N.12
SETTEMBRE - OTTOBRE 2016
FREE PRESS

# milano MOMS

IDEE, STILI E TENDENZE PER LE MAMME A MILANO



## Back to school!
MODA

## speciale sport
SCEGLI IL PIÙ ADATTO AI TUOI FIGLI

## tecnologia
MOM FRIENDLY

## rientro a scuola
LA POSTURA CORRETTA

## beauty
DOPO L'ESTATE

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

simonetta.it



# EDITORIALE

*di Valentina Valente e Laura Della Badia*




## parole d'ordine: organizzazione e solidarieta' femminile!

In questi ultimi mesi un dolce evento ha rivoluzionato la vita in redazione: la nascita della piccola Giulia! La bimba di Laura ha portato a tutti tanta gioia ed energia e, naturalmente, un po' di trambusto non solo a casa della mamma, che adesso è alle prese con due bimbi, ma anche al lavoro! Ce la faremo? Questa domanda ce la siamo posta un po' smarrite quando abbiamo appreso la felice notizia della gravidanza ma, superata un po' di ansia iniziale, non abbiamo avuto dubbi. Ce l'avremmo fatta, impegnandoci tutte al 1000 x 1000! Laura ha lavorato fino a due giorni prima di partorire, Gaia, la nostra grafica, ha sacrificato tanti weekend estivi (e serate) pur di stare dietro ai nuovi ritmi, ed io, Valentina… beh, ho corso molto più del solito, tenendo in piedi un po' tutto, in attesa che Laura possa rientrare in redazione a pieno ritmo. (E permettetemi un ringraziamento speciale alla mia mamma, la mitica Nonna Lidia, senza il cui aiuto tutto sarebbe stato molto più complicato!). Il messaggio di tutto questo è chiaro! Le donne (di ogni generazione) hanno dentro di sé un'energia positiva fortissima, una capacità organizzativa invidiabile e, soprattutto, sanno fare squadra!! Quindi, a tutte le mamme lavoratrici (e non): forza e coraggio, tutto si può fare, con la giusta organizzazione e un po' di aiuto, certo, perché non dobbiamo affrontare tutto da sole. Non siamo invincibili, ma piene di risorse sì!
Ed eccoci allora con il numero di Settembre, che proprio per tutti questi motivi ci sembra uno dei più belli e ricchi! Iniziamo dallo **Speciale Sport**, dedicato alle attività per i nostri figli, a partire da alcune discipline molto belle ma meno conosciute, come la ginnastica ritmica, a cui abbiamo dedicato un bellissimo articolo. Il filo conduttore di questo numero è il rientro a scuola, ecco allora un focus sulla postura corretta da tenere quando si studia e su un problema, ahinoi, piuttosto comune e indesiderato: i pidocchi!! Vi segnaliamo la soluzione comoda e facile per eliminarli, senza fatica, nel primo centro specializzato a Milano (pag. 43).
Nella sezione dedicata alle storie di mamma, questa volta presentiamo due bei casi di **imprenditoria femminile** (e due servizi utilissimi per le mamme) mentre nella rubrica dedicata ai nuovi nati… non poteva mancare un articolo sull'arrivo di un fratellino o sorellina, con i consigli della psicologa per affrontarlo al meglio!
Come sempre un occhio alla moda, con tanti look studiati per vivere la scuola comodamente ma con stile! E poi abbiamo pensato alla casa, presentandovi alcuni elettrodomestici di ultima generazione, nati proprio per facilitare la vita alle mamme. E ancora, spazio alla **bellezza**, con utili consigli per prenderci cura di noi al rientro dalle vacanze: viso, capelli, corpo, trattamenti efficaci e non invasivi, come i soft peeling (buono sconto a pag. 46).
Ed ora uno sguardo agli eventi: il **19 settembre Hotpoint**, in collaborazione con Fondazione Umberto Veronesi invita mamme e bambini a partecipare ad un laboratorio divertente e didattico, dedicato al mangiare sano. Iscrivetevi subito, l'invito con i dettagli è a pagina 5! Da non perdere anche l'evento di Monnalisa, in collaborazione con Milano MOMS e John Peter Sloan la scuola: il **20 settembre** tutti in boutique per scoprire il guardaroba perfetto imparando l'inglese divertendoci (Invito a pagina 70).
Non dimenticate di iscrivervi alla nostra newsletter e seguiteci anche su Facebook, l'autunno promette tante novità e iniziative!

BUONA LETTURA E BUON RIENTRO!

FOTO: ELISAFOTOGRAFA

# SOMMARIO

















**MOMS STORIES**
6 Lela Dritsa Psarros. Nannuka
8 Eleonora Dellera. Armadio Verde

**FOCUS**
12 Inizia la scuola: qual è la postura corretta?

INSIDE THE CITY

**FACCIAMO FESTA**
16 Fabulous party design

**FOOD & CO**
18 Arriva Halloween

**WE LEARN**
20 La Giocomotiva

**LAVORO**
22 QF: un luogo dove conciliare lavoro e famiglia

**FAMIGLIA**
24 Scuola dei Talenti: un percorso di crescita

**TO DO *BIMBI***
26 Casa Museo Poldi Pezzoli

**SPECIALE SPORT**
30 Ginnastica ritmica
34 Mountain Bike
35 MAS: danza
36 Gonzaga sport center
36 Milanoskating
37 Principessa Dancing School
38 S.é.C Sport & Health Club
38 Eclectika: yoga, danza, teatro
39 Sesto Ritmic Dreams
39 Kids United

**MANGIAMO FUORI**
41 Pollicino

**BACK TO SCHOOL/ PROBLEM SOLVING**
43 I pidocchi, aiuto!
44 Smacchiatori alleati delle mamme

**BEAUTY**
46 Soft peeling
48 Prendiamoci cura della pelle ipersensibile
50 Le fate chic
51 Capelli

**IN FARMACIA**
52 News, servizi e prodotti

**9 MESI**
55 Le kelly Photography

**NEW BORN**
56 Arriva un fratellino!
58 Il tuo piccolo sempre sott'occhio!

**FAMILY ZOO**
60 Benessere a 4 zampe

**GIOCATTOLI**
62 Imparare giocando

**SPECIALE ELETTRODOMESTICI**
64 Mamme, ecco la lavatrice rivoluzionaria
67 Pasti nutrienti per il tuo bimbo
68 Tecnologia mom friendly

MODA
71 **BACK TO SCHOOL**

OUTSIDE THE CITY
81 Villa Reale di Monza





**In copertina.** YASMIN. Blusa, **Gusella**; gonna, **Prenatal**; basco, vintage; calze in cotone, **Gallo**; scarpe, **Chicco**; libro, da **Unduetrestella**; palle da basket, vintage.
**Baby model:** Agenzia Moda Modà
**Foto:** Jaime Londoño
**Stylist:** Ilaria Remezzano
**Make up and hair stylist:** Matilde Davolio
**Location:** palestra del Gonzaga Sport Club


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

**Direttore responsabile**
LAURA DELLA BADIA

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

**Redazione**
redazione@milanomoms.it

**Progetto grafico e direzione artistica**
GAIA AVALLONE
g.avallone@milanomoms.it

**Marketing e Pubblicità**
CECILIA ZOPPOLA
marketing@milanomoms.it

Ha collaborato: Fabiola Badami

**Proprietario ed editore**
MILANO MOMS S.R.L.
Via Settembrini,17 Milano
P.IVA 09027230961

**Stampa**
Pinelli Printing S.r.l.
via Redipuglia, 9
20060 Gessate (MI)

**Distribuzione**
Milano MOMS

Milano MOMS è una free press distribuita in ludoteche, scuole, teatri, centri medici, centri sportivi, negozi e locali selezionati a Milano.
Per l'elenco completo contattaci.

ultimatecollection

Hotpoint

**HOTPOINT**
**TI INVITA AL LABORATORIO DIDATTICO**
**“BIMBI IN CUCINA, MAMME IN CLASSE”**

in collaborazione con Fondazione Umberto Veronesi

Mentre i bambini cucinano merende e colazioni salutari, le mamme imparano tante semplici regole per mettere in tavola piatti gustosissimi ma che fanno bene a tutti, grandi e piccoli.
Le biologhe-nutrizioniste della Fondazione Umberto Veronesi, Elena Dogliotti e Melissa Finali intratterranno mamme e bambini spiegando loro come una sana alimentazione fin da piccoli serve a mantenersi in buona salute.
Grazie poi al supporto dei piccoli elettrodomestici della nuova collezione Ultimate di Hotpoint, mangiare sano sarà ancora più semplice.

