è una vera e propria scuola, con oral test e report trimestrali sull'apprendimento.



ISCRIZIONI APERTE,
non perdete l'Open Day
o prendete appuntamento!

NUOVA SEDE!
Apre a Settembre la nuova sede, più grande, in Viale Andrea Doria 17, facile da raggiungere con tram, metro e bus.

CONTATTI
milano.andreadoria@kidsandus.it
Tel. 345.3853119

INFORMAZIONE PUBBLIREDAZIONALE

ESSERE GENITORI

UN CICLO DI INCONTRI ORGANIZZATI DA *TATADOK,* DALLA GRAVIDANZA AI 6 ANNI

L'arrivo di un bambino all'interno di una famiglia rappresenta una fase della vita molto delicata, in quanto possono entrare in gioco emozioni e vissuti contrastanti, che potrebbero portare i futuri genitori a sentirsi soli e inadeguati.
Spesso idealizzazioni e falsi miti stridono con la realtà, rischiando di generare vissuti di inadeguatezza e colpa, in genitori già alle prese col difficile compito di destreggiarsi tra vita familiare e lavorativa.
Partendo da tali premesse nasce questo nuovo progetto di *Tatadok*, che ha come obiettivo generale quello di **sostenere e promuovere una genitorialità consapevole, rinforzando e valorizzando le risorse insite in ogni famiglia, tramite la collaborazione di tre esperte del settore**.
Il progetto sarà disponibile online su piattaforma specifica (*www.tatadok.it*) e i destinatari saranno i futuri genitori e i genitori di bambini della fascia 0-6 anni. La metodologia di intervento prevede **incontri tematici inerenti alla fase della gravidanza, del post parto e alle principali tappe dello sviluppo psico-fisico del bambino**. Ci sarà inoltre la possibilità per l'utenza di richiedere **consulenze individuali** su appuntamento, pensati come **spazi di ascolto** in cui possano emergere vissuti personali ed esigenze più specifiche. Ad integrare e completare tale proposta sono previsti anche incontri di gruppo circolari, supervisionati da una professionista, per stimolare lo scambio e il dialogo tra genitori.

TATADOK
Tel. 02.83429540; Cell. 351.6551219
infotata@tatadok.it - infoscuola@tatadok.it
amministrazione@tatadok.it

IL PROGETTO È A CURA DI:
► Nadia Barbi: consulente in allattamento, prenatal tutor, doula e insegnante di massaggio infantile;
► Marisabel Stumpo: educatrice perinatale, puericultrice e insegnante massaggio infantile AIMI;
► Rossana Catanese: psicologa-psicoterapeuta, che si occupa di sostegno alla genitorialità, cura del benessere psicologico del bambino e della sua famiglia.



MILANO MOMS PER TATADOK

OTTO, UN PICCOLO MONDO DA SCOPRIRE

ABBIGLIAMENTO FATTO CON CURA, 0-10 ANNI

Nel cuore di Milano, in Foro Buonaparte 69, la boutique *Otto* è un nuovo punto di riferimento per l'abbigliamento 0-10 anni. Un progetto nato dalla passione di una mamma, alla ricerca di marchi attenti alla sostenibilità, allo stile e ai valori dell'artigianalità. Qui potete trovare tutto ciò che serve per vestire i bambini, dai primi mesi all'età scolare, ma anche accessori, deliziosi bijoux, completi mini-me e una selezione di originali idee regalo.
Otto inoltre è a misura di bambino: i piccoli clienti possono toccare i vestiti, scegliere i colori e a casa non avranno difficoltà a indossare da soli i capi scelti, grazie a uno stile minimal, confortevole e pratico.
Un piccolo mondo Made in Italy, dove ogni brand racconta una storia, fatta di passione per il proprio lavoro, attenzione ai dettagli e desiderio di offrire il meglio ai bambini e ai genitori.







Made with love!

PH. ILARIA CORTICELLI
IG: @ILARIACORTICELLICREATIVEPH

OTTO
Foro Buonaparte, 69
www.ottokidsboutique.com
IG: @ottokidsboutique

MILANO MOMS PER OTTO BOUTIQUE

LABORATORIO ORAFO PORRO

GIOIELLI UNICI E PERSONALIZZATI

Una realtà storica milanese, fondata nel 1925 da Luigi Porro, in Via Fiori Chiari, nel cuore di Brera. Qui la gioielleria è arte e passione, tramandate ormai alla terza generazione con le nipoti Francesca e Marta Porro. Nel laboratorio, che è una vera fucina di idee e preziosa artigianalità, vengono realizzati gioielli unici su disegno e ci si occupa anche del restauro o della trasformazione di oggetti a cui si vuole dare nuova vita. Tutto è rigorosamente realizzato a mano e su misura. I clienti sono accolti in due piccole sale, dove possono studiare i propri monili con le proprietarie, ma anche trovare tante proposte già pronte o da personalizzare, idee regalo per la nascita, per mamme e bimba/o e per celebrare legami speciali. A noi piace molto l'idea di Lucky Bean, la collana con ciondolo, sul quale applicare pietre preziose, a simboleggiare ognuno dei nostri bambini oppure dei desideri da esprimere.



LA COLLEZIONE DISEGNI PREZIOSI
L'idea è trasformare i disegni dei vostri bimbi in gioielli preziosi, in ricordi da indossare e portare con sé ogni giorno. I ciondoli, ispirati al disegno del vostro bimbo, sono realizzati sia in oro che in argento, e rigorosamente fatti a mano.



Lucky Bean



FRANCESCA E MARTA PORRO
ORAFE, TITOLARI
DEL LABORATORIO



preziosi, personalizzabili

GIOIELLERIA PORRO
Via Fiori Chiari, 16
www.gioielleriaporromilano.it
IG: @gioielleria_porro

MILANO MOMS PER LABORATORIO PORRO



LA SCARPA GIUSTA?

NEL NEGOZIO *SAILOR JUNIOR* TANTE PROPOSTE

Mamme, vi parliamo di un negozio che è un vero problem solving! Sì, perchè l'acquisto delle scarpe per i bambini è sempre un punto interrogativo: troverò il modello giusto, quelle comodo, ergonomico? E per i teenager… ci sarà la sneakers del momento? Quella comoda e trendy? Ecco, da *Sailor Junior,* in zona Porta Genova a Milano, troverete la risposta a tutte queste esigenze, perché le proposte sono davvero tante, per tutti i gusti e per tutte le età, dai primi passi agli adolescenti. Fino al numero 44! E poi, sbirciate sempre tra i nuovi arrivi, perché ci sono anche tanti look mamma/papà + bimbo/bimba!
In negozio troverete la gentilezza e la disponibilità di Federica pronta sempre a darvi tanti consigli!
Non vi resta che fare un giro e acquistare scarpe e scarponcini per l'autunno.

SAILOR JUNIOR
Corso Colombo, 5
WhatsApp
366.3058654
IG: @Sailor_junior
FB: sailor junior

Per il back to school nuovi modelli adatti all'autunno in arrivo!

INFORMAZIONE PUBBLIREDAZIONALE

COSÌ MI DIVERTO E IMPARO!

I CORSI DI *NOVAKID*. INGLESE, TRA GAMIFICATION E REALTÀ AUMENTATA

Novakid è una scuola online di inglese fondata nel 2017, che rivoluziona l'apprendimento dell'inglese per i bambini grazie alle nuove tecnologie come la gamification, il machine learning, l'intelligenza artificiale e l'AR/VR. Con oltre 2.700 insegnanti madrelingua esperti e qualificati tra cui scegliere, i bambini tra i 4 e i 12 anni imparano l'inglese con particolare attenzione alla pronuncia, all'intonazione e al vocabolario. Il programma educativo Novakid English as a Second Language (ESL) è conforme al Common European Framework of Reference (CEFR) ed è stato sviluppato tenendo conto degli interessi individuali e dell'età dei bambini. Novakid, utilizzando le tecnologie di gamification e di realtà virtuale, crea un ambiente sicuro e coinvolgente e aiuta i bambini di tutto il mondo a imparare l'inglese in modo divertente e interessante.



I bambini imparano la lingua attraverso una comunicazione dal vivo in inglese con il proprio insegnante, che li segue in una lezione individuale interattiva della durata di 25 minuti. I piccoli studenti hanno accesso anche a Novakid Game World: un mondo magico dove con giochi e prove possono completare altre attività e sfidare altri studenti, vincendo stelline e ottenendo nuovi successi. L'esclusivo metodo di valutazione dei progressi di Novakid (oltre 1500 parametri, test A/B e altri componenti di un approccio basato sui dati) assicura grandi risultati e consente agli insegnanti di adattare il programma alla fascia di età, alle esigenze e agli interessi individuali di ogni studente.



NOVAKID
www.novakid.it
assistenza@novakidschool.com
FB: Novakid Italia - IG: @novakiditalia

VAI ALLA SPA? SÌ, PER I CAPELLI!

MP HAIR SPA: ECCO I TRATTAMENTI DA FARE AL RIENTRO



MANUELA BENEDETTO
LA TITOLARE DI *MP HAIR SPA*
VI ASPETTA!

di Valentina Valente

MP Hair SPA, in Corso Como 15, è una vera spa dedicata alla salute e alla bellezza dei capelli. Abbiamo chiesto a Manuela di darci un consiglio sui trattamenti da fare al rientro, per ripristinare la fibra capillare, dopo sole, salsedine, cloro. Il protocollo, per ogni cliente, viene scelto dopo un' attenta anamnesi tramite una microcamera tricologica professionale. Ecco i 4 più efficaci e piacevoli da fare.

RICOSTRUZIONE A LUNGA DURATA
Protocollo Collagene Biokeratin ristrutturante

Keratin Pura è il trattamento di ricostruzione a lunga durata a base di Cheratina e Collagene, ideale per rigenerare e rinforzare i capelli danneggiati da smog, stress e trattamenti chimici, e per tutti i capelli sfibrati, secchi e disidratati che hanno bisogno di un bagno di vitalità e nutrimento. L'alta concentrazione di Cheratina e Collagene agisce direttamente sulla fibra capillare, riparando le squame e ristrutturando a fondo.

LA LINEA KRONOCARE: ideata da Manuela e dal suo team di esperti. Provala, inquadra il QR CODE!



NUTRIRE E IDRATARE
Protocollo BTX oro 24k

Trattamento idronutritivo e anti-age, in grado di ridare lucentezza, morbidezza e setosità ai capelli, grazie alla formula Luxury Complex, un concentrato di ingredienti attivi: aminoacidi, vitamine, pantenolo, olio di caviale e oro micronizzato.

- Il caviale, grazie al suo acido grasso Omega 3, fornisce vitamine, idratazione e protezione intensa alla struttura del cuoio capelluto e dei capelli.
- Contiene collagene che consente un'efficace azione di rigenerazione cellulare e protegge dalle aggressioni esterne dei radicali liberi.

ANTI AGE, FORZA E VITALITÀ
Protocollo Plasma

Luxury Plasm è un trattamento professionale anti-age che ricostruisce in profondità, donando forza e corposità ai capelli fini, sfibrati e trattati. Hair Plasma grazie alla cheratina quaternizzata, agisce come un ricostruttore intelligente DIPS (deep intelligent processing system) depositandosi e aderendo alla cuticola del capello, là dove la fibra necessita di una riparazione. Non contiene acqua, non altera il colore e non ingrassa né appesantisce i capelli fini.