**Vieni a trovarci lunedì 19 settembre 2016, alle ore 17.15**
**presso InKitchen, via Adige 9 – Milano**

Per partecipare al laboratorio è necessario iscriversi chiamando Ketchum
al numero **02 624 11 965** oppure
scrivendo a **noemi.fulli@ketchum.com**



**ALTA QUALITÀ DEI MATERIALI, DESIGN MODERNO E PERFORMANCE STRAORDINARIE. ULTIMATE COLLECTION È LA GAMMA INNOVATIVA E TECNOLOGICAMENTE AVANZATA DI HOTPOINT PENSATA E PROGETTATA PER CONSENTIRE LA MASSIMA LIBERTÀ DI ESPRESSIONE IN CUCINA. UNA LINEA RIVOLUZIONARIA E INNOVATIVA PER PRESTAZIONI MIGLIORATE E RISULTATI EFFICACI E GARANTITI. GRAZIE AD UNA VASTA GAMMA DI FUNZIONI PERSONALIZZATE CHE PERMETTONO UN CONTROLLO TOTALE E FLESSIBILE, I PRODOTTI ULTIMATE COLLECTION PERMETTONO DI ESPRIMERE PASSIONE AL MEGLIO, OTTENENDO I RISULTATI DESIDERATI.**



# Tre mamme, un'idea per tutte

## La babysitter giusta la trovate online con Nannuka

*di Valentina Valente*

Ogni mamma lo sa, tra le cose più importanti, a volte fonte di ansia, c'è la ricerca della persona a cui affidare i propri bambini. Se poi si è neo-mamme, la faccenda si fa ancora più seria e a ragione, dato che la babysitter dovrà dare serenità ai genitori alle prime armi, essere competente, fidata.
Spesso ci si affida al passaparola, ma a volte non basta. Per non parlare delle situazioni in cui la vecchia tata comunica con scarsissimo preavviso che tornerà nel paese di origine. Ne parliamo con Lela Dritsa Psarros, fondatrice insieme ad altre mamme di Nannuka, un servizio che, dopo due anni di successo in Grecia e più di 20.000 iscritti, fa il suo ingresso nel mercato italiano. La prima città ad attivare il servizio è proprio Milano!

**Cosa significa "Nannuka"?**
È un nome di fantasia che unisce la parola "nanny", tata in inglese, con la parola che in greco significa nonna. Il connubio non è casuale, richiama la professionalità di una tata esperta e l'affetto che solo una nonna sa elargire: ecco i due ingredienti fondamentali per prendersi cura al meglio di un bambino. Ed ecco perché lo abbiamo scelto per connotare il nostro servizio online, che connette famiglie e assistenti all'infanzia in Europa.

**Da dove nasce l'idea?**
È un'idea di tre mom-preneurs, io, Natalie Levi e Catherine Lambrou. Abbiamo trasformato l'esigenza personale di trovare babysitter affidabili per i nostri figli in un servizio utile per tutte le mamme, ben consapevoli di quanto sia importante questa scelta. L'obiettivo è stato anche quello di studiare il servizio in modo che fosse affidabile e semplice, sulla base delle nostre esperienze, per agevolare i genitori in questo compito. Crediamo fermamente che bambini felici crescano da genitori sereni, con un buon equilibrio fra vita professionale, privata e familiare. E quale modo migliore di esserlo se non potendo contare sull'aiuto di babysitter, che si prendano cura dei loro figli in modo professionale, responsabile, con amore e creatività?

**In cosa consiste il servizio e come funziona?**
Nannuka non è un semplice database di contatti, è un luogo virtuale dove la domanda e l'offerta di genitori e di babysitter si incontrano in modo chiaro, efficace e proficuo. Non solo babysitter ma anche tate, educatrici, insegnanti private, pedagogisti, puericultrici. Il funzionamento è molto semplice, i genitori si iscrivono e possono definire, attraverso una ricerca per campi, il profilo che stanno cercando. La ricerca è molto accurata e mira a fornire subito i profili più in linea, che i genitori possono contattare direttamente. In alternativa, possono postare un annuncio di lavoro ed attendere le candidature. Per contro le babysitter e le altre figure professionali possono a loro volta iscriversi, proporsi

ai genitori o rispondere agli annunci. Se il genitore individua la babysitter che gli interessa incontrare richiede il contatto, a cui accederà dopo aver versato una quota. Si possono comprare pacchetti di contatti. **Nel mese di settembre il servizio è gratuito.**

**Come vengono selezionate le babysitter?**
Questo aspetto è fondamentale. C'è uno screening molto attento sui profili, che vengono validati dal personale di Nannuka solo dopo accurate verifiche (documenti, diplomi, esperienze) e anche tramite un colloquio diretto. La validazione richiede anche alle persone che si candidano alcune referenze, che vengono verificate telefonicamente. Questa attenzione alla sicurezza distingue il nostro servizio, pensato da genitori per altri genitori.
Inoltre vogliamo implementare un sistema di rating attraverso il quale i genitori possono "recensire" le tate, aiutando così altre mamme e papà nella scelta!

**Quali gli altri punti di forza?**
Ugualmente importante per Nannuka è il servizio clienti. Un supporto qualificato a disposizione dei genitori, realmente lì per rispondere a qualsiasi richiesta durante l'uso del servizio, dall'aiuto nella registrazione all'assistenza nella ricerca. Nessun messaggio registrato, nessun call center impersonale, una persona a disposizione delle esigenze di mamme e papà.



**LELA DRITSA PSARROS**
UNA DELLE FONDATRICI DI NANNUKA.
NELLA PAGINA ACCANTO, LELA CON
LE ALTRE PARTNER: NATALIE LEVI
E CATHERINE LAMBROU

**Quali tipologie di personale sono presenti?**
Come ho accennato prima, l'offerta spazia dalle classiche babysitter (full time o part time), eventualmente anche addette alla cura della casa, alle tate e alle babysitter "creative", ovvero in grado di intrattenere i bambini con particolari attività perché qualificate per farlo, ad esempio con il teatro, la musica, le lingue straniere, ecc. Vi sono poi le puericultrici e le insegnanti che aiutano nei compiti e danno lezioni private. Infine, ci sono tate per l'estate o per i viaggi, spesso richieste solo per alcuni periodi specifici.

**Esiste anche assistenza per chi ha bambini diversamente abili o con particolari esigenze?**
Si, questa è una categoria a sé, sono dei pedagogisti professionisti, in grado di occuparsi di bambini con bisogni educativi speciali, con disabilità sia a livello motorio che mentale. Naturalmente in questi casi lo screening sulle competenze richieste è ancora più importante e accurato.




la home page del sito per accedere al servizio




il simpatico messaggio promozionale

**Cosa succede quando un genitore ha trovato la persona adatta?**
Da quel momento in poi tutto viene gestito in autonomia dai diretti interessati, che si metteranno in contatto, concorderanno tariffe, orari, assunzione, ecc.

**Il servizio è attivo solo a Milano?**
Nannuka ha in programma di estendere il servizio alle maggiori città d'Italia entro fine anno.

**NANNUKA**
IMPACT HUB MILANO VIA PAOLO SARPI, 8
TEL. 02.87368960
CIAO@NANNUKA.COM
WWW.NANNUKA.COM



# Armadio troppo pieno?

## L'idea di Eleonora per gestire il guardaroba dei nostri bimbi

*di Valentina Valente*

Quando si dice che ogni mamma ha uno spiccato senso di problem solving, non è un caso. E quando si dice che proprio da questa attitudine nascono le migliori idee imprenditoriali, è altrettanto provato. Ecco la storia di Armadio Verde, un'azienda in forte crescita nata dall'idea e dalla domanda di una mamma: cosa fare di tutti i vestitini che i nostri figli non mettono più, ma che sono ancora in perfetto stato? Abbiamo incontrato la fondatrice Eleonora Dellera, che ci racconta ogni dettaglio di questo servizio.

**Quanto ha influito il tuo essere mamma nell'ideazione di Armadio Verde?**

Con la nascita dei miei figli Virginia e Umberto di 6 e 4 anni è nato anche Armadio Verde, per la precisione nel 2011, un anno dopo la nascita della mia bambina. Mi sono trovata fin da subito a fare i conti con un guardaroba pieno di vestiti acquistati o regalati spesso ancora nuovi, o come nuovi, che rimanevano lì inutilizzati ad ingombrare spazio. Li avrei riutilizzati per un altro figlio? Spesso questo non si può fare e per me è stato proprio così, nonostante infatti i miei bambini siano nati per puro caso esattamente lo stesso giorno, sesso e corporatura diversi non mi hanno consentito un grande riciclo. Come fare a ridare valore ad acquisti fatti e mettere ordine al baby guardaroba? Con l'aiuto di mio marito David, founder insieme a me e oggi Ceo di Armadio Verde, abbiamo iniziato un'analisi del mercato second hand. Esistevano i classici mercatini che funzionano con il conto deposito (metodo lento e sicuramente meno conveniente dello swap/scambio) e stava iniziando la moda degli swap party, incontri organizzati dalle mamme finalizzati allo scambio, su ispirazione di modelli esteri, ma erano idee ancora in fase embrionale. Con Armadio Verde abbiamo intercettato un bisogno di tutte le mamme ovvero risparmiare ridando valore ad acquisti fatti, utilizzati pochissimo.

**Spieghiamo bene come funziona il servizio.**

Il servizio di scambio offerto da Armadio Verde è davvero facile e comodo perchè totalmente a domicilio. Come prima cosa ci si iscrive al sito www.armadioverde.it, poi, con un semplice click, si richiede una busta che arriva a casa in 1-2 giorni. Si mettono i vestiti che si vogliono scambiare nella busta, che devono essere senza alcun difetto e in perfette condizioni, nuovi o *gently used*. A questo punto si accede al sito dove si prenota il ritiro da parte del

corriere che passerà nel giorno, luogo e fascia oraria indicati. Non appena i vestiti arrivano al nostro centro logistico, arriva una email alla mamma che la avvisa del credito che ha guadagnato. Il credito è misurato in stelline che sono la moneta di scambio del marketplace e sono assegnate in automatico dal sistema in base a tre parametri: marca, taglia e tipologia. Da questo momento la mamma accede alla collezione di vestiti Armadio Verde e sceglie tutto ciò che le piace pagando solo il puro costo del servizio offerto che è di 5 euro. 5 euro per una giacca firmata, 5 euro per una t-shirt trendy, questo perchè si paga il servizio e non il vestito che viene scambiato utilizzando le stelline guadagnate inviando capi che non si utilizzano.

**Si può anche solo acquistare?**
Sì, come fosse un normale e-commerce. Questo permette, per esempio, alle mamme in attesa che non hanno ancora vestiti da scambiare di poter accedere alla collezione. Chi avesse finito le stelline può comunque acquistare altri capi prima di accumulare altre stelline. C'è anche chi inizia ad utilizzare Armadio Verde acquistando per poi passare nel tempo allo swap.

**Che cosa rende Armadio Verde innovativo?**
Non parliamo mai di capi usati, ci siamo voluti slegare dal concetto di mercatino dell'usato che spesso viene associato a prodotto di serie B. Armadio Verde ha puntato fin da subito sulla qualità: i vestiti arrivano a casa in buste chiuse, ben piegati, con il nostro cartellino, la busta è profumata di talco-frutta, una fragranza creata apposta per il guardaroba delicato dei bambini. Ecco i plus:
• non devi aspettare che i tuoi capi siano venduti per avere un credito da spendere, noi diamo subito il credito e se anche i tuoi vestiti non saranno mai acquistati non importa;





**ELEONORA DELLERA**
FONDATRICE DI ARMADIO VERDE
E MAMMA DI VIRGINIA, 6 ANNI
E UMBERTO, 4 ANNI.

• puoi inviarci sempre durante tutto l'anno capi sia estivi che invernali e non apportiamo un ricarico in termini di stelline ai capi che andiamo a pubblicare online, quindi le stelline ti consentono di scambiare alla pari.
Se lo scopo della mamma non è quello di monetizzare ma di convertire equamente vestito con vestito, Armadio Verde è il posto giusto.

**Qual è l'aspetto più apprezzato del vostro servizio?**
Ci sono tante qualità legate al servizio offerto, potrei dirti che abbiamo identificato tre tipi di mamme: le *mamme "fashion"*, adorano la dinamicità del sito, sanno che ogni giorno vengono pubblicati nuovi capi, tutti pezzi unici, a volte brand di nicchia, capi di marchi che non si trovano Italia. Per esempio ci è capitato di avere dei kimono giapponesi da bimbo originali, sono andati a ruba! Oppure, abiti vintage, confezioni sartoriali. Le *mamme attente al risparmio*, che valutano la possibilità di avere un armadio sempre aggiornato con tutto ciò che serve e con il miglior rapporto qualità/prezzo.
Le *mamme green*, che amano comprare bene, per poi scambiare e avere così un doppio beneficio. Per ognuna di queste vale la comodità del servizio, veloce e a domicilio, spediamo in tutta Italia con corriere in 24-48 ore. Ogni prodotto, oltre a riportare la taglia e la composizione del tessuto, viene anche misurato dal nostro team qualità, per limitare l'errore di acquisto. Se poi la mamma si sbagliasse e per qualsiasi motivo volesse rendere un capo, lo può fare e verrà rimborsata per sceglierne un altro.



**Come riesci a districarti tra gli impegni e la tua vita di mamma?**
Dar vita ad una start-up mi ha messo a dura prova, la strada per arrivare ad oggi è stata molto più faticosa di come mi immaginassi. Non è per nulla facile conciliare il lavoro con l'essere mamma, di due bambini così piccoli per di più! Bisogna essere davvero molto organizzati per riuscire a trovare un attimo anche per sé! Oggi che l'azienda è organizzata, lavoro con validi professionisti dai quali imparo tantissimo ogni giorno, è una cosa molto stimolante e sono tornata ad avere dei ritmi "normali".

**Che progetti hai per Armadio Verde?**
Dopo averlo consolidato in Italia, il progetto ci vede tutti (mi sento di parlare a nome di tutto il team) concentrati sull'espansione all'estero. Grazie all'ingresso di importanti fondi di investimento che hanno creduto nel modello di business diventare grandi è possibile. Oggi in Armadio Verde mi occupo di Brand e Comunicazione, credo che ogni azienda in crescita debba mantenere un'anima, una memoria di ciò che è stata e di ciò che vuole essere.

**ARMADIO VERDE**
WWW.ARMADIOVERDE.IT
FACEBOOK: ARMADIOVERDE
TWITTER:@ARMADIOVERDE

# MONNALISA




monnalisa.eu



# Inizia la scuola
## Qual è la postura corretta?

*di Laura Della Badia*

Sta per iniziare un nuovo anno scolastico e come sempre gli studenti troveranno ad attenderli **zaini pesanti e sedie rigide e statiche**, sulle quali passeranno molte ore. Tanti genitori sono preoccupati che queste posture scorrette e il peso che devono trasportare ogni giorno possano provocare disturbi e dolore alla schiena, se non danni veri e propri ai loro figli. Fanno bene o male a preoccuparsi? Le statistiche dicono che **5-6 adolescenti su 10 hanno sofferto una o più volte di mal di schiena**. Quindi è giusto tenere conto di questo problema, soprattutto in questo periodo. Posture statiche o comunque forzate in posizioni non corrette, il peso dello zaino caricato sulle spalle per periodi prolungati, le lunghe ore passate fermi su banchi e sedie di scuola che raramente possono definirsi ergonomici ed una scarsa attività fisica possono causare mal di schiena, disturbi muscolo scheletrici e dolore alla cervicale nei ragazzi. In che modo è possibile evitare che la scuola incida negativamente su questi aspetti?
Il movimento è indispensabile in quanto antidoto principale alla comparsa del mal di schiena e di eventuali problemi muscolo scheletrici nei bambini. **L'attività fisica regolare è la prima e più importante forma di prevenzione** insieme ad alcune attenzioni nel comportamento quotidiano, che aiutano a vivere meglio le ore scolastiche e quelle di studio e svago, che spesso i ragazzi passano in sedentarietà davanti alla televisione o al computer. Ma due ore alla settimana di ginnastica non sono sufficienti. Attività come correre nei prati, arrampicarsi sugli alberi, giocare a palla sviluppano le capacità motorie e coordinative. Le nuove generazioni purtroppo, non sempre possono fare queste esperienze. I ragazzi passano molte ore seduti fermi al computer, a studiare e davanti alla televisione, costringendo il proprio corpo in posizioni statiche prolungate. A questo punto è necessario trovare una soluzione diversa: **continuare a mantenere il corpo in movimento anche da seduti**. Ecco allora il concetto di base di **Varier Variable** e di **tutte le sedute Balans**: rispettano la tendenza naturale del corpo a muoversi e lo mantengono nella sua postura più naturale. In questo modo, i muscoli restano attivi e meno tesi, devono "lavorare" e vengono quindi rafforzati. La respirazione viene potenziata e la circolazione del sangue migliorata, aumentando la concentrazione ed il benessere generale.



*La vita è come andare in bicicletta, se vuoi stare in equilibrio, devi muoverti.* [cit. A. Einstein]

La funzionalità delle sedie Varier è basata proprio sull'equilibrio. **Il movimento oscillatorio della sedia imprime una forza al corpo, che per contrastarla e trovare la posizione di equilibrio deve applicare una forza uguale e contraria**. Per questo motivo il corpo è sempre in movimento, i muscoli sono impercettibilmente stimolati ad un lavoro continuo, che contribuisce a rinforzarli e irrobustirli. Definiamo il nostro tipo di seduta 'attiva', perché è la persona che prende il controllo della sua posizione di seduta e non subisce invece le costrizioni di una sedia 'passiva'.

**Perché è così importante imparare sin da piccoli ad avere una postura corretta?**

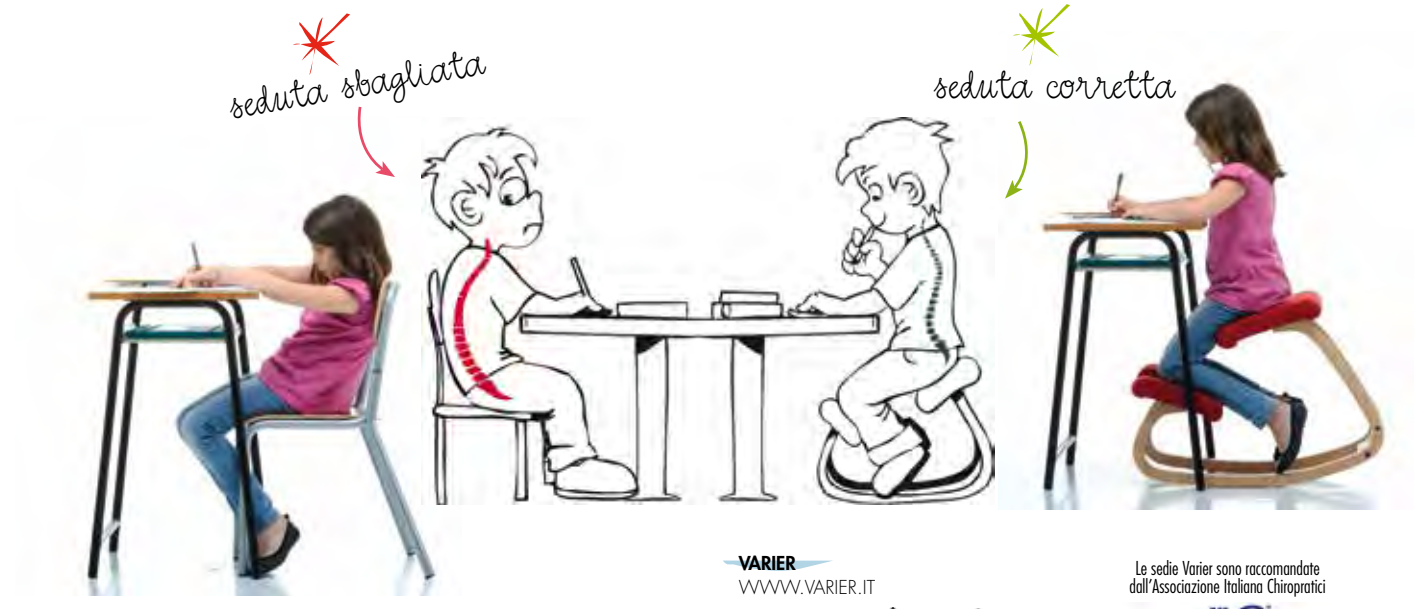
Il tipo di postura che assumiamo è indicativo del modo di rapportarci allo spazio, le persone e gli oggetti che lo circondano. L'atteggiamento posturale dà indicazioni sia sulla salute fisica che sullo stato emotivo di una persona, descrive l'organismo nella sua interezza, la consapevolezza del proprio corpo e la capacità di stare in equilibrio.
Stimolare nei bambini l'attenzione sul come si muove il loro corpo e come lavora la loro colonna vertebrale, promuove atteggiamenti positivi e una maggiore facilità ad assumere una corretta postura, rispondendo in maniera opportuna alle sollecitazioni interne ed esterne. Una posizione di seduta statica, con gambe a 90° rispetto al tronco, che obbliga a seguire la forma della sedia, invece di muoversi liberamente, a lungo andare può risultare dannosa per lo sviluppo della schiena ed esporre al rischio di mal di schiena, immediato o futuro.
**Fin dai 6 o 7 anni possono manifestarsi i primi dolori**: le cause del mal di schiena possono essere diverse, ma una postura scorretta mantenuta a lungo, è fra le principali fonti di dolore alla colonna vertebrale.