- Con polvere di diamante che esfolia delicatamente il cuoio capelluto, attivando la microcircolazione.
- La perla nera offre proprietà idratanti, grazie al suo contenuto in aminoacidi, proteine e polisaccaridi.
- Gli ingredienti lavorano insieme agli enzimi e agli antiossidanti che contribuiscono alla disintossicazione, salute e vitalità della struttura del capello.



BENESSERE DELLA CUTE
Protocollo fango rimineralizzante

Trattamento termale per il benessere della cute e dei capelli fragili, sfibrati e secchi. Contiene Acqua Termale e Argilla che apportano sali minerali ed oligoelementi per rimineralizzare e detossinare a fondo la struttura capillare e il cuoio capelluto.

ANTIBATTERICO, ANTISETTICO E ANTINFIAMMATORIO
L'ossigenoterapia

Viene abbinata a tutti i trattamenti perchè: stimola la produzione di nuovo collagene, rimuove le cellule morte, riattiva il metabolismo cellulare, veicola qualsiasi principio attivo.

MP HAIR SPA
Corso Como, 15 (all'interno del Club Virgin Active)
www.mphairspa.it

INFORMAZIONE PUBBLIREDAZIONALE

beauty
ROUTINE DEL RIENTRO

DOPO LE VACANZE, *DOMUS DI MP* CI AIUTA A PRENDERCI CURA DELLA PELLE E DEL VISO



MARINELLA PIANO
BEAUTY CONSULTANT
FONDATRICE DI *DOMUS DI MP*,
CI PRESENTA HYDRAFACIAL

di Valentina Valente

Tanto sole ed esposizione all'aria aperta ci hanno sicuramente rigenerate, nell'anima e nel corpo. Al rientro, tra le tante cose a cui dobbiamo pensare non dimentichiamoci però che la pelle ha bisogno di reidratarsi, pulirsi e prepararsi all'inverno. Marinella Piano, beauty Consultant fondatrice della clinica estetica Domus di MP ci consiglia di iniziare con un trattamento top, rilassante quanto efficace. Si chiama Hydrafacial, e ve lo raccontiamo di seguito!

HYDRAFACIAL

È un sofisticato trattamento medicale di skincare per la pelle del viso adatto alla donna, ma anche agli uomini: offre una pulizia profonda della pelle, è antiage, equilibratore della pigmentazione, antiacne, antirosacea. Questo trattamento ringiovanente è in grado di risolvere in modo piacevole, rapido e indolore, diversi inestetismi cutanei, come i punti bianchi e i punti neri, ad esempio. Non solo, Hydrofacial riduce i pori dilatati, minimizza le rughe più profonde e, contemporaneamente cura e ringiovanisce la pelle che diventa morbida, detersa e setosa. Una seduta dura circa 60 minuti.

IL TRATTAMENTO IN 3 STEP:

► **STEP1:** Detersione + Peeling
Rinnova la pelle con una detersione delicata e un peeling leggero e rilassante.

► **STEP 2:** Estrazione + Idratazione
Rimuove le impurità dai pori con una suzione indolore. Nutre la pelle con una intensa idratazione.

► **STEP 3:** Veicolazione + Protezione
Satura la superficie della pelle con antiossidanti, peptidi e acido ialuronico per massimizzare lo splendore.

Dopo questo trattamento, che si può fare come routine anche una volta al mese, potrete valutare insieme a Marinella se la vostra pelle ha altre esigenze particolari e studiare un protocollo adatto a voi: è questo il plus di Domus di MP, la personalizzazione dei trattamenti e l'abbinata di diverse attività che lavorano in sinergia. Quindi per l'autunno nuovissimi peeling da provare, radiofrequenza e trattamenti rimpolpanti non invasivi, fino a consulenze mediche più specifiche per filler, botulino o altro, con i migliori specialisti.

Non dimenticatevi che sono ancora attivi i pacchetti MOMS!

Li trovate nella pagina a fianco, tante idee per il corpo, anche per le neo mamme, studiate apposta per noi da *Domus di MP*, con uno

SCONTO DEL 20%
E UN OMAGGIO VISO.

Scrivete a
mp.esteticarigenerativa@gmail.com
mettendo PACCHETTI MOMS
nell'oggetto, per fissare
il primo incontro gratuito.







lo studio
in Via Boccaccio, 24

INFORMAZIONE PUBBLIREDAZIONALE

PACCHETTI MOMS
IN COLLABORAZIONE CON ***DOMUS DI MP***

In esclusiva per Milano MOMS un percorso di benessere e remise en forme, con uno sconto speciale del 20% per le nostre lettrici e follower!

SPECIALE REMISE EN FORME

PACCHETTO BRONZE
5 o 10 sedute di radiofrequenza (lipolitico) su una zona + massaggio Endosphere di 30 minuti.
Durata totale: 60 minuti.
OMAGGIO: un trattamento viso da definire dopo una consulenza sul tipo di pelle della cliente.

PACCHETTO SILVER
5 o 10 sedute di radiofrequenza (lipolitico) su due zone + massaggio Endosphere di 30 minuti + a scelta: carbossiterapia o massaggio manuale.
Durata totale: 90 minuti.
OMAGGIO: un trattamento viso da definire dopo una consulenza sul tipo di pelle della cliente.

PACCHETTO GOLD
5 o 10 sedute di radiofrequenza (lipolitico) total body e braccia
+ massaggio Endosphere di 30 minuti
+ a scelta: carbossiterapia o massaggio manuale.
Durata totale: 120 minuti
OMAGGIO: un trattamento viso da definire dopo una consulenza sul tipo di pelle della cliente
+ 1 consulenza SMART GYM con Simona Musocchi, personal trainer.

SPECIALE REMISE EN FORME POST PARTO

FOCUS ADDOME
Programma che mira a ripristinare forma, tonicità e qualità della pelle dell'addome dopo il parto

5 o 10 sedute di radiofrequenza (lipolitico) addome + Trusculpt Flex Cutera addome.
Durata totale: 60 minuti.
OMAGGIO: un trattamento viso da definire dopo una consulenza sul tipo di pelle della cliente
+ 1 consulenza SMART GYM con Simona Musocchi, personal trainer per imparare un programma di esercizi mirati a tonificare l'addome.

FOCUS CORPO
Programma che mira a ripristinare la forma fisica in generale, dopo il parto.

5 o 10 sedute di radiofrequenza (lipolitico) zone critiche + Trusculpt Flex Cutera zone critiche.
Durata totale: 60 minuti.

OMAGGIO: un trattamento viso da definire dopo una consulenza sul tipo di pelle della cliente.
+ 1 consulenza SMART GYM con Simona Musocchi, personal trainer per imparare un programma di esercizi mirati a tonificare i punti critici.

Scrivete a mp.esteticarigenerativa@gmail.com segnando nell'oggetto: PACCHETTI MOMS e sarete ricontattate per avere maggiori informazioni sui costi e per prendere il primo appuntamento.
Pacchetti a partire da 600 euro circa.

***Domus di MP* è in Via Boccaccio, 24**

Segui *Domus di MP* su IG: @domus_mp @marinella_consultant



SUPPLEMENTAZIONE VITAMINICA IN ETÀ PEDIATRICA

QUANDO SERVE INTEGRARE LA DIETA DEI BAMBINI CON LE VITAMINE

SERENA CATANIA
ELENA CALCINAI
PEDIATRE E FONDATRICI
DI ARS PEDIATRICA MILANO

di Elena Calcinai e Serena Catania

Il pediatra viene spesso interrogato da mamme e papà sull'opportunità di integrare la dieta del proprio bambino con alcune vitamine, soprattutto nei casi di calo dell'appetito e di infezioni ricorrenti nei primi anni vita. Le vitamine certamente sono micronutrienti fondamentali per la crescita e per la salute dell'organismo: rafforzano il sistema nervoso, aumentano la resistenza alle infezioni, proteggono dall'azione dei radicali liberi e aiutano lo sviluppo delle capacità cognitive.
Introdurle con l'alimentazione è di fondamentale importanza, perché queste molecole non possono essere sintetizzate dall'organismo. Se il bambino si alimenta in modo vario e completo, con un apporto equilibrato di tutti gli alimenti, inclusi frutta e verdura, è difficile che vada incontro a carenze di vitamine o minerali. Tuttavia, la dieta dei bambini è spesso povera di frutta e verdura, ma anche di pesce e carne, che sono le più importanti fonti alimentari di vitamine. Le scorrette abitudini alimentari possono avere gravi ripercussioni sullo sviluppo e sulla salute futura del bambino, in quanto predispongono a carenze nutrizionali e aumentano la probabilità di obesità e di sindrome metabolica in età adulta.



Le vitamine amiche dei bambini

Gli elementi più importanti per lo sviluppo fisico sono **il calcio e la vitamina D**. Il loro fabbisogno aumenta molto durante la crescita dell'apparato osseo. Infatti, entrambi garantiscono il corretto sviluppo delle ossa prevenendo, già durante l'infanzia e l'adolescenza, lo sviluppo l'osteoporosi in età adulta.
Nemmeno le vitamine del gruppo B devono mancare. Questi elementi sono importanti per garantire la conversione di zuccheri, grassi e proteine in energia. Ciò permette al bambino di affrontare nel miglior modo possibile la giornata e di sviluppare la memoria, la capacità di concentrazione e le abilità cognitive
Le **vitamine A, C ed E** hanno, invece, importanti proprietà antiossidanti che aiutano a combattere i cosiddetti mali di stagione, rafforzando i sistemi di difesa dell'organismo. Soprattutto durante l'inverno, i cambi di stagione e nei periodi di convalescenza, l'integrazione vitaminica può aiutare l'organismo a rimettersi in forma, stimolando anche il recupero dell'appetito.
Ferro e zinco. Il ferro è un minerale importantissimo per la prevenzione dell'anemia; ferro e zinco insieme sono capaci di influenzare lo sviluppo neuronale e cognitivo del bambino e migliorano la funzionalità del sistema immunitario.

Potrebbero esserci però momenti in cui l'organismo ha bisogno di un "aiutino".

Se il bambino che inizia a frequentare la comunità va incontro a infezioni ricorrenti potrebbe aver bisogno di un'integrazione di zinco e ferro. Questi minerali, infatti, vengono consumati dall'organismo durante i processi infettivi: se tali processi si ripetono con una certa frequenza, è facile andare 'in rosso', considerato anche che, quando il bambino sta male, ha un'alimentazione limitata. In caso di infezioni ricorrenti, può essere utile anche un'integrazione di vitamine A e C, che contribuiscono a migliorare le capacità difensive dell'organismo.
In età scolare invece il bambino può apparire stanco e meno concentrato. In questo caso si potrebbe dare una supplementazione di complessi a base di ferro, zinco, vitamina B6, B12, acido folico. L'importante è non stabilire mai di propria iniziativa il tipo di integratore e il dosaggio, ma seguire sempre le indicazioni del pediatra: alcune sostanze, se assunte in quantità eccessive, non sono esenti da effetti collaterali!