**Come si può contrastare il rischio di problematiche alla schiena nei bambini?**

Se i vostri figli cercano di muoversi sulla sedia, non riescono a stare seduti fermi per più di 20 minuti, oppure mentre studiano o guardano la televisione assumono strane posizioni... stanno facendo la cosa giusta: la colonna vertebrale è progettata per il movimento e il fatto di tenerla ferma nella stessa posizione per un periodo prolungato la danneggia. **I bambini che si muovono molto sono quelli che, senza rendersene conto, danno sollievo alla loro schiena**. Preoccupatevi piuttosto quando, magari giocando ad un videogioco, rimangono fermi per più di mezz'ora, con la schiena incurvata in avanti ed il collo proteso. Non esiste uno standard assoluto di postura corretta. La chiave del benessere della schiena è la possibilità di modificare liberamente la propria posizione sulla sedia; è quindi sempre preferibile non cercare di mantenere per ore una posizione, ma modificarla spesso.



Varier Variable, come indica il suo nome, offre molti modi di variare la posizione di seduta. Appoggiare le ginocchia è solo uno dei modi di sedersi: è possibile per esempio dare alle gambe maggiore libertà di muoversi, alternando l'appoggio dei piedi a terra, con la posizione con le ginocchia appoggiate. L'uso dello schienale, inoltre, permette di sostenere la schiena mentre ci si rilassa all'indietro, per riposare e rilassare la muscolatura.
È fondamentale che i bambini imparino fin da piccoli quali siano le posizioni corrette da mantenere quando sono seduti e quelle da evitare, i movimenti che li fanno stare bene e quelli sbagliati. I bambini vanno sempre stimolati a muoversi, a giocare all'aperto, a praticare sport e a seguire un regime alimentare equilibrato.
Variable non è solo una sedia, è l'inizio di un percorso che coinvolge tutta la famiglia, fatto di movimento e attività fisica all'aperto, ma anche quando si è seduti insieme a casa.




VARIER
WWW.VARIER.IT

varier

Le sedie Varier sono raccomandate dall'Associazione Italiana Chiropratici

ASSOCIAZIONE ITALIANA CHIROPRATICI



# OGNI FESTA DIVENTA UNO SPETTACOLO

## SPAZIO DEDICATO AI GENITORI, DOVE RILASSARSI

# VIVI L'AVVENTURA E AFFRONTA LE MISSIONI!

## PERSONALIZZAZIONE DEGLI EVENTI

**FESTAVVENTURA**

VIVI LA TUA FANTASIA

**È uno SPAZIO POLIFUNZIONALE pensato per accogliere eventi personalizzati dedicati ai bambini... ma anche ai più grandi. Trasformiamo ogni festa in un'avventura indimenticabile, grazie a bellissime ambientazioni a tema, come quella ispirata alla giungla o al galeone spagnolo e ad uno staff di animatori provenienti dal mondo del teatro!**

**TUFFATI NEL NOSTRO MONDO E VIVI CON I TUOI AMICI UNA FESTA UNICA!**



ADVERTISING | GAIA AVALLONE

**VIA ZURETTI 47/A -TEL. 02.89452485**

**WWW.FESTAVVENTURA.IT - INFO@FESTAVVENTURA.IT** **FESTAVVENTURA**

# INSIDE THE CITY






# FABULOUS PARTY DESIGN

## IL TUO PARTY KIT ON DEMAND, DIRETTAMENTE A CASA CON ACCESSORI SUPER ORIGINALI!



### Occhio al sito!

**È sempre ricco di consigli e idee, come la sezione tutta dedicata al Do it Yourself che appassionerà molte mamme sicuramente! Un ultimo consiglio…volete gestire al meglio la vostra lista regalo e far felici ospiti e festeggiati? Andate alla sezione "Lista regalo" del sito e seguite le istruzioni…**



MARINA SICILIANO

fantasia e colori

Un mondo di idee dedicato alla tua festa di compleanno, **da ricevere a casa pronto all'uso**, è questo, in sintesi, Fabulous Party Design. Tutto nasce dalla mente creativa di Fabrizia Gullotta, una giovane e dinamica ragazza catanese, trapiantata a Milano, che, nel 2015, decide di abbandonare la sua professione di commercialista per dedicarsi alla sua passione per il mondo delle feste e "del bello", come lo definisce lei stessa. Mamma di due bimbi, si cimenta inizialmente nelle feste di compleanno per loro e diventa presto un punto di riferimento per altre mamme. L'idea iniziale punta su tre **kit party** di base, che le mamme possono ordinare e ricevere comodamente a casa: il kit baby shower, il kit principessa e quello a tema pirati. Le richieste sempre più personalizzate portano Fabrizia a spingersi verso un servizio on demand. Infatti, oggi, è possibile ordinare un kit festa sulla base di esigenze specifiche: i personaggi più amati, un colore preferito, un tema molto speciale, grazie alla collaborazione con l'illustratrice Valentina Indelicato. Fabrizia saprà dare, per ogni occasione, consigli e idee fresche e nuove.

**Cosa contiene il kit?** L'offerta è modulare, in base alle esigenze, e può comprendere wrapper per muffin, scatolette per patatine o altro, tag con stecchino per panini o dolcetti, etichette adesive per bottigliette, cannucce di carta, tag per le cannucce, mini menu, tag adesivi per bicchieri, quadretto con la scritta Happy Birthday. Il kit completo prevede anche piatti di carta, bicchieri, forchette di legno, tovagliolini, contenitori per forchette e cannucce, runner per il tavolo. Si parte da un costo di 100 euro.

Il valore aggiunto di queste proposte è senza dubbio **la comodità di ricevere tutto a casa**. Fabrizia lavora con mamme di tutta Italia! A Milano, su richiesta, può anche allestire lei in prima persona la location, sollevando completamente le mamme da ogni "fatica"!

Il mondo di Fabulous Party Design è fatto di un network infinito di creative appassionate, che di volta in volta mettono a disposizione la loro arte con **accessori originalissimi**, come gli origami di Kamido_missmolly, le creazioni sartoriali di Dodò Tetè o ancora le idee all'uncinetto di Il mondo di Ami e molti altri!

**FABULOUS PARTY DESIGN**
TEL. 340.8686149 - FABULOUS2917@GMAIL.COM
WWW.FABULOUSPARTYDESIGN.COM


sarabanda
sarabanda.it

# ARRIVA HALLOWEEN

## PREPARIAMO UN CENTROTAVOLA DOLCE… E MOSTRUOSO!

*a cura di Elena Zanotto, Il Mondo di Bu*

Abbiamo chiesto ad Elena Zanotto (Il Mondo di Bu) di insegnarci qualcosa di speciale per Halloween, da fare con la mamma, la nonna, gli amichetti a casa. Proviamo insieme questa ricetta che unisce il profumo dei biscotti a quello meraviglioso dei fiori? Pronti per stupire tutti alla festa di Halloween?

### STEP BY STEP



**1**

**Scava la tua zucca!**





**2**

**Prepara i biscotti mostruosi e mettili su uno stecchino**

**3**

**Riempi la zucca di fiori e qua e là inserisci anche i biscotti!**



**Il Mondo di Bu** è un luogo magico in cui i bambini possono scoprire il valore affettivo, educativo e giocoso del cucinare insieme, imparare da dove arrivano gli ingredienti, conoscere la storia di una ricetta. Trasformandosi in veri e propri chef imparano che cucinare è una cosa importante che rende immensamente felici.