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

ORTODONZIA
FACCIAMO UN CHECK UP!
LA SOLUZIONE MIGLIORE AD OGNI ETÀ



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

a cura della redazione

Estetica e funzionalità: un buon trattamento ortodontico deve coniugare queste due esigenze, e se si interviene in giovane età, è il miglior investimento che si possa fare per garantire ai bambini **uno sviluppo corretto non solo della dentatura, ma anche del loro volto**. Al rientro a scuola, tra le diverse visite programmate, è bene non dimenticare anche quella dedicata alla salute e alla funzionalità dei denti! Quando e perché, lo abbiamo chiesto alla dott.ssa Cristiana Maria Alicino, Specialista in Ortognatodonzia ed Odontoiatria Pediatrica perfezionata in Odontoiatria Estetica, da quasi 20 anni dirigente Medico Odontoiatra del reparto di Odontoiatria Pediatrica dell'Azienda Ospedaliera Fatebenefratelli -Buzzi-Sacco di Milano.

La prima visita quando è consigliata?
Questa è una delle domande più frequenti che mi rivolgono le mamme ma sempre più spesso anche i colleghi che si occupano di odontoiatria generale. Infatti l'Odontoiatria pediatrica rappresenta una branca superspecialistica che richiede formazione molto specifica oltre che grande dedizione. Il mio lavoro è infatti da sempre la mia più grande passione. In generale la prima visita dall'Ortognatondontista è consigliata tra i 4 e i 6 anni. Infatti, ci sono dei quadri di malocclusione che hanno un timing di diagnosi e di trattamento estremamente precoce e, se intercettati al momento giusto, permettono di curare il problema in modo veloce, efficace e definitivo.



A cosa devono porre attenzione i genitori?
Se ci si accorce di un palato particolarmente stretto in cui i denti superiori posteriori chiudono al contrario rispetto agli inferiori, o se si osserva un ritardo nel cambio del dente da latte in presenza ancora del permanente o un morso inverso anteriore dove gli incisivi superiori risultano essere interni rispetto agli inferiori: in questi casi è bene recarsi dallo specialista.

Come avviene il check up completo?
Eseguiamo innanzitutto il controllo dei singoli denti, per escludere carie e valutare la necessità di attuare le sigillature dei denti (vernici protettive dalla carie). Inoltre scattiamo la prima OPT o radiografia panoramica che è fondamentale per escludere anomalie di numero, forma e posizione dei denti permanenti che sono già in stadio di formazione avanzata. Nel mio studio, mi sono **dotata di apparecchiature radiologiche pediatriche a ridotta emissione di radiazioni, specifiche per i bambini**. È fondamentale una diagnosi precoce: anomalie come ad esempio denti sovrannumerari o mancanti (agenesie), saranno la causa di ritardi nell'eruzione dei denti permanenti, causando gravi problemi che, se anche fossero ancora risolvibili, richiederebbero terapie lunghe, e piuttosto costose.

Come programmate un progetto terapeutico?
L'Ortognatodonzia si divide in due grossi capitoli: l'ortopedia facciale e l'ortodonzia. I difetti scheletrici delle due ossa mascellari, palato e mandibola, rappresentano l'argomento principale di cui mi occupo dai 5 agli 11 anni circa. Le ossa crescono in questa fase ed esauriscono il loro potenziale di crescita intorno alla pubertà. Spesso dico che il menarca rappresenta la fine dei grossi giochi circa lo sviluppo facciale ecco perché è bene intervenire il prima possibile. Utilizziamo apparecchiature funzionali ed ortopediche di ultima concezione, facili da utilizzare e minimamente invasive, che non abbiano un grosso impatto nello stile di vita dei bambini: a scuola, nel tempo libero, a casa. Ci preoccuperemo ed occuperemo dei denti e del loro allineamento solo successivamente, quando lo sviluppo delle ossa facciali nei 3 piani dello spazio lo avremo fatto avvenire in modo corretto ed armonioso.

Figli adolescenti: come si interviene su di loro?
Da anni, sono un Provider nella metodica Invisalign che prevede l'allineamento dei denti attraverso mascherine trasparenti da indossare ma da rimuovere durante i pasti e l'igiene della bocca. Questo piace molto ai ragazzi perché oltre ad essere invisibile, non causa nessun tipo di fastidio. Aspetto clinico non secondario è che la terapia è estremamente veloce in media 7-8 mesi, fattore che rende questo approccio terapeutico assolutamente vincente.

INFO
Galleria dell'Unione, 1
cristiana.alicino@gmail.com - www.cristianaalicino.com

INFORMAZIONE PUBBLIREDAZIONALE

POST PARTO

RITROVARE IL BENESSERE INTIMO: LA RADIOFREQUENZA QUADRIPOLARE DINAMICA

a cura della redazione



FRANCO VICARIOTTO
GINECOLOGO
DI *HUMANITAS PER LEI*
DI MILANO

Il bimbo è nato! Le neo mamme a casa imparano presto a fare i conti con i nuovi ritmi di vita e sono focalizzate su di lui. Giusto! Ma la salute e il benessere della mamma vanno di pari passo con quello del piccolo e della famiglia, ecco perché è importante riappropriarsi del proprio corpo, e non solo da un punto di vista estetico, ma anche da un punto di vista intimo. Si tratta proprio del benessere genitale, trascurato da molte donne. Ne abbiamo parlato con Franco Vicariotto, ginecologo del centro *Humanitas Per Lei dell'Ospedale Humanitas San Pio X* di Milano.

A quali sintomi dobbiamo prestare attenzione nel post partum?
Innanzitutto al tono della muscolatura della vagina che può riguardare anche il tono della vescica. Nel ritorno alla normalità è bene che le neomamme osservino anche la ripresa della minzione regolare. Un sintomo comune di cui le donne dovrebbero parlare al ginecologo senza pudore è infatti la minzione involontaria, perdite urinarie di diversa entità, che può derivare dal calo di tono subito dalla vagina dopo il parto.

Come porre rimedio a questo disturbo un po' imbarazzante?
Si può agire sia in termini di prevenzione, che dopo. Durante la gestazione è consigliato fare alcuni esercizi specifici per mantenere il tono della vagina e del pavimento pelvico, esercizi che possono poi essere ripresi dopo il parto come una vera e propria rieducazione muscolare, per ovviare ai problemi legati alle perdite urinarie ma anche alla ripresa di una normale vita sessuale.

Un recupero ottimale in che tempi avviene?
Un percorso riabilitativo del pavimento pelvico con l'ostetrica o la fisioterapista può portare ad un recupero ottimale nel giro di 3 mesi circa.

Il parto naturale incide di più su questi aspetti?
Travaglio e periodo espulsivo lungo, così come i parti strumentali e punti di taglio e sutura sono possibili cause di una più lenta ripresa del tono vaginale ma anche su questo in ostetricia si cerca di porre un'attenzione sempre maggiore a questi aspetti per ridurre al massimo la sintomatologia. Un cedimento del tono genitale può riguardare anche le donne che hanno avuto un parto cesareo in travaglio, una lassità vaginale che può avvenire pur senza il peso espulsivo al parto.

"UN PERCORSO RIABILITATIVO PUÒ PORTARE AD UN RECUPERO IN TRE MESI"

Esiste una terapia farmacologica?
Non esiste una cura farmacologica per la salute della vagina in quanto il cedimento dei tessuti è un danno meccanico. Tuttavia, nei casi di atrofia e lassità vulvo-vaginale nel post parto e di secchezza, prurito, dolore, bruciore durante i rapporti sessuali, potrebbe essere indicato il trattamento terapeutico con radiofrequenza quadripolare dinamica.

Come funziona?
Si tratta di una tecnologia innovativa che utilizza particolari onde a radiofrequenza quadripolare dinamica, che sviluppano calore a intensità e frequenza controllata e intermittente, indirizzate a livello dell'epitelio vulvo-vaginale. Il calore viene indirizzato localmente con speciali manipoli che permettono di agire in modo mirato sulla rigenerazione degli strati superficiali e profondi dei tessuti della vagina e della vulva, che tornano tonici ed elastici, favorendo l'assorbimento di sostanza bioattive contro l'atrofia vulvo-vaginale, come ad esempio l'acido ialuronico, che idrata e lubrifica.

A chi rivolgersi per intraprendere questa cura?
Questo specifico trattamento viene prescritto durante la visita ginecologica. Sulla base dei sintomi e disturbi riferiti dalla donna, sia di tipo funzionale, come l'incontinenza urinaria, sia di tipo sessuale, il medico prescrive il tipo di trattamento.

Quante sedute servono?
In genere, il trattamento ha una durata di 2 mesi, con 4 sedute, una ogni due settimane, e con un'eventuale seduta di mantenimento ogni 4-6 mesi.

Quanto dura ogni seduta?
In genere, il trattamento dura circa 20 minuti.

È doloroso?
È completamente indolore, e non è necessario nessun tipo di anestesia. Tuttavia, alcune donne possono essere più sensibili al calore intermittente e avvertire qualche fastidio. In ogni momento, la donna può interrompere autonomamente la terapia grazie al sistema di Biofeedback che le permette il controllo totale del trattamento.

INFO E PRENOTAZIONI
HUMANITAS MEDICAL CARE MURAT
Via Gioacchino Murat, 13
Tel 02.69 515151
www.humanitas-sanpiox.it
www.humanitas-care.it

Salina

tutto per il bebè

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

Migliaia di articoli delle migliori marche e tanti servizi esclusivi.

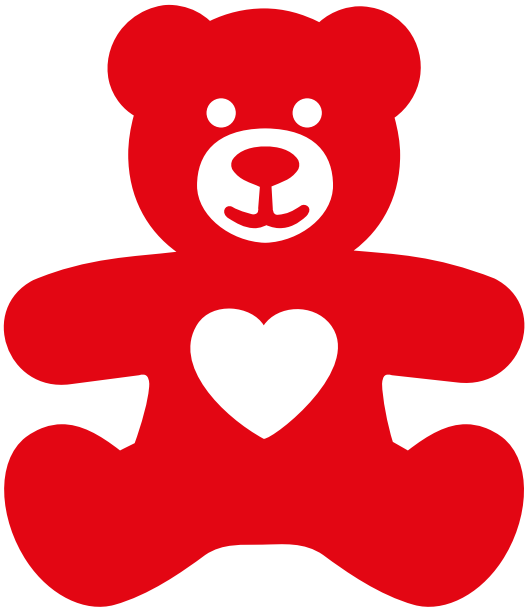
Lista nascita e Personal Shopper
su appuntamento

Baby Pitstop
con nursery e
area allattamento

Noleggio
tiralatte e bilance

Parcheggio
convenzionato

Consegne
in tutta Italia



Carta fedeltà
con vantaggi unici!

e-commerce
salinamilano.com

Tax Free Refund
Global Blue
STAMP

Pagamenti rateali
scalapay

Cashback
satispay

Nuova apertura
La boutique e le camerette di Salina
Abbigliamento
0-4 anni, camerette
e accessori

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

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

Salina Store viale Abruzzi 51 Milano • tel. 02 2940 9287 • negozio@salinamilano.com
La boutique e le camerette di Salina via Donatello 2 Milano • tel. 02 2940 9287 • donatello@salinamilano.com
Outlet Baby di Salina viale Abruzzi 62 Milano • tel. 02 3668 0902
Mini Salina corso Vercelli 62 Milano • tel. 02 8725 2528 • vercelli@ergosum.store
Stokke Store via Matteucci 4 Milano • tel. 02 2940 9287 • stokke@ergosum.store

e-commerce www.salinamilano.com

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

VIVERE GREEN

EDUCARE ALLA SOSTENIBILITÀ, ALIMENTAZIONE, SHOPPING, IDEE PER GIOCARE E IMPARARE

piccoli gesti che fanno la differenza



PH. MWABONJE

NELLO SPECIALE SONO PRESENTI INFORMAZIONI PUBBLIREDAZIONALI

7 GIORNI GREEN

SCELTE QUOTIDIANE, DA CONDIVIDERE CON I BAMBINI, PER AIUTARE L'AMBIENTE



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

di Francesca Zardin

Aspiriamo tutti a crescere figli sereni in un mondo felice. A leggere le notizie però, il Pianeta attraversa una grave crisi ambientale, che va intensificandosi. Come famiglie possiamo rendere i bambini sensibili e consapevoli del peso di ogni azione verso un risanamento ecologico. I gesti salva-pianeta diventeranno così la normalità per la nuova generazione. Ecco 7 idee per una settimana green.

lunedì

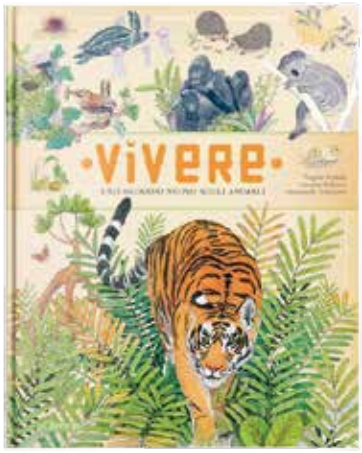
L'alimentazione ha un grande peso sulla nostra impronta ambientale, allora perché non iniziare con un bel Meatless Monday? Organizziamo un menù colorato e gustoso senza proteine animali, dove i bambini possono essere dei piccoli chef, magari ispirandoci alle ricette di Vegolosi.
www.vegolosi.it

martedì

C'è un tesoro in ogni dove, se il martedì visitiamo un parco cittadino con occhi curiosi. "Che animale è questo? Mamma sai il nome di questa pianta?" Niente paura, siamo tutti pronti ad imparare, grandi compresi, grazie a tante app che tramite una semplice fotografia permettono di dare un nome alle specie. Dalla più semplice ricerca per immagini Google, a quelle per appassionati iNaturalist o Pl@ntNet.
www.inaturalist.org
identify.plantnet.org

mercoledì

Perché non ritrovare in un libro splendidamente illustrato le creature incontrate il giorno prima? Di mercoledì sfogliamo libri che nutrono la mente come gli Inventari Illustrati della casa Editrice l'Ippocampo. Da collezionare ogni titolo per una libreria ricca di spunti su fiori, uccelli, preistoria,



mare, montagna o il nuovissimo titolo "Vivere", dedicato alla vita animale.
www.ippocampoedizioni.it

giovedì

Si avvicina il weekend e magari c'è un compleanno da festeggiare? Cambiare la consuetudine di aprire 20 pacchettini ad ogni festa muta gentilmente le aspettative dei festeggiati e rende l'occasione meno materiale. Un'idea ecologica è donare un'esperienza a misura di bimbo come un carnet del Teatro Colla per la materna e per i grandi l'abbonamento annuale al Museo Leonardo da Vinci.
www.teatrocolla.org
museoscienza.vivaticket.com

venerdì

Venerdì sera si può andare a letto un po' più tardi, ed è subito movie night guardando le spettacolari serie di documentari in BluRay o sulle piattaforme di streaming. Molte sono pensate proprio per i bambini come "Wild Babies" e "72 cutest animals" di Netflix, oppure "Growing up wild" su Disney+. Voglia di salvare la natura assicurata.

sabato

Responsabilizziamo i bambini, coinvolgendoli negli acquisti, partendo dalla scrittura della lista di cosa serve in casa e leggendo assieme cartellini ed etichette. Scopriranno che alcuni cibi hanno attraversato il mondo su grandi navi per arrivare nella nostra città e che ci sono prodotti tipici locali e di stagione. Il sabato andiamo al Mercato della Coldiretti dove incontrare gli agricoltori per una spesa senza sprechi e a km zero.
milano-lodi-monza-brianza.coldiretti.it

domenica

La domenica ci attende una gita all'insegna dell'outdoor in un parco avventura dove avvicinare i bambini ai boschi, allenando destrezza e confidenza corporea. Adatti dai tre anni in totale sicurezza, si abbinano bene ad una passeggiata e ad un picnic per una giornata indimenticabile.
www.jungleraiderpark.com



FRUTTA E VERDURA DI QUALITÀ

A DOMICILIO CON *FUMAGALLIDANILO.COM*

Lo dicono tutti i nutrizionisti e ne siamo ormai ben consapevoli: la salute passa attraverso il consumo quotidiano e costante di frutta e verdura. Diventa allora fondamentale, in ogni famiglia, assicurarsi un buon rifornimento di vitamine, fibre e sali minerali, grazie a prodotti ortofrutticoli di qualità. Eppure, quante volte vi siete lamentate per almeno una di queste caratteristiche: gusto, consistenza, giusto livello di maturazione? La spesa ortofrutticola, ammettiamolo, è spesso un'impresa difficile!

Vogliamo allora presentarvi un'azienda che ha fatto proprio della distribuzione ortofrutticola di qualità il proprio obiettivo, da ben tre generazioni.

Parliamo di Fumagalli Danilo, l'azienda brianzola che dagli anni '60 iniziò a distribuire i migliori prodotti locali. Tutto era iniziato con nonno Mario già negli anni '30, grazie alla conoscenza dei prodotti locali, come i fichi di Meda e le ricercate patate biancone di Como. Visitando il territorio della Lombardia e dintorni, ricercava il meglio dei prodotti locali e lo rivendeva nelle corti.

Negli anni l'azienda è cresciuta fino a diventare uno dei principali distributori ortofrutticoli della Lombardia, specializzandosi poi nel settore della ristorazione e del retail, riuscendo ad ampliare i propri orizzonti con l'ultima generazione, grazie ad Erika, che ha dato un nuovo ed ulteriore slancio all'impresa di famiglia.

A partire dal 2020, un'importante evoluzione: durante il lockdown, l'azienda ha intuito la necessità di rivolgersi anche ai privati con uno specifico servizio a domicilio, coniugando la qualità dei prodotti con la comodità del delivery.

L'e-commerce, cresciuto in pochissimo tempo, si presenta oggi sul mercato come *Fumagalli Delivery*.

Cosa lo contraddistingue? Prodotti ortofrutticoli di alta qualità, aderenza alla stagionalità, predilezione per i produttori italiani locali e consorzi agricoli, consegna rapida in 24/48 ore. Una specifica sezione è poi dedicata alla frutta e alla verdura bio.

Come ordinare?

► A differenza degli altri e-commerce, gli ordini non sono solo online o tramite App, ma possono essere effettuati anche via mail, al telefono, o tramite WhatsApp.

► Consegna gratuita per ordini sopra i 29,90 euro.

► www.fumagallidelivery.com

► App (*Fumagalli Delivery*) su Play Store e Apple Store.

Dove arrivano le consegne?

Milano città e provincia, Monza e Brianza, Lecco città, Como città, Bergamo città.

Le partnership

► Con **Treedom**: l'azienda contribuisce al benessere del pianeta piantando una propria foresta diffusa tra Sud America ed Africa (300 alberi lo scorso anno e 300 quest'anno)

Sono disponibili anche box dedicate, contenenti una cartolina tramite la quale adottare uno degli alberi (soprattutto per Natale, San Valentino o altre occasioni speciali)

► Con **TooGoodToGo**: uniti nella lotta contro lo spreco. Iscrivendoti a questa App potrai acquistare a prezzi ridotti tantissimi prodotti che altrimenti andrebbero persi, tra cui la frutta e verdura Fumagalli Danilo.


Frutta e verdura bio


Produttori locali e consorzi agricoli


Delivery e box dedicate

FUMAGALLI DANILO
www.fumagallidanilo.com
FB e IG: @fumagallidanilosrl

PERLOHAS: IL CONCEPT STORE GREEN

PRODOTTI SOSTENIBILI IN UN CLICK: PER I BAMBINI, PER TE, PER LA CASA

Perlohas è uno shop online con prodotti sostenibili per donne, bambini e non solo. Nasce dall'idea di Myrte, una mamma che ha intuito la necessità di riunire in un unico concept store tante diverse proposte green. Così, in un click puoi ordinare un bellissimo gioco in legno o in sughero, un cuscino di supporto in cotone organico per il bebè o un set pappa in bambù. Nella sezione dedicata ai bambini trovi anche i pannolini plant-based, 100% biodegradabili. Per la donna tanti prodotti per l'igiene e la cura personale, tra cui le coppette mestruali, i saponi e gli shampoo solidi, o i capi in cotone rigenerato. Per la casa, puoi sbizzarrirti tra biancheria in lino, candele di soia con oli essenziali o prodotti naturali per la pulizia. C'è anche la sezione cartoleria: quaderni, biglietti, calendari, naturalmente green. I prodotti sono scelti con cura per la loro qualità e le loro caratteristiche sostenibili, realizzati da imprese attente all'ambiente e al sociale, con materiali vegani, organici e orientati alla riciclabilità.

SAPEVI CHE...
LOHAS sta per Lifestyle Of Health And Sustainability. La mission di questo conceptstore è di promuovere uno stile di vita sano e sostenibile, mostrando che si può coniugare bellezza e sostenibilità negli oggetti che utilizziamo quotidianamente.

INFO
www.perlohas.com
IG: @perlohas

INQUADRA IL QR CODE E VAI DIRETTAMENTE ALLO SHOP!







LA RÉCRÉATION MILANO

QUANDO L'UPCYCLING DIVENTA MODA PER BAMBINI

Un brand italo-francesce, di abbigliamento per bambini: *La Récréation Milano* è nato nel 2022 da un'idea di Chloé, francese, a Milano ormai da 10 anni, con un passato di lavoro nel mondo della moda. Il suo desiderio: partecipare, anche con un piccolo passo, alla transizione del settore verso una moda più etica per l'ambiente e per le persone! Mamma di due bambini, 4 e 7 anni, Chloé dà vita a La Récréation, dopo la pandemia, animata da tanta energia di rinascita. Le collezioni, tutte made in Italy, vestono da 3 a 11 anni con capi realizzati a partire da scampoli, tessuti deadstock o trasformando prodotti invenduti. Un progetto creato per rispondere alla domanda di noi mamme di consumare in maniera più eco responsabile, usando la tecnica dell'upcycling, ancora una nicchia nella moda per i bambini. L'upcycling è una tecnica di riciclaggio, ma non solo: dà valore aggiunto al prodotto dopo la trasformazione della materia prima! Grande cura viene messa nella ricerca degli scampoli di tessuti, belli e naturali. Il modello è sempre lo stesso, così le mamme capiscono bene la vestibilità e le misure, ma il tessuto cambia, a seconda degli scampoli: piccole collezioni con pochi metri di tanti filati differenti, quasi dei pezzi unici!
A breve, sul sito, anche una sezione "seconda mano"! Quando il capo La Récréation non serve più, viene recuperato, messo a posto in cambio di un buono da spendere sul sito! Così il circolo è infinito e virtuoso e tutti ne approfittano!