**ELENA ZANOTTO**
IL MONDO DI BU

FOTO JESSICA SPEZIALE PHOTOGRAPHER

## Ricetta per i biscotti

**INGREDIENTI:**
***150 gr di burro***
***150 gr di zucchero di canna***
***2 uova, 300 gr di farina***
***pasta di zucchero colorata***
***stuzzicadenti lunghi***
***Formine taglia biscotti a forma di pipistrello, zucca, stella, fantasmino, gatto nero!***

**Impasta lo zucchero insieme al burro. Aggiungi le uova e incorpora la farina. Lavora poco l'impasto rendendolo morbido e liscio. Fallo riposare, avvolto nella pellicola, in frigorifero per circa 2 ore. Dopodiché stendilo con il mattarello e ritaglia i tuoi biscotti, non troppo sottili. Inserisci lo stuzzicadenti alla base del biscotto, come fosse un lollipop, e inforna per circa 10-12 minuti a 180 gradi. Decorali con la pasta di zucchero.**

## La composizione centrotavola

**MATERIALE:**
***1 zucca di piccole dimensioni***
***1 spugna da fiorista***
***fiori recisi, una piccola caraffa d'acqua***

**Scava la tua piccola zucca, inserisci la spugna da fiorista e bagnala leggermente con dell'acqua. Disponi i fiori al suo interno, cercando di affondare bene gli steli. Dopo aver fatto raffreddare i biscotti disponili tra i fiori, infilando lo stuzzicadenti nella spugna e facendoli fare capolino tra il verde. E voilà ecco il centrotavola finito e pronto per stupire gli ospiti! Bello da vedere… e da gustare!**

**IL MONDO DI BU**
TEL. 345.0324505
SCRIVIMI@ILMONDODIBU.IT
WWW.ILMONDODIBU.IT

FGPLUS.com



# Pensa al *look*, MOLLA IL CHEAP e vivi *green*.

**Bimbi vestiti con un tocco chic da una mamma che rispetta l'ambiente? Basta scambiare.**
Scopri un modo cool per vestire i tuoi figli. Scegli fra migliaia di capi di qualità, attentamente controllati e delle migliori marche che puoi avere in cambio dei vestiti che i tuoi bambini non usano più.
Chi scambia veste bene, risparmia e non spreca.

**SCOPRI. SCEGLI. SCAMBIA.**

ARMADIO**VERDE**.IT

# LA GIOCOMOTIVA

## CRESCERE E SCOPRIRE IL MONDO GRAZIE ALLE INTELLIGENZE MULTIPLE

*di Fabiola Badami*

"Chissà come sta giocando, se ha mangiato, quanto ha dormito". Classici pensieri da genitori lontani dai loro piccoli. A queste domande La Giocomotiva risponde quotidianamente **tramite app**. Ed è una delle tecnologie sposate dagli asili nido e scuole dell'infanzia nati da un'idea di Giuseppe Bilancioni, pedagogista, e Patrizia Cascella, scenografa.

Ogni giorno, mamme e papà con un touch sanno cosa mangiano i loro piccoli, come giocano e quanto riposano.

"È il minimo che potessimo fare, bisogna adeguarsi alla tecnologia, abbiamo un pubblico di genitori moderni", precisa Bilancioni.
Tre sedi a Milano. Pur guardando con rispetto metodi educativi che hanno alle spalle più di cento anni di storia, i fondatori hanno voluto puntare sulla teoria della **Intelligenze Multiple** concepita negli anni Ottanta da Howard Gardner, psicologo e docente alla Harvard University. "L'abbiamo scelta perché la riteniamo democratica e rivoluzionaria", spiega Giuseppe. "Troppi approcci si basano sul quoziente di intelligenza che è omologante e predittivo del successo scolastico. Questa teoria no. Stimolare e osservare le **intelligenze multiple** di un bambino vuol dire aprirgli più strade per raggiungere un obiettivo". Nel concreto cosa succede? Ogni giorno viene proposto un gioco che sollecita una delle nove intelligenze: linguistica, musicale, logico-matematica, spaziale, corporeo-cinestetica, intrapersonale, interpersonale, naturalistica ed esistenziale. A garantire la qualità del modus operandi, non solo un team attento e preparato, ma spazi arredati con mobili disegnati su misura. Durante le attività i piccoli vengono osservati dagli educatori e le informazioni sono poi riportate nel **portfolio**, un **report digitale** che i genitori ricevono trimestralmente, grazie al quale conoscere le propensioni dei piccoli.
L'inglese? Non manca, *of course*, con insegnanti madrelingua.
"Benessere dei piccoli per noi significa anche avere cura della loro alimentazione", racconta Patrizia. "I **menu sono studiati da esperti nutrizionisti** e per noi legumi e frutta fresca sono due must".









Tutte le sedi hanno la cucina interna e si usano soprattutto prodotti provenienti da agricoltura biologica.

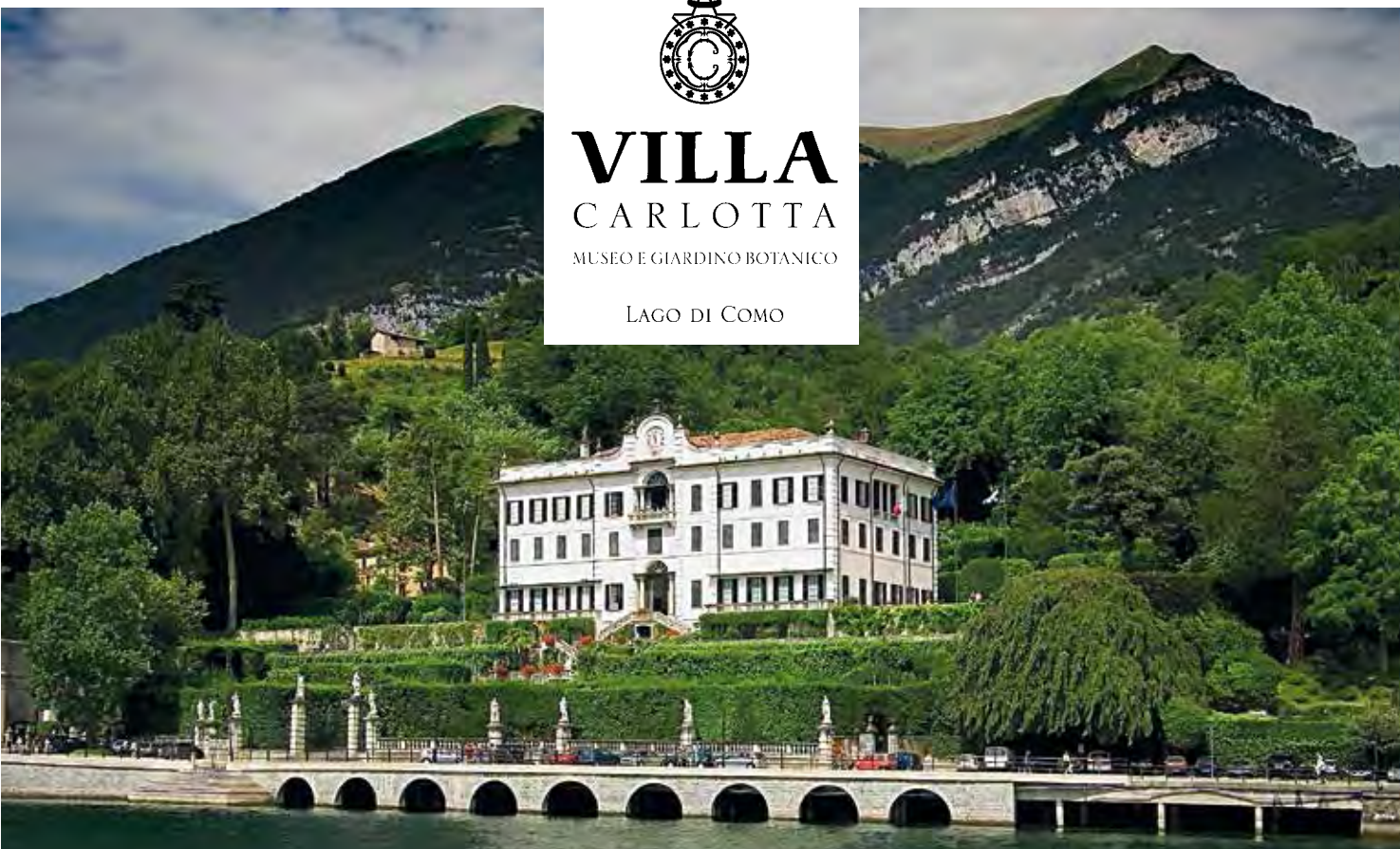
In più, ogni scuola ha il suo piccolo orto e *in particolare quella di via Zocchi vanta uno spazio di circa mezzo ettaro. "Essere creativi* significa in primo luogo fare qualcosa di insolito", scriveva Howard Gardner. "D'altra parte, per quanto insolita, l'idea deve essere abbastanza logica perché la gente possa prenderla sul serio". E alla Giocomotiva **creatività e logica** vivono in perfetto equilibrio.

**LA GIOCOMOTIVA**
VIA BONGHI, 28 - TEL 02 89500893
VIA BOSCHETTI, 1 - TEL 02 6070370
VIA ZOCCHI, 1 - TEL 02 36597495
INFO@LAGIOCOMOTIVA.IT
WWW.LAGIOCOMOTIVA.IT

# VILLA CARLOTTA

MUSEO E GIARDINO BOTANICO

LAGO DI COMO



# "ARTE E NATURA VI ASPETTANO SUL LAGO DI COMO"

**DETTAGLI DI NATURA – DIPINTI BOTANICI**
**Silvana Rava**

**► 2 – 18 settembre**
La Natura cattura il nostro sguardo in ogni momento; l'acquerello ed altre tecniche pittoriche sono un mezzo per esprimere stupore e incanto.