INQUADRA IL QR CODE E VAI DIRETTAMENTE ALLO SHOP!





PH. @A.DAFF (3)

INFO
www.larecreationmilano.com
IG: @larecreation.milano

USA IL CODICE **MOMS15** PER LO SCONTO DEL 15% SUL PRIMO ACQUISTO

IMPATTO ZERO, ANZI, SOTTOZERO!

SOSTENIBILITÀ: LA SCELTA DI *CARNE GENUINA*



CARNE GENUINA
Ordinazioni: sul sito
www.carnegenuina.it
o al numero 327.2245892
FB: bovi.carne.genuina
IG: @bovicarnegenuina

Nella vita, ogni azione che scegliamo di compiere ha un impatto sull'ambiente: le abitazioni, i trasporti, il nostro stile di vita e la nostra alimentazione. Il destino del pianeta è nelle nostre mani: ogni decisione ha conseguenze diverse. Ogni piccola scelta comporta una grande responsabilità e siamo tutti coinvolti. Anche la produzione e il consumo di carne, ovviamente contribuiscono a immettere nell'atmosfera quantitativi di CO_2, il principale gas serra clima-alterante che da tempo sta compromettendo la salute della Terra, responsabile anche della siccità di quest'anno. È stato calcolato che produrre 1 kg di carne di manzo immette nell'atmosfera circa 25 kg di CO_2. Ogni vitellone pesa circa 300 kg e quindi allevarne uno significa immettere 7500 kg di CO_2.

Carne Genuina, la start up che consegna direttamente a casa carne 100% italiana, da sempre pensa alla sostenibilità ambientale e cerca di ridurre e compensare queste emissioni.

COME? Negli ultimi 10 anni, sul tetto della Cascina e sui tetti delle aziende agricole con le quali collabora, sono stati **installati impianti fotovoltaici** che producono energia per circa 150 famiglie, compensando così il 60% delle emissioni di CO_2 derivanti dal nostro allevamento. Nel 2021, inoltre, l'azienda ha adottato una **piccola foresta di Baobab** per compensare il restante 40% (93t) della CO_2 che produce!
Una pianta di Baobab riesce ad assorbire nella sua vita ben 3000 kg di CO_2 e nel 2021 grazie a Treedom sono stati adottati 35 Baobab in Kenya.
Nel 2022 *Carne Genuina* ha deciso di completare sul territorio italiano il processo di compensazione dell'inquinamento, grazie a **Forever Bambù** bilanciando le emissioni di gas serra di un intero anno: i bambuseti assorbono 36 volte più CO_2 di qualsiasi foresta tradizionale e la superficie adottata crescerà esponenzialmente con l'incremento dei nostri volumi. Scegliendo *Carne Genuina*, scegliamo quindi di **promuovere il consumo di carne sostenibile a impatto sottozero**: fare la spesa qui, fa bene al mondo intero!



LA SORPRESA PIÙ BUONA?
70% DI SCONTO SUL TUO PRIMO ORDINE E 30% SUL SECONDO ORDINE
www.pappegnam.it


“Voglio creare un mondo di colori, ma non colori qualsiasi, i colori dell’arcobaleno.”
Georgette Polizzi
nuna®
+
GEORGETTE
POLIZZI
@nuna_italia | nunababy.com

GIOCHI E LETTURE PER AMARE IL PIANETA

Solo conoscendo ciò che ci circonda possiamo capirne il valore e proteggerlo. Coinvolgiamo anche i bambini, attraverso il gioco e libri colorati: il nostro pianeta va difeso ogni giorno, con piccoli gesti e sfide più ambiziose. Ecco una selezione di attività che non li annoieranno!

a cura di Laura Della Badia



IMPARARE COLTIVANDO. L'ORTO IN SERRA

Una serra dal design moderno in plastica riciclata e riciclabile, completa di torba, semi biologici e strumenti da giardinaggio, per un'esperienza di gioco stimolante alla scoperta dei segreti della coltivazione biologica. Orto in Serra fa parte della linea Play For Future di Clementoni, con l'intento di trasmettere ai bambini il valore della sostenibilità.

https://it.clementoni.com

COSA È SUCCESSO NELLE FIABE?

"Ci sarà una volta?" immagina cosa potrebbe accadere nelle fiabe, alla luce del cambiamento climatico. La specialità del lupo è appostarsi nel bosco, ma senza alberi in giro non è più tanto semplice. Anche i quaranta ladroni sono preoccupati: se il deserto si prende tutto lo spazio, come faranno a ritrovare i preziosi bottini che hanno nascosto? I personaggi di queste fiabe però non ci stanno: sono pronti a riprendersi il finale giusto per la loro storia. Paola Momentè, *Ci sarà una volta? Storie di un clima da favola*, Corraini Edizioni, 2021, disponibile anche in Inglese.

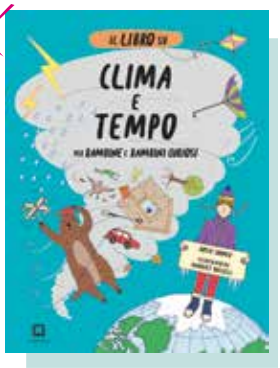
www.corraini.com



PREVISIONI METEO? CI PROVO IO!

Cosa fa soffiare il vento? Da dove arriva la pioggia, e perché le nuvole hanno forme così strane? Come si fanno le previsioni del tempo (senza avere un supercomputer)? Con i suoi fatti incredibili e le spiegazioni tanto accurate quanto divertenti, questo libro racconta il perché dei fenomeni che osserviamo quotidianamente ma anche di quelli più strabilianti, compresi pesci e rane che piovono dal cielo. Un libro originale per far capire ai bambini che il nostro pianeta è il posto più fortunato dell'universo, da proteggere quotidianamente. Rosie Cooper, illustrazioni di Harriett Russell, *Il libro su clima e tempo per bambine e bambini curiosi*, Corraini Edizioni, 2021.

www.corraini.com





CAPIRE LA BIODIVERSITÀ. NATURE CHALLENGE!

Un gioco pensato per avvicinare i bambini al tema della biodiversità e della salvaguardia degli animali: Bioviva Nature Challenge è perfetto per imparare tante curiosità. Si spazia dai Carnivori agli animali marini, da quelli preistorici a quelli straordinari. Poche regole e si parte con la sfida:il bambino scommette sui punti di forza della propria carta (un animale, un pianeta, una creatura, a seconda del tema del mazzo). Il giocatore con la caratteristica più alta vince le carte degli altri giocatori. Dai 7 anni.

Nei negozi Città del Sole



LA SFIDA? SALVARE L'AMBIENTE!

Aiuta il Pianeta con piccole azioni da poter fare in un'ora, un giorno, un fine settimana o addirittura più giorni. Forma la tua squadra di gioco e pesca una carta Sfida. Avrete fino a 1 settimana per completare il maggior numero di azioni elencate sulla carta e, grazie a ZESTY, riuscirete a cambiare le vostre abitudini. Zesty è un gioco "lento": l'abilità non si dimostra con la velocità ma con l'impegno e l'attenzione a temi importanti! Di CreativaMente.

Su creativamente.eu

Back to school? siamo pronti!



Nella foto,
look di Bobo Choses.
Su IG: @_bobochoses_
www.bobochoses.com

PH. MARKUS SPISKE

per lei



LA GONNA

Da abbinare ad un collant super colorato, questa gonna può essere anche il capo giusto per una festa di compleanno. Veste 8-16 anni! Di iDO. 44,95 euro.

Su www.ido.it e nel negozio in Corso Buenos Aires, 40

IL GIUBBINO

Se ne cercate uno originale, ecco una proposta ispirata alle fantasie della natura. 364 euro. Di DouDou Kids.

Su www.douuodkids.com e nello store in Via Mercato, 8





GLI ANFIBI

Rosa e di vernice: wow! Non i classici anfibi, ma ancora più trendy in questa versione di Manila Grace. 129,50 euro.

Su elisabet.shop



LA CINTURA

Sempre originali gli accessori di Illytrilly! Come questa cintura con le stelle, per dare un tocco glam ogni giorno. 29 euro.

Su www.illytrilly.com

GIOCARE CON LA MODA!

CAPI E ACCESSORI COLORATI, FANTASIE ORIGINALI, ABBINAMENTI INEDITI. LE NOSTRE SCELTE PER DARE LIBERO SFOGO ALLA PROPRIA PERSONALITÀ A SCUOLA, E FUORI!



LO ZAINETTO

Super colorato, per la scuola e lo sport, lo zaino di Stella McCartney Kids non passa inosservato! 115 euro.

www.stellamccartney.com



LA FELPA

Schizzi di vernice e graffiti a cuore danno grinta alla felpa, immancabile capo nel guardaroba. 29,90 euro. Di Sarabanda.

Su www.sarabanda.it



LA SALOPETTE

Chi non la ama? Un capo senza tempo la saloppette, qui abbinata ad una maglia a righe multicolor per un total look Boboli.

Da La Casa de Pepa in Via Anfossi, 19 e Via Sacco, 5 e su www.boboli.it

per lui



TOTAL LOOK

Pantalone di velluto verde bosco, camicia a quadri giallo senape e sneakers fantasia: il look è servito, casual e un po' bohemien. Di Bobo Choses.

Da Mezzanotte Store, in Viale Premuda, 13
e su www.bobchoses.com

IL BERRETTO

Super colorato, con paraorecchie da tenere su, o giù! 50 euro. Di Stella McCartney kids.

su www.stellamccartney.com





IL PULL

Wow è una dichiarazione di intenti, per chi vuole vivere alla grande! Ecco un maglioncino da indossare per farsi notare. Di Zhoe&Tobia. A partire da 109,50 euro.

www.zhoe-tobiah.com



IL PIUMINO

Quando iniziano i primi freddi, diventa il capo più usato: il giaccone caldo! Add propone quest'anno modelli a tutto colore perfetti per la scuola e il tempo libero. 350 euro .Di Add Kids.

su www.add.it



LE CALZE

Per un look sportivo sono perfetti i calzini di Le Collegien, in cotone egiziano, con la doppia riga bianca, ci sono in tanti colori! 13,50 euro.

www.collegien-shop.com



IL JEANS

Il must have, sempre, è lui: il jeans! Boboli propone un modello con tasche davanti e inserti colorati. 29,95 euro.

Da La Casa de Pepa in Via Anfossi, 19
e Via Sacco, 5
www.boboli.it

LE SNEAKERS

Non sono solo belle e comode, ma anche sostenibili. Fanno parte della linea Primigi for Change, in bypell, materiale realizzato con oltre il 50% di pelle proveniente da scarti di lavorazione. Taglie 24-39, 49.90 euro.

Su www.primigi.it



I più creativi. Scopriteli con noi!