***Weekend di natura e pittura botanica***
*Insieme visiteremo il giardino per la ricerca e lo studio del soggetto da catturare su carta. Eseguiremo il disegno preparatorio e scopriremo trucchi e segreti della tecnica dell'acquerello.*

***► 17-18 settembre***
*per adulti e ragazzi dagli 11 anni*

**METAMORFOSI – FORME DI CARTAPESTA**
**Laura Lussiana**

**► 1 – 11 settembre**
La sua vera passione è la "carta": gli usi e riusi alternativi di questa materia povera, ma di nobili origini ed eclettica, trasformata e riutilizzata sotto forma di cartapesta realizzando oggetti, gioielli e complementi d'arredo unici.

***Laboratorio per bambini: "Creare con la cartapesta"***
***► 03 settembre**, 14.00 – 16.00*
*età minima: 5 anni*

***Laboratorio per adulti: "Creare con la cartapesta"***
***► 10 settembre**, 14.00 – 16.00*

**FOLIAGE**

**Vi aspettiamo per vivere il giardino botanico dipinto dai caldi colori dell'autunno!**

**DA SEGNALARE:**
**PASSEGGIATE AUTUNNALI**
**Lucilla Carcano**

**► 21– 28 settembre**
Un diario scandito dal trascorrere dei mesi e dal trascolorare delle foglie: incontri con essenze vegetali e presenze animali spesso appena intuite. L'autunno nei boschi appenninici raccontato dai pennelli e dalla penna di una delle più apprezzate artiste botaniche italiane.

**Villa Carlotta Museo e Giardino botanico**, via Regina 2 - 22016 TREMEZZINA (CO) - www.villacarlotta.it

**INGRESSO SCONTATO A 5 EURO** PRESENTANDO QUESTO COUPON!
* I coupon non sono cumulativi - validità stagione 2016



# LIBERI PROFESSIONISTI?

## ECCO UN LUOGO DOVE CONCILIARE LAVORO E FAMIGLIA

*di Laura Della Badia*

Nato dall'esigenza di due neomamme, Erika e Raffaella, una web designer, l'altra psicologa, QF (Quoziente Famiglia) non poteva che essere uno spazio pensato per conciliare nel migliore dei modi la professione con le esigenze della famiglia.
Dopo la nascita dei figli, per loro non si è posto il problema di ripensare la propria professione ma di trovare un modo per continuare a svolgerla, in un luogo che facilitasse la gestione dei bimbi. Così è nato Qf. **Come è organizzato lo spazio?** All'ingresso ci si trova in un'ampia zona living attrezzata con una cucina, dove poter fare una pausa caffè o pranzo e stringere relazioni con gli altri coworkers; oltre a due uffici privati, c'è poi una zona open space di coworking, adattabile a riunioni, shooting, workshop e corsi, e una sala meeting. E il valore aggiunto per la famiglia? Accanto all'area dedicata al lavoro, è stato realizzato Qbaby, il micronido e spazio giochi pensato innanzitutto per i figli dei coworkers, ma aperto anche a tutti i genitori che vogliono offrire ai propri bimbi un luogo di crescita accogliente, familiare e flessibile.

il micro nido!



### QBABY

Accanto all'area coworking, si sviluppa il "Quoziente baby", spazio interamente dedicato ai più piccoli. Un luogo sicuro e accogliente in cui i bambini, affidati alle cure di figure professionali esperte, possono giocare, crescere e divertirsi. Qbaby è pensato per accogliere 8 bambini, dai 3 mesi ai 3 anni, ed è attivo dal lunedì al venerdì dalle 9.00 alle 17.30 con possibilità di ingresso anticipato e uscita fino alle 19.00, offrendo anche soluzioni giornaliere e ad ore. Qbaby si trasforma anche in Qlab, un laboratorio di idee e attività, con servizi rivolti ai bambini fino ai 6 anni: laboratori artistici, musicali, teatrali e attività psico-corporee. Nel weekend lo spazio offre attività "help family", laboratori ed è disponibile anche per feste di compleanno e pigiama party.

### Tutti i numeri

**200 MQ**
**10 POSTAZIONI di coworking**
**8 POSTI in Qbaby (micronido 0-3 anni)**
**12 POSTI in Qlab**
**(corsi e laboratori fino a 6 anni)**
**2 UFFICI privati, 1 SALA riunioni**
**1 ZONA relax & food**

### FLESSIBILITÀ

Tutti i servizi sono personalizzabili.

**Qwork**

- postazione full-time in zona openspace
- postazione flessibile in zona openspace
- ufficio personale ad uso esclusivo
- ufficio personale in condivisione
- ufficio personale su prenotazione
- utilizzo della sala riunioni su prenotazione

**Qbaby**

- micronido 0-3 anni
- laboratori e corsi fino a 6 anni
- laboratori creativi
- affitto zona bimbi per feste di compleanno
- zona baby pit stop e allattamento
- carnet ore, mezza giornata, giornata intera o anche la sera.

È possibile affittare la location per eventi privati, meeting, corsi, shooting.

**QF SRL**
VIA PROCACCINI, 11 - TEL. 02.87287107
HELLO@QF11.IT
WWW.QFMILANO.IT - WWW.QBABY.IT

acquago
il piacere di essere in forma



# Pedala nel nostro guscio
## per una silhouette tonica ed un senso di grande benessere

Mantieniti in forma con acquago!

Ti aspettiamo negli unici centri completamente dedicati all'acquabiking con idrogetti in cabina individuale.

**Per te una prova gratuita portando questo coupon.**

Piazzale Biancamano 1, Milano (MM Moscova) - t. 02.34534138
Via Mosè Bianchi 26, Milano (MM Amendola) - t. 02.84253150

**www.acquago.it**




# UN PERCORSO DI CRESCITA
## PER TUTTA LA FAMIGLIA

### SCUOLA DEI TALENTI: NUOVI PROGRAMMI

*di Valentina Valente*

Offrire alla famiglia strumenti utili e fondamentali per affrontare la vita insieme traendone un arricchimento personale reciproco: in sintesi è questo l'obiettivo dei nuovi programmi della Scuola dei Talenti, in partenza a settembre. Abbiamo incontrato Luca Taverna, fondatore della Scuola per saperne di più.

**Perché dei percorsi per la famiglia?**
La nostra esperienza sul campo ci ha fatto maturare la decisione di dedicarci non solo ai ragazzi ma al nucleo famigliare in cui vivono, che spesso incide sui loro comportamenti e naturalmente sulla loro crescita emotiva e culturale (in misura variabile in base all'età del ragazzo). Prima lo facevamo solo su richiesta, perché molti genitori, vedendo il cambiamento positivo dei loro figli, ci chiedevano di partecipare anche loro. Adesso invece abbiamo strutturato una serie di percorsi mirati. Pensiamoci: ci sono i corsi pre-parto, e sono considerati normali; quando nasce nostro figlio nessuno diventa improvvisamente un genitore esperto e consapevole, quindi è naturale continuare a "formarsi" anche dopo.

**Come funzionano?**
La figura del Family Coach è il primo punto di riferimento per la famiglia che intende aprirsi a quest'esperienza. Una persona dedicata, che ha il compito di capire le esigenze di genitori e figli e di accompagnarli nel percorso che verrà studiato caso per caso. Si possono rivolgere a noi sia genitori i cui figli manifestano problematiche quali difficoltà di apprendimento o comportamentali a casa o a scuola, scarsa fiducia in se stessi, demotivazione, ecc, ma anche genitori che desiderano fare la differenza nella crescita dei propri figli e nella loro vita, genitori di giovani sportivi o famiglie che vogliono strumenti in più.

**In che modo?**
Imparando a conoscere meglio se stessi, a gestire le emozioni in casa, le aspettative nei confronti dei figli, aiutandoli a scoprire i loro lati migliori, a motivarli nel modo corretto. Tutto passa anche attraverso una crescita del genitore stesso, che può imparare a comunicare meglio, per esempio, ad ascoltare, a farsi capire meglio, a trasformare dei problemi in opportunità, non solo in famiglia ma anche nel contesto lavorativo. Tutti possiamo trarre beneficio dal lavorare sulle intelligenze emotive, e più siamo consapevoli di noi stessi più possiamo essere delle guide e degli esempi utili ai nostri figli. I ragazzi poi scoprono i loro talenti e l'importanza dell'impegno per metterli a frutto lungo la strada della vita e dei sogni. Genitori e figli assieme possono condividere un percorso di crescita comune!

**Quali sono le età dei ragazzi coinvolti?**
Si parte dai 6 anni fino ai 18/19. I genitori possono essere in coppia ma può partecipare anche solo uno.

**In concreto chi li segue?**
Il family coach si avvale dell'equipe di Scuola dei Talenti che è composta da psicoterapeuti, pedagogisti, Teen Coach, couselor, imprenditori, campioni dello sport, insegnanti. A seconda del lavoro da fare entreranno in campo le figure professionali più utili. Abbiamo brevettato una modalità di formazione che si chiama F.A.C.E (Formazione Avventura Coaching Esperienziale) che mette insieme metodi di lavoro differenti, derivanti da una lunga ricerca a livello mondiale di ciò che veramente funziona con ragazzi e genitori.
In poche parole, i punti di forza di questo metodo sono senza dubbio le attività pratiche in cui si stimolano i partecipanti a vivere un'esperienza emotiva; questa costituisce poi un ottimo spunto di riflessione e cambiamento per diverse problematiche o aspetti di crescita personale. Grazie ad anni di esperienza e al lavoro con più di 1.000 ragazzi ogni anno, genitori ed insegnanti, aiutiamo gli adulti di oggi e di domani a realizzare i loro SOGNI attraverso i loro TALENTI.