Il mondo di Shirley

PELUCHE E GIOCHI IN PANNOLENCI





È un mondo morbido e dai colori delicati, quello che Shirley crea con la passione per il cucito e l'artigianalità. Oltre ai peluche di adorabili animali come conigli, orsetti, cagnolini vestiti con meravigliosi abiti, Shirley realizza completamente a mano anche il tanto amato gioco memory. Tutte le sue creazioni sono realizzate interamente a mano e su richiesta. Ogni dettaglio può essere personalizzato, dai vestiti dei peluche al sacchetto e alle tessere del memory! Sbirciate sul sito e nel profilo IG per tante idee regalo e accessori, come le coroncine e simpatici elementi decorativi.

IG: @il_mondo_di_shirley
ilmondodishirley.it



Leeloo Decor

GIOSTRINE E ACCESSORI

C'era una volta una mamma che cercava una giostrina originale per la sua piccola, ma non soddisfatta, decise di crearla lei stessa. Nasce così Leeloo Decor, giostrine e componenti d'arredo ispirati alla Pop Culture, dal cinema alla musica e all'arte (con soggetti come Frida Kahlo, la famiglia Addams, le rockstar o le serie tv!) Lisa ha sperimentato varie tecniche finchè è riuscita a stampare direttamente su panno i personaggi che disegna, per dare vita a soggetti che una volta cuciti diventano giostrine e pupazzi. Potete anche commissionarle giostrine con temi scelti da voi! Andate a curiosare sulla sua pagina Instagram!

leeloo.decor@gmail.com
IG: @lee_loo_decor







Hupì

ACCESSORI PER BAMBINI, IN CANAPA





Una valida alternativa al cotone ed ecosostenibile: la canapa! Dall'amore per questo materiale nasce Hupì, un progetto di una mamma, Erika Federici, che si definisce "eco-mamma" per necessità. Sì, perché ha scoperto il mondo dei tessuti naturali quando suo figlio ha avuto problemi di dermatite e, dopo averli provati tutti, si è innamorata della canapa. Una scelta precisa: oltre ad essere il tessuto più ecosostenibile in commercio, ha molte proprietà benefiche per la pelle stessa. Con Hupì, Erika propone una serie di accessori per bambini in canapa: coperte, bavette, massaggia gengive e dou dou, realizzati artigianalmente da fantastiche donne di una sartoria sociale. Tutto Made in Italy, tutto frutto di condivisione e passione. Anche il packaging è sostenibile: scatole realizzate dagli scarti agroalimentari; cartellini in carta piantabile per evitare gli sprechi e far germogliare nuovi fiori e colori!

www.hupi.it/about - IG: @hupi_baby



Il nuovo modo per fare tutta la tua spesa, online.

supermercato e cascine, insieme.

Ordina online
prodotti del supermercato, delle cascine e gourmet.

Ricevi in 3 ore
dalle 8:00 alle 22:00 in finestre di 15 minuti

Goditi il tuo tempo
e lasciati sorprendere dalla qualità del nostro servizio

sezamo

Genitori e bambini, tutti pronti per la scuola!



Box Cinquanta Sfumature di Mamma per Sezamo

Mamme e papà, il rientro a scuola è alle porte e noi di Sezamo insieme a Chiara di 50 Sfumature di Mamma, abbiamo ideato una fantastica box salva pasti perfetta per pranzi, merende e cene con tanti prodotti sani e gustosi per i vostri bimbi! Godetevi il tempo con la vostra famiglia, alla spesa ci pensiamo noi!

Su Sezamo trovi anche tutta la cartoleria











questo e tanto altro su
sezamo.it

pegperego.com

Vivace & the City.

Vivace è il sistema modulare ideale per esplorare la città. È leggero, comodo ed è a suo agio in tutte le situazioni: passa con facilità da spaziosa culla a comoda carrozzina e da agile passeggino a seggiolino auto reclinabile. 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

Gioco, compiti, relax. Il mio spazio è qui!



DESIGN

ELEMENTI COMPONIBILI E MODULARI, SPAZI DA CONDIVIDERE, ANGOLI PER LO STUDIO E IL RELAX

Nella foto,
il letto a castello
Tippy di Nidi.
www.nidi.it

DOVE STUDIO? NEL MIO MONDO SU MISURA!

NELLA CAMERA DI BAMBINI E RAGAZZI: SOLUZIONI SALVASPAZIO E MODULARI, PER I COMPITI E IL RELAX

a cura di Laura Della Badia

Si torna a scuola e si ricomincia a pensare anche alla casa e soprattutto all'organizzazione degli spazi dedicati allo studio. Sì, perché nella camera dei bambini e dei ragazzi, quello dedicato ai compiti, ai momenti in cui occorre concentrarsi, deve essere un angolo ben strutturato e accogliente.
Nidi, il brand del gruppo Battistella, progetta da anni soluzioni innovative proprio nell'ottica di rispondere alle esigenze delle famiglie: ottimizzare l'uso degli spazi, offrire elementi componibili e modulari, anche nel caso di più fratelli che condividono la camera, nonché creare spazi specifici per ogni momento della giornata, dal divertimento allo studio e al relax/sonno.
Letti, armadi, scrivanie possono essere usati in modi differenti, con effetto "camera magica", con soluzioni salvaspazio e flessibili!
Un'attenzione particolare viene poi riservata agli elementi multimediali, rivolti a una generazione sempre più digitale: dalle ricariche wireless da posizionare su basi e contenitori, all'elemento Jack che trasforma il comodino in postazione tecnologica con due prese usb, casse acustiche Bluetooth e ricarica wireless, oppure la lampada snodabile con prese usb.
Inoltre, il configuratore, presente sul sito, è uno strumento tecnologicamente avanzato, che segue e incoraggia le abitudini digital di una nuova generazione di genitori, abituata a utilizzare il web come problem solving immediato e quotidiano.



SKID: SOLUZIONI SCORREVOLI
Il letto al piano superiore può scorrere e avvicinarsi alla parete, mentre quello in basso e lo scrittoio si estraggono all'occorrenza.

PONTE TIPPY CON MECCANISMO!
Con i suoi fianchi sagomati più larghi alla base, il ponte Tippy accoglie un letto, uno scrittoio o entrambi. E grazie al meccanismo, lo scrittoio lascia spazio al secondo letto senza dover spostare nulla.





TIPPY: PER MAGIA COMPARE LO SCRITTOIO!

Nel letto a castello Tippy, ruotando il secondo letto compare lo scrittoio. E grazie al meccanismo, non serve spostare niente!

LETTO A RIBALTA TWIDDY PLUS

Spazi contenuti? Ecco la soluzione! Twiddy plus è libreria e scrittoio, ma con un piccolo gesto diventa un letto.





LETTO SCORREVOLE SCROLL

Con il sistema Scroll, i letti e lo scrittoio scorrono su binari a tre diverse altezze, liberando il centro della stanza secondo le necessità.

CAMELOT: SCEGLI LA CONFIGURAZIONE

Il letto a castello Camelot si può scegliere nella versione con un letto, con due letti o con letto e scrittoio, anche con portagiochi. E le spondine possono essere imbottite!



Scoprite tutte le soluzioni Nidi su www.nidi.it

10% DI SCONTO
CON IL CODICE:
MOMS



UNA PICCOLA BOTTEGA ONLINE

TANTE IDEE PER GRANDI E PICCINI SU *WWW.ILSOLEAPICCHIO.IT*

GIORGIA MARINO
TITOLARE
DELL'E-COMMERCE
ILSOLEAPICCHIO.IT

Il Sole a Picchio è un negozio online per mamme e bambini, con un'attenta selezione di prodotti per tutte le età. Potrete trovare giocattoli ecologici e prodotti per bambini dedicati ad ogni fase della crescita, articoli per la scuola e prodotti per le mamme, dalla cosmesi alla cura del corpo, dai tessili agli articoli per la casa. È un **e-commerce con l'approccio della piccola bottega** nella quale, quando entri, chiedi opinioni, trovi nuovi spunti, anche cose che non conoscevi ma di cui ti innamori. **Ogni singola proposta è frutto di una scrupolosa ricerca**, e, proprio perché selezionata da una mamma, è stata già provata in prima persona. Dietro a ogni prodotto c'è una storia che vale la pena raccontare, una scelta basata su idee condivise e spirito di ricerca comune, di materie prime ecologiche e sicure. Le idee che trovate su *www.ilsoleapicchio.it* sono per bambini che non vedono l'ora di correre in cortile a saltare con la corda, esplorare il mondo in bicicletta, giocare a campana con i gessetti. Bambini che, anche quando sono in casa, disegnano, colorano, leggono e inventano. Sono bambini che hanno voglia di capire l'importanza di seminare fiori per preservare le api e la biodiversità, che amano la natura! Il loro mondo è fatto di colori, principesse, fate e cavalieri. Sul sito trovate anche le storie ***Filo e Fiammetta***, che sta incantando tanti bambini e di cui si innamorano ancor di più i genitori.







IL SOLE A PICCHIO
Tel. 02.29062784
info@ilsoleapicchio.it
www.ilsoleapicchio.it

INFORMAZIONE PUBBLIREDAZIONALE

COLORATO E DIVERTENTE

L'ABBIGLIAMENTO 4-14 ANNI SU *WWW.BIGGAMESTORE.IT*

Big Game è il concept store online dedicato ai bambini, dai 4 ai 14 anni, dove trovare dei capi non convenzionali, al di fuori del classico e dell'intramontabile.
Un "grande gioco", per mamme, bambini e ragazzi, in cui sbizzarrirsi tra felpe oversize, abitini colorati o con stampe divertenti, pantaloni e t -shirt unisex. In questo nuovo kids concept store online potete trovare le collezioni di brand di ricerca come Madilly, MOLO, Yporque, Weekend House kids, Nupkeet, Mousse Kids e tanti altri. Tutti i capi sono Made in Italy o realizzati seguendo attentamente la filiera locale, con attenzione alla sostenibilità ed ai materiali di pregio.
Vestire i nostri figli deve essere divertente, originale, etico, oltre che comodo.







ORDINI
Usa il codice MOMS15 per avere uno sconto del 15% sul tuo primo acquisto (per ordini superiori a 50 euro)

BIG GAME STORE
whatsapp: 379.2125800
www.biggamestore.it
IG: @big_game_store
FB: Big Game_store

MILANO MOMS PER BIG GAME STORE



www.alpholiday.it

viaggiamo! nella natura e nelle capitali europee



@50sfumaturedimamma



www.barcelo.com

OUTSIDE THE CITY

UN VIAGGIO SPECIALE IN LAPPONIA, FAMILY HOTEL IN MONTAGNA, TRE CITTÀ DA VISITARE IN EUROPA

LA MAGIA DELLA **LAPPONIA**

RACCONTO DI UN VIAGGIO SPECIALE





CHIARA SPAIRANI
2 BAMBINI, 1 GATTO,
LAVORA A MILANO COME LEGALE
E SI RACCONTA SUL SUO SITO
www.50sfumaturedimamma.com
IG: @50sfumaturedimamma

di Chiara Spairani

Nella top five dei sogni di tutti i bambini, potete scommetterci, troverete la voce "incontrare Babbo Natale". E allora, perché non portarceli davvero al Polo Nord? Perché è un viaggio difficile e per pochi, si sa! Stavo per crederci anch'io e rinunciarci, finchè non ci ho portato Vittoria, 5 anni, Leonardo 12, e il loro papà. Ho deciso di organizzare il viaggio da sola, scegliendo come periodo la prima metà di dicembre, quando la Lapponia è già in tenuta natalizia, generalmente già c'è neve e ancora qualche ora di luce, e non c'è ancora ressa. Non sottovalutate il discorso luce: la Lapponia è meravigliosa sempre, ma i suoi colori sono memorabili e fanno una grossa fetta del viaggio. Ho suddiviso la permanenza tra Rovaniemi e Levi, dove ho prenotato un tipico cottage con sauna (imperdibile in Finlandia!) e ho noleggiato un'auto. L'abbigliamento antifreddo è importante, prestateci la giusta attenzione, ma non fatevi intimorire e frenare dal freddo!



LE TAPPE DEL VIAGGIO

Atterrati a Rovaniemi, uscendo dall'aeroporto la percezione di essere davvero in un luogo magico l'abbiamo avuta subito. Le distanze sono ridotte: aeroporto, SantaPark, città e Villaggio di Babbo Natale sono tutti ad una manciata di minuti l'uno dall'altro, tutto molto easy.

Prima tappa, il SantaPark, uno spazio completamente dedicato al Natale, al coperto e riscaldato: il tempo passa tra un laboratorio e l'altro, l'incontro con Mamma e Babbo Natale e quello con la regina delle nevi nella stanza dei ghiacci. L'indomani direzione Ranua, circa 80 km a sud di Rovaniemi per poi passeggiare nel parco zoologico degli animali artici. Il giorno dopo partenza per Levi: lungo la strada il nostro primo incontro con un branco di renne che ci ha costretto a fermarci, ma ci ha anche consentito di avvicinarci: meraviglioso! Raggiunto il nostro cottage, un giro in città e a letto presto per l'esperienza con gli husky del mattino successivo, prenotata presso una fattoria locale perché prevedeva un lungo giro nel Parco Nazionale di Pallas per poter godere appieno della natura. L'attività è costosa, questo sì, ma vale: mi sono commossa davanti a tanta bellezza nel cuore della foresta al sorgere del sole. La giornata si è chiusa con una sauna nella nostra casetta e con l'aurora che ha fatto capolino proprio prima di andare a nanna.

L'indomani, allevamento di renne e in serata pronti per la ciaspolata organizzata da Polar Star Travel (la titolare parla italiano e intrattiene i bambini come pochi): esperienza incredibile, si attraversa la foresta fino a una kota, tipica casetta in legno sul lago dove, davanti ad un barbecue, si attende l'aurora boreale.

Il mattino seguente siamo tornati a Rovaniemi per l'incontro con Lui, il vero Babbo Natale, quello che sta al Circolo Polare Artico nel Villaggio di Babbo Natale, per poi rientrare a Milano, con gli occhi pieni della magia di questo viaggio.

Vuoi seguire altri consigli di Chiara? @50sfumaturedimamma







La Chiocciola
tutto per bimbi e mamme

il nuovo megastore
a due passi da Milano

COMPLETAMENTE RINNOVATO

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 dedicati a Cybex, Inglesina, Stokke

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 **lachiocciolababy.it**
Consegniamo in tutta Italia!!!

seguici anche su
lachiocciolababy
lachiocciolababy





Inquadra il QR CODE e scopri le offerte autunno inverno!

AUTUNNO E INVERNO IN VAL DI SOLE

TANTE AVVENTURE A CONTATTO CON LA NATURA CON *ALPHOLIDAY DOLOMITI WELLNESS & FAMILY HOTEL*!

La Val di Sole è una destinazione imperdibile per gli amanti della montagna, dei laghi e degli sport outdoor. Anche in autunno sono moltissime le attività che si possono svolgere e le esperienze da poter far vivere ai vostri piccoli esploratori. E poi, quando arriva la neve e si apre la stagione invernale, la magia dei paesaggi innevati contribuirà a far vivere a tutta la famiglia, ancor di più, una vacanza da favola.

UN SOGGIORNO FORMATO FAMIGLIA

Alpholiday Dolomiti è il family hotel ideale per trascorrere un soggiorno in Val di Sole. Direttamente in hotel troverete guide pronte a darvi consigli e indicazioni: non perdetevi per esempio le passeggiate per ammirare il foliage dai versanti più soleggiati, le fattorie didattiche, il caratteristico Lago di Tovel, o ancora la lunga pista ciclopedonale che si sviluppa per l'intera valle lungo le rive del fiume Noce e la visita al Museo dell'Ape.

Le camere a disposizione sono di diverse tipologie, da quelle tradizionali alle suite per famiglie: il denominatore comune è il comfort, la qualità dei materiali e la tranquillità garantita dall'insonorizzazione.

BENESSERE E BUON CIBO

Il centro benessere vi aspetta per trascorrere momenti di relax con tutta la famiglia, 1.000 m² con:

► Piscina per bambini coperta, riscaldata a 32°C con piccolo parco giochi acquatico.

► Piscina esterna, riscaldata a 33°C raggiungibile dall'interno con sedute idromassaggio.



In acqua con il bebè

► Piscina interna di 95 m² riscaldata a 31°C dotata di percorsi idromassaggio, getti cervicali e ampie vetrate.

Cosa manca per completare la vancanza? Qualche peccato di gola! La cucina vi preparerà piatti sfiziosi e ricchi di tradizione. Massima attenzione è data ai bambini con assistenza tutti i giorni dalle 9 alle 21.30 e con un programma settimanale dedicato.



La camera Family Comfort

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

il Viaggiator Goloso®

IL TUO VIAGGIO NEL MONDO DEL GUSTO



il Viaggiator Goloso® è il frutto di un'attenta e continua ricerca volta ad **offrire sapori autentici e genuini** capaci di soddisfare anche i palati più esigenti. Un'esclusiva linea di **prodotti accuratamente selezionati**, per offrirti il piacere di gustare **l'eccellenza a un prezzo accessibile** e portare sempre la felicità in tavola.

Scopri il Viaggiator Goloso® su **ilviaggiatorgoloso.it**

CHE LA FIABA ABBIA INIZIO!

Provato da noi!

NEL CUORE DI ORTISEI UNA VACANZA DAVVERO SPECIALE



Agata e Lorenzo, nel trionfale ingresso!

di Valentina Valente

Il tempo da passare tutti insieme, quello da passare da soli, quello con attività dedicate ai bambini e il tempo di coppia: ecco il mix vincente che rende una vacanza davvero family friendly. Chi lo dice? È un vero e proprio concept, ideato da Ralph Riffeser, CEO e fondatore del *Cavallino Bianco* di Ortisei, nato non solo dalla sua personale esperienza (quando andava in vacanza con la famiglia non trovava mai ciò che davvero li soddisfacesse tutti) ma dal confronto con un team di psicologi. Ed è tutto ciò che rende questo family hotel così speciale, e pluripremiato. Aggiungiamo poi, che famiglia può voler dire anche mamma single con due figli, come nel mio caso. Ormai da quattro anni viaggio da sola con i miei figli, e la parola magica per me è: facile! Deve essere facile arrivare in un posto, facile gestire i bambini, una di 14 anni e uno di 9, facile rilassarmi un po' anche io. Ecco perché qui mi sono sentita in paradiso, ed ecco i punti di forza che vorrei mettere in luce:

▸ La posizione: nel cuore di Ortisei, da Milano si raggiunge in autostrada, tranne il tratto da Bolzano, che è comunque una strada priva di tornanti e comoda. Con l'auto arrivi davanti all'ingresso, e dopo il check in accedi subito al garage e te la dimentichi. Le valigie te le scaricano loro e le ritrovi subito in camera.

▸ Il servizio e l'attenzione ai clienti: è stato tutto facile grazie all'altissimo livello di servizi, tarati su ogni membro della famiglia. Temevo per la differenza di età dei miei figli: sapevo che il piccolo avrebbe avuto tanto da fare ma la grande? Qui c'è tutto anche per i teen ager (sapete quanto sono esigenti vero?). Un programma giornaliero dettagliato, con tanto di uscite serali in paese per una pizza, tornei di calcetto alla baita, e altre occasioni di socializzazione solo per loro.

▸ Linoland: un vero e proprio mondo per i bambini, dai più piccini, addirittura di pochi mesi, come se fosse un nido, fino ai più grandi. Ambienti pulitissimi e stimolanti, staff aattento e preparato.

▸ Camera spaziosissima e super confortevole dove ognuno ha il suo angolo relax.

▸ La Spa: il vero paradiso per le mamme, ho provato un massaggio ayurvedico alla testa e alle spalle, sono uscita rinata. C'è anche la cabina per le coppie, super romantica, e quella per le piccole principesse, con un letto a forma di cuore per provare qualche trattamento beauty.

Avevo sentito parlare del *Cavallino Bianco* ma l'esperienza dal vivo mi ha lasciato senza parole, il lavoro di tutto il team, la mission di rendere le famiglie coccolate e felici è percepibile in ogni angolo e in ogni attività: la felicità non è mai stata così facile, provare per credere!



Coccolarsi nella SPA!


La piscina con gli scivoli

IL CAVALLINO BIANCO
FAMILY SPA GRAND HOTEL
Via Rezia, 22 - Ortisei
www.cavallinobianco.com


Lorenzo con la mascotte



MUSEUM LEONARDO3

"Entra nella **mente** *del* **Genio"**

TICKET

ACQUISTA I BIGLIETTI

tel. **02 495 199 81**
leonardo3.net

aperto tutti i giorni
9:30-20:00 lun-ven
9:30-21:00 sab, dom & festivi

LEONARDO3 MUSEUM

Il Mondo di Leonardo da Vinci

Piazza della Scala, Milano

CATONI ASSOCIATI



Sostieni con il tuo 5x1000 la ricerca Humanitas

La ricerca Humanitas abbraccia tutti gli ambiti della salute per portare avanti l'obiettivo concreto di diagnosi e cure sempre più efficaci.

5X1000.humanitas.it
Ricerca Sanitaria C.F. 10125410158

HUMANITAS

VACANZE IN FAMIGLIA

UN MONDO DI POSSIBILITÀ ALLO *SCHNEEBERG*!

di Laura Della Badia

Ammettiamolo: quando diventiamo genitori, il modo di vivere le vacanze cambia, perché tra le nostre priorità non c'è più soltanto il relax ma anche il desiderio di regalare ai bambini esperienze nuove e divertimento, vivendo con loro momenti di spensieratezza. Vi racconto allora il nostro soggiorno allo *Schneeberg Family Resort e Spa*, l'hotel in Val Ridanna (Dolomiti) dove i bambini, appena arrivano, ti chiedono già quanto tempo possono rimanere ancora! Sì, perché qui non manca proprio nulla: un'infinità di giochi per loro, una meravigliosa spa per noi e uno scenario naturale che invita alla scoperta della montagna più autentica!