**Niente noia quindi, ma momenti didattici/formativi stimolanti e anche ludici.**
Si, questo aspetto è molto importante e contraddistingue la nostra scuola.

**Il percorso di base come è strutturato?**
Si possono strutturare diversi percorsi. Ad esempio un pacchetto può comprende 2 incontri/corsi per i genitori da soli, 2 vacanze esperienziali solo per i ragazzi e poi 3 week end durante l'anno, durante i quali tutta la famiglia lavora e si diverte insieme. I corsi sono attivi in tutta Italia, studieremo per ogni richiesta la soluzione migliore. Siamo la prima realtà certificata dalla International Teen Coach Association, dedicata ai ragazzi e ai genitori.

**SCUOLA DEI TALENTI**
WWW.SCUOLADEITALENTI.NET

**PER I LETTORI DI Milano MOMS:**
**Prezzo promoziale sul primo week end dedicato ai genitori e ragazzi a Milano, sabato 24 settembre (dalle 15.00) e domenica 25settembre (dalle 9.00 alle 17.00): 186 euro un genitore e un figlio invece che 256 euro.**
**Per prenotare: 800 864 712**

John Peter Sloan®
la Scuola
KIDS AND TEENS

# IT'S A REVOLUTION!

## IMPARA L'INGLESE DIVERTENDOTI!



# OPEN DAY!

## SABATO 17 SETTEMBRE
## DALLE 14 ALLE 18

Per info e prenotazioni:

**02 2024 2154**
**kids.milano@jpscuola.it**
**www.jpscuola.it**

Via Boscovich 61
(angolo c.so Buenos Aires)
MM1 Lima

# LE DONNE, I CAVALLIER, L'ARME, GLI AMOR

## ALLA SCOPERTA DEI TESORI DELLA CASA-MUSEO POLDI PEZZOLI



*di Fabiola Badami*

Al Poldi Pezzoli c'è Poldo. Non è un omone affamato di hamburger, ma un fantasma buono, bramoso di cultura che aleggia fra le sale della casa-museo sita a pochi passi dal Teatro alla Scala. In passato collezione privata di Gian Giacomo **Poldi Pezzoli**, è uno dei musei più antichi della città dove ammirare dipinti, sculture e una nutrita raccolta di armi e armature che di certo attirerà l'attenzione dei maschietti. Simbolo della pinacoteca è il Ritratto femminile del Pollaiolo, raffinata tavola quattrocentesca, il cui soggetto diventa motivo di una stimolante attività grafico pittorica che invita a (ri)disegnare i gioielli e l'acconciatura della dama.
Con linguaggio semplice, **Poldo il piccolo fantasma**, audio-guida disponibile gratuitamente in italiano e in inglese per bimbi dai 5 ai 10 anni, porta i piccoli alla scoperta della casa-museo. Per i più grandi, è pensato, invece, Il **Museo per ragazzi curiosi**, che accompagna i giovani dagli 11 ai 14 anni. In più, per chi ha uno spirito avventuroso, basta scaricare dal sito prima della visita una delle Family Map, per vivere una vera e propria caccia al tesoro fra le eleganti sale.
In vista di Halloween, ad esempio, ci si può dilettare seguendo il percorso **"Halloween al Museo"**. Ovvero? È una vera e propria mappa alla ricerca di quei quadri dove sono raffigurati teschi e ossa. Talvolta sono visibili sul fronte della tela, talaltra sono misteriosamente nascosti sul retro.




la mappa del museo per Halloween!





La nobile casa di Via Manzoni ospita anche presentazioni di libri, aperitivi e laboratori. Inaugurano la stagione Lodovica Cima e Anna Forlati che introducono **Il segreto di seta**, storia d'amore di Ettore per Rosa che in uno scialle di seta ha tessuto un messaggio segreto per la sua amata (età di lettura consigliata: 8 anni). Al racconto si ispira il laboratorio **Storie di Seta**, in calendario **domenica 25 settembre**. Durante l'attività si scopriranno tante curiosità sul tessuto naturale e sulla tradizione della tessitura serica comasca. I bambini potranno toccare le stoffe, disegnare ispirandosi a modelli e schemi, conoscere leggende e segreti, e risolvere indovinelli. L'attività è gratuita, dura un'ora ed è ideale per i piccoli dai 5 agli 8 anni (il costo per l'adulto accompagnatore è 7 Euro e consente l'accesso alla casa-museo). Per informazioni e prenotazioni chiamare lo 02 794889.

**CASA MUSEO POLDI PEZZOLI**
VIA MANZONI, 12 - TEL. 02.79 4889/6334
ORARI: DA MERCOLEDÌ A LUNEDÌ ORE 10 – 18
CHIUSURA: MARTEDÌ
INGRESSO: EURO 10 ADULTI; EURO 7 DAGLI 11 AI 18 ANNI; GRATIS FINO AI 10 ANNI
WWW.MUSEOPOLDIPEZZOLI.IT
FACEBOOK: MUSEO POLDI PEZZOLI
INSTAGRAM: POLDIPEZZOLI




# NONSIVIVESENZACUORE

Fall/Winter collection 2016

**coming soon**

**www.sweetyears.it**

# YOGA

SPAZIO
GARIBALDI77
Milano

# PILATES

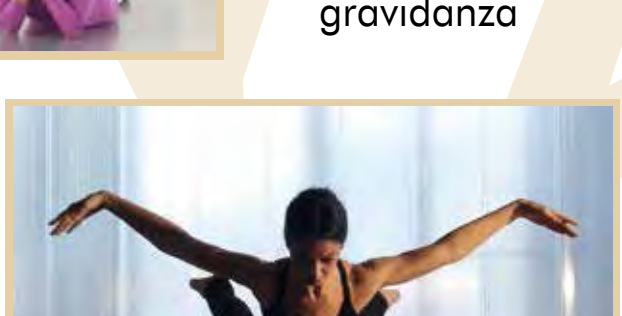


## Yoga

Ashtanga Yoga
Dharma Yoga
Hatha Yoga
Jiva Mukti
Kundalini Yoga
Prana Vashya
Yoga in gravidanza

## Pilates

Lezioni di gruppo e individuali
Percorsi mirati con "Reformer"



## Trattamenti Olistici:

Trattamento Indiano del Viso - Zen Shiatsu - Riflessologia Plantare

## Abbigliamento, Accessori e Gioielli

Shop at **WWW.WEARESSENTIAL.COM**

Spazio Garibaldi 77, Corso Garibaldi 77, Milano - info@wearessential.com
Tel. +39 02 76212425, Cell. +39 348 0920957

SPAZIO
GARIBALDI77

Coupon valido per una **lezione gratuita di YOGA o PILATES** oppure **sconto di 10** € su una Lezione Individuale.

*I coupon non sono cumulativi – validità 30 Giugno 2016

# SPECIALE

## sport



DALLA GINNASTICA RITMICA ALLA MOUNTAIN BIKE, DAL PATTINAGGIO ALLA DANZA: SCEGLI LO SPORT PIÙ ADATTO AI TUOI BAMBINI!

Nella foto: Beatrice, giovane ginnasta ritmica. Foto di Jaime Londoño

IN QUESTO SERVIZIO SONO PRESENTI INFORMAZIONI PUBBLIREDAZIONALI

# Armonia, forza ed eleganza

## SCOPRIAMO LA GINNASTICA RITMICA CON L'ALLENATRICE ELENA ALIPRANDI

*di Valentina Valente*

Se avete delle bambine innamorate della musica e della danza, alle quali piace muoversi a ritmo e studiare figure con il proprio corpo e siete alla ricerca dello sport adatto a loro, potreste trovare nella ginnastica ritmica la risposta giusta. Questa bellissima disciplina sportiva, meno conosciuta della ginnastica artistica, riserva molte sorprese e appassiona chiunque la inizi a conoscere. Ho avuto la fortuna di intervistare Elena Aliprandi, tecnica di ginnastica ritmica, allenatrice di Veronica Bertolini, attuale campionessa italiana, atleta che ci ha rappresentati alle Olimpiadi di Rio. Ci siamo parlate al telefono mentre era in aereoporto, pronta a partire per Israele, alla volta dei Campionati Europei ed è riuscita in poco tempo a raccontarmi molte cose su questa affascinante disciplina.



LA GINNASTA VERONICA BERTOLINI QUALIFICATA OLIMPIADI DI RIO 2016

**Elena, mi definisci in modo sintetico la ginnastica ritmica?**

La ginnastica ritmica, come dice la parola stessa, è un tipo di ginnastica che vede nella sua componente musicale e, appunto, ritmica, il suo tratto distintivo. Le atlete maneggiano, a tempo di musica, piccoli attrezzi quali palla, fune, cerchio, nastro e clavette. Questi attrezzi, a differenza di quelli che si usano nella ginnastica artistica, sono "mobili", proprio per assecondare i movimenti che seguono la musica.



la ginnasta Arianna Malavasi
MAGLIA AZZURRA, MEDAGLIA DI BRONZO ALLE CLAVETTE, TORNEO INTERNAZIONALE SENIOR DI PESARO

**Esiste anche una componente acrobatica?**

Ci sono degli elementi pre-acrobatici, salti, rotazioni, che richiedono una capacità atletica elevata, ecco perché le atlete devono essere molto preparate muscolarmente ed avere un elevatissimo grado di coordinamento e concentrazione.
Quando ad esempio lanci una palla in alto, devi conoscere molto bene i tempi per poterla riprendere, dopo aver magari fatto una capriola o un altro esercizio, proprio mentre la palla è in aria.