Cominciamo dalle camere: le bellissime family suite appena ristrutturate sono dotate di ogni comfort e hanno anche un'ampia zona living. La camera dei bambini è un gioiellino in cui si rilasseranno dopo le intense giornate di divertimento. E come non divertirsi nell'Acqua Park? Un vero paradiso in ogni stagione (è al coperto), con le sue vasche di diverse altezze, gli scivoli, un castello, piccole casette dei nani e angoli dedicati all'idromassaggio da fare in famiglia! Per Giulia e Valerio è stato un appuntamento quotidiano immancabile! C'è poi l'area giochi adiacente al Miniclub (con assistenza 3-12 anni) con pista go-kart al coperto, un grande impianto "Softplay" con labirinto per salti e cadute, vasche con palline, sala giochi, videogiochi e bowling. Anche in questo caso Giulia e Valerio non si sono risparmiati!

E noi adulti? Ci siamo concessi rigeneranti momenti di relax nella grande area wellness (ben 8000 mq) tra la sauna panoramica (ce ne sono ben 12 diverse!) e una visita alla nuovissima area Adults Only, con mega piscina e zone dedicate al silenzio e al relax. Da non perdere anche la piscina esterna riscaldata a 32°C! Completa l'offerta la pensione completa con una ricca colazione a buffet, pranzo light e la cena comodamente servita al tavolo e la possibilità di cenare anche in pizzeria, per la gioia dei bambini! Ma non potevamo andar via senza aver ammirato lo straordinario paesaggio che circonda l'hotel: proprio dallo Schneeberg partono percorsi semplici anche per i bambini, per ammirare le cascate, per incontrare le mucche e giungere poi alle malghe per uno spuntino a base di prodotti tipici. Chiedete alla reception, perché alcune passeggiate sono organizzate proprio dalle guide dell'hotel.

Come abbiamo salutato lo Schneeberg? Con una promessa: bambini, tranquilli, ritorneremo!


Il Resort


In acqua sullo scivolo!


Valerio e Giulia pronti per la piscina


Relax anche per me!


La nuova area Adults Only


La family suite


Al parco!

SCHNEEBERG FAMILY RESORT & SPA
www.schneeberg.it
Masseria, 22 - Ridanna (BZ)

RELAX CON GUSTO!

LA VACANZA FAMILY FRIENDLY NON ESCLUDE UN PERCORSO ENOGASTROMICO PER MAMMA E PAPÀ!



Chi lo ha detto che in un family hotel non ci sia posto per una cantina innovativa e contemporanea dove le degustazioni di vini importanti hanno luogo in un'atmosfera elegante e raffinata?
È possibile al *Sonnwies*, meraviglioso family resort, che oltre all'attenzione per le esigenze dei piccoli ospiti, non si dimentica di mamma e papà e delle loro passioni. Se tra queste rientra il buon cibo e il buon vino, la coccola per loro è assicurata. Ciò che sorprende e ciò che rende il Sonnwies ancora più speciale ed unico è il ruolo di grande rilievo che giocano la ristorazione e la cantina. Tre membri su cinque della famiglia Hinteregger, (l'hotel è a conduzione famigliare) sono sommelier: la cantina conta più di 700 etichette e circa 17 mila bottiglie. Il grande amore per il nettare di Bacco traspare non solo nei silenziosi luoghi dove riposano le bottiglie, ma anche durante le numerose degustazioni e visite organizzate nelle cantine. Vi accoglieranno pareti di vetro, l'uso sapiente del legno, l'arredo in stile alpin chic, un po' tradizionale, un po' innovativo.
A tavola si è piacevolmente stupiti dalla cucina curata e elaborata: lo chef Willy Larese, da 5 anni ai fornelli del Sonnwies



Hotel Sonnwies in Alto Adige

con la sua brigata di 11 professionisti propone tre menu differenti per deliziare anche i palati più esigenti; i prodotti del menù alpino provengono dalle fattorie nei dintorni di Luson: carne, latte, frutta (le marmellate sono naturalmente fatte in casa) e verdura vengono consegnati freschi ogni giorno. Un menù completamente vegetariano è sempre presente.

HOTEL SONNWIES
Via Ronco, 20 Luson - Alto Adige
www.sonnwies.com

ZAINO IN SPALLA!

SCELTI DA NOI, TRE ZAINI PER AVVENTURE IN FAMIGLIA



PER IL PAPÀ
Tecnico ma versatile nasce come zaino per la montagna ma si adatta a tutte le tipologie dei tuoi viaggi. Step 42, di Rock Experience è compatto e garantisce un'eccellente libertà di movimento.
Su rockexperience.shop



MAMMA E BIMBO
Thule Sapling è lo zaino portabimbo ideale per le passeggiate in natura ma anche per viaggiare. Ha un design modulare, seggiolino lavabile in lavatrice e un supporto per le gambe ergonomico.
Su www.thule.com



PER TUTTA LA FAMIGLIA
Kanken, nella sua versione Art, propone il formato adulto e mini. Questo zaino ormai iconico è da portare con sé in ogni viaggio, per coordinare il look di tutta la famiglia.
Su www.fjallraven.com

Città DA VISITARE

CAPITALI EUROPEE: PERFETTE PER I FINE SETTIMANA AUTUNNALI

In giro con i bambini

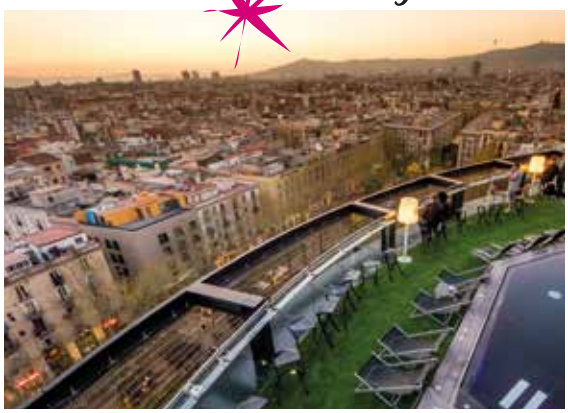
A VIENNA PER I 125 ANNI DELLA RUOTA DEL PRATER

A Vienna si celebra un compleanno d'eccezione: la Ruota Panoramica, nel cuore del parco Prater, compie 125 anni! Un'occasione in più per programmare un fine settimana in questa splendida capitale che offre tanto anche per i bambini. Un esempio? Il Museo interattivo per bambini Zoom, dove i piccoli fino ai 6 anni sono protagonisti. Dove alloggiare? All'Hotel Beethoven Wien, nel cuore del 6° distretto di Mariahilf/Naschmarkt, in una posizione strategica, che permette di visitare tutto ciò che di bello esiste a Vienna. In questo hotel, Barbara, la proprietaria, parla perfettamente l'italiano e conosce tutti gli indirizzi più trendy della città. Tariffe a partire da 100 euro per due persone in camera doppia con una ricca colazione.

info@hotelbeethoven.at - www.hotel-beethoven.at



Fuga romantica in coppia



A BARCELLONA PER GODERE DI UN COCKTAIL CON VISTA

Il panorama più "instagrammabile" di Barcellona si trova sulla Terrazza 360° dell'hotel Barceló Raval: brunch, cocktail, e musica dal vivo nel centro del vivace quartiere Raval, uno dei più trendy e cosmopoliti della città. La Terrazza 360°, situata sul tetto di questo hotel a 4 stelle sulla Rambla del Raval, offre una vista a 360 gradi sullo skyline della città. Di giorno e di notte, la terrazza apre le porte al pubblico locale e agli ospiti dell'hotel. La sua posizione, vicino a luoghi emblematici come Plaza de Cataluña, il Museo d'Arte Contemporanea MACBA e la Cattedrale, fanno della Terrazza 360° una tappa obbligata per chi visita Barcellona in questo periodo dell'anno e vuole contemplare la metropoli dall'alto, vivendo un'esperienza senza precedenti prima di lasciare la città.

www.barcelo.com

I segreti di Lisbona

LA NUOVA GUIDA PER PROGRAMMARE IL VIAGGIO

Lisbona è una città piena di fermento e di contraddizioni, a cui la modernità impone una forte spinta al cambiamento. Ma proprio come ogni altra capitale, anche quella portoghese conserva un'irriducibile capacità di mantenere intatte tradizioni e caratteristiche che, se esplorate, non possono che fare la felicità di qualunque turista. Liliana Navarra, napoletana adottata dal Portogallo, ci mostra una lunga serie di scorci e di attrazioni di Lisbona che non possono mancare nell'itinerario. Dall'iconico Tram 28 all'ospedale delle bambole, dalla bellezza delle stazioni della metropolitana al divertimento assicurato nei container della Village Underground Lisboa: questo libro svela tutti gli aspetti di Lisbona che renderanno il soggiorno indimenticabile. La guida è una novità di Newton Compton Editori.

www.newtoncompton.com



PH. NEXTVOYAGE

TI REGALO UN LIBRO

LIBRI DA LEGGERE, LIBRI DA REGALARE!

A cura di Valentina Valente

Questa rubrica è presente anche sui social su @MILANOMOMS!







Cuore di mamma

Preparate qualche fazzoletto perché questo epistolario strappa più di una lacrima. Anche questo libro è una bella idea regalo, in primis da fare alla vostra mamma, ma anche ad un'amica che lo è diventata da poco. Shaun Usher, scrittore e custode del museo online delle lettere (www.lettersofnote.com), raccoglie una serie di corrispondenze indimenticabili sulle mamme. Un insieme di consigli, vicende biografiche, rimpianti e ringraziamenti. Amore e tante sfumature di sentimenti che derivano dall'essere o dall'avere una madre, missive che celebrano gioia e dolore, saggezza e sacrificio, humor e frustrazione.

MAMME
Shaun Usher
Feltrinelli

Il coraggio di amare se stessi

Avete ricaricato le batterie in vacanza? Bene, allora siete cariche non solo per affrontare l'inizio della routine lavoro, scuola, casa ma anche per dedicare un po' di tempo a voi. Chissà magari proprio sotto l'ombrellone avete capito che c'è qualcosa che non va, che non siete sulla strada giusta. Ecco il libro che può aiutarvi a tirare fuori quello che sospettate, a prendere in mano la vostra vita iniziando un viaggio finalmente verso la meta che voi, e solo voi, desiderate raggiungere. Per essere felici bisogna liberarsi di un sacco di preconcetti e di mostri. Aprite il libro, respirate, e fatevi trasportare (per mano) dalle riflessioni di Maria Beatrice Alonzi.

NON VOGLIO PIÙ PIACERE A TUTTI
Maria Beatrice Alonzi
Vallardi

Per chi ha la dipendenza da libro!

Simpatico e perfetto da regalare, questo piccolo libro a fumetti è uno specchio per chi ama leggere, ovvero ha una vera e propria dipendenza dall'oggetto libro. Vi ritrovate spesso in libreria e lì vi sentite a casa? Vi appaga la vista di una stanza piena di libri? L'accoppiata Tè e buon libro vi sembra il fine settimana migliore che si possa desiderare? E Così tante altre situazioni illustrate da Debbie Tung, fumettista inglese che usa la vita quotidiana come fonte di ispirazione e che, naturalmente, è appassionata di libri.
Sfogliatelo e ditemi se vi riconoscete… io si!

DEBBIE TUNG
Passione libri
Il Castoro

BRITISH COUNCIL

English courses
Age 4-18

Milano | www.britishcouncil.it



Chiusa
Barbiano
Velturno
Villandro

SÜDTIROL

Il vostro inverno dalle mille opportunitá.

Scoprite tutta la gioia di una vacanza sulla neve su **klausen.it.**