**A che età si può iniziare?**

A 3-4 anni è già possibile avvicinarsi a questo sport attraverso dei corsi propedeutici, che lavorano sulla musica e sulla psicomotricità, in maniera ludica. Se, poi, le bambine dimostrano attitudine e passione, possono progredire e piano piano essere inserite in corsi più impegnativi, passando attraverso la pre-agonistica e infine all'agonistica vera e propria.

**Quali sono i pre requisiti fisici fondamentali per intraprendere questa sport?**

Posto che con l'allenamento e la costanza tutto è migliorabile, è indubbio che per affrontare questo tipo di disciplina sportiva sono richieste alcune caratteristiche fisiche indispensabili: la mobilità articolare, il senso del ritmo e una buona coordinazione di base.



la piccola ginnasta Gaia Pozzi, vice campionessa italiana allieva di prima fascia



**ELENA ALIPRANDI**
TECNICA E GIUDICE INTERNAZIONALE
CON LA GINNASTA AZZURRA
MARTINA BRAMBILLA

**Quando iniziano a gareggiare?**
Fino agli 8 anni non si è impegnati in competizioni ufficiali, ci si allena però a questo tipo di esperienza attraverso piccole esibizioni, saggi, che servono a prendere dimestichezza con la pedana e con il pubblico.

**E in caso di timidezza?**
Ho visto bambine e ragazze timide diventare molto sicure di sé in pedana, anzi vincere questo aspetto del loro carattere proprio grazie a questa esperienza. Di sicuro questa attività aiuta ad aumentare la sicurezza in se stesse, a vincere paure e ansie, sulla base di una forte passione che spinge a superare le difficoltà.

**Spieghiamo alle mamme che impegno può rappresentare seguire delle bimbe in pre agonistica.**
Sicuramente se si intraprende questa strada anche per le mamme di "lavoro" ce n'è! Una pre-agonistica prevede allenamenti di almeno due volte la settimana, per circa un'ora e mezza. Vi sono poi gli impegni legati alla preparazione di saggi, gare, ecc. che fanno parte di questo sport. Sono però esperienze molto belle anche dal punto di vista della socializzazione.

**L'allenamento in cosa consiste?**
Ogni allenamento, dopo la fase di riscaldamento, prevede una parte coreografica, durante la quale si lavora molto sulla componente ritmica, sulla pulizia dei movimenti e sulla grazia, e una parte più ginnica, dedicata alla forza, al coordinamento e al lavoro più atletico.



Naturalmente c'è anche il lavoro sul maneggio degli attrezzi che è fondamentale.

**L'agonistica vera e propria invece?**
L'agonistica vera e propria è una scelta di vita. Si parla di allenamenti quotidiani, di almeno 3 ore, e di un impegno fisso, come per ogni attività sportiva a livello alto.

**Fino a che età si pratica la ginnastica ritmica?**
L'atleta che sto allenando per le Olimpiadi, Veronica Bertolini, ha 21 anni. Con la ginnastica ritmica si può gareggiare e praticare anche fino a 30 anni. Si può gareggiare sia singolarmente che in squadra.

**Per questo tipo di discipline vi è spesso il pregiudizio che il fisico si possa rovinare.**
Non è la ginnastica in sé che può rovinare ma una pratica scorretta. Io alleno da tanti anni e non ho mai riscontrato problemi, credo che la differenza la facciano i tecnici, nel seguire le ragazze molto attentamente, con un lavoro simmetrico e completo.

**Che cosa lascia questo sport ad una bambina, in termini di crescita personale?**
Sicuramente una gran dose di disciplina, che nella vita serve sempre, rigore, inteso come rispetto delle regole, tipico d'altra parte dello sport in generale, e poi tanta armonia, eleganza e passione.

**E fisicamente?**
La ginnastica ritmica aiuta il fisico a crescere, perché si lavora molto in allungo, inoltre consente uno sviluppo armonico del corpo, dona eleganza nei movimenti e forza muscolare, aiutando a valorizzare la femminilità. Le atlete di ginnastica ritmica sono morfologicamente differenti da quelle che praticano la ginnastica artistica proprio per la diversa tipologia di lavoro che svolgono.

**La femminilità e la grazia con cui le atlete della ritmica si presentano in pedana piace molto anche agli spettatori.**
Sì, le atlete sono sempre curate, indossano in gara e in pedana body colorati che valorizzano la loro figura e la loro femminilità, è sicuramente un aspetto che, anche per le più piccole, ha molto appeal.

**Che messaggio ti piacerebbe dare alle nostre lettrici?**
Sono una mamma anche io, credo che vivere insieme ai propri figli l'esperienza di uno sport sia sempre bello e appagante, un'occasione di cresicta per tutti. Credo sia un'esperienza meravigliosa che auguro ad altre mamme di poter vivere.

**Grazie Elena, in bocca al lupo per le nostre ginnaste!**



OLIVIER AUBRAIS

# RITMICA
## ecco le migliori realtà a Milano e dintorni

### Milano

**S.G. Propatria**
www.propatria1883.it
Via Beato Angelico, 2
info@propatria1883.it
Tel. 02.70123080

**Ritmica Milano S.S.D.**
www.ritmicamilano.it
Segreteria: Via Fabio Filzi,1
Tel. 02.66983391
info@ritmicamilano.it
Sede corsi: Liceo Parini
via Goito, 4
resp. Ancuta Elena Goia
Tel. 338.8319839

**S.G.M. Forza e Coraggio A.S.D.**
www.forzaecoraggio.com
Via Gallura, 8
Tel. 02.5398155 -
02.5692398
info@forzaecoraggio.com

### Arese

**Rhythmic's Team**
www.rhythmicsteam.it
Sede corsi: Via Varzi 31 - Arese
Tel. 349.4113599
info@rhythmicsteam.it
Qui è attivo il "Corso Special" per atlete diversamente abili

### Cinisello Balsamo/ Cormano

**A.S.D. Ares**
www.aresginnastica.it
Sede corsi: Palestre del centro scolastico Parco Nord - Cinisello e Palestra di Via Beccaria e di Via Adda - Cormano
Tel. 331.4946373
info@aresginnastica.it

### Desio

**A.S.Dil. Ginnastica San Giorgio '79**
www.sangiorgio79.it
Sede corsi c/o Palabancodesio
Largo Atleti Azzurri d'Italia
Desio
ginnastica@sangiorgiodata.it
Tel. 348.5214863

### Rho

**A.S.D. Ritmica Rho**
www.acsiritmicarho.it
Via Dante, 5 - Rho
Silvia Ferrari
Tel. 338.4429818
ferrarisilvy@tiscali.it
Facebook: ASD Ritmica Rho
Instagram: ritmica_rho

### Sesto San Giovanni

**A.S.D. Geas Sez. Ginnastica**
www.geasginnastica.it
Viale Marelli 79 - Sesto S.G.
Sede corsi oltre a Sesto: Cologno, Cinisello B.mo, Cusano
Tel. 02.2421018
335.1348779
geas_ginnastica@hotmail.com

**Sesto Ritmic Dreams**
www.sestoritmica.it
Sede corsi: Via Leopardi, 132 Istituto A.Spinelli
e Via Cavour,10 scuola S.Caterina - Sesto S.G.
Elena Nikolaenkova
Tel. 392.6581165
sestoritmica@yahoo.it

### Rivenditore di fiducia per la ginnastica

**Le Farfalle Sport**
Va Manara 15 – Muggiò (MB)
Tel. 340.9989783
www.lefarfallesport.it

### Specializzati in attrezzature

**Pastorelli**
www.pastorellisport.com

*Le società sopra elencate hanno promosso l'articolo sulla ginnastica ritmica che avete letto nelle pagine precedenti.*

primigi.it

Un'avventura straordinaria

# PRIMIGI®






## #DEDICATO ALLE MAMME

10 MOTIVI PER SCEGLIERE PRIMIGI

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| ergonomic shape | easy fitting | antishock | sky effect | flexible action |
| Punta arrotondata e vestibilità comoda | Facile da calzare | Ammortizzatore posteriore | Sottopiede superleggero | Suola flessibile |
| removable insole | lightness | soft-comfort | nickel-free | chrome VI-free lining |
| Sottopiede estraibile | Leggerissime | Soffice benessere | Parti in metallo non contenenti nichel | Fodera esente da cromo VI |

IMAC S.P.A. TEL. 075 50281 NUMERO VERDE: 800-218715

# In mountain bike

## 24 SETTEMBRE, 1 E 8 OTTOBRE, UN CORSO PER IMPARARE A PEDALARE IN SICUREZZA SUI PERCORSI STERRATI

*di Fabiola Badami*

Andare in bici non si scorda mai. Ancora meglio se si affina la tecnica sin da piccoli, magari imparando ad affrontare i **percorsi sterrati**. Come fare? Ad esempio seguendo i corsi promossi da Mtb Milano, associazione sportiva dilettantistica che da quattro anni promuove l'attività di mountain bike per piccoli e adulti. Uno sport stimolante, che educa i bimbi al piacere del movimento all'aria aperta.

**BimbOnBike** si svolge all'interno del Parco Monte Stella che, pur essendo un parco cittadino, offre la possibilità di terreni molto diversi dando un assaggio ai bambini di quello che potrebbe essere l'ambiente vero della pratica della mountain bike: dal prato pianeggiante al sentiero stretto, dalla salita ripida alla discesa più divertente e così via", spiega Anna Salaris, Maestro Ami Bike e Presidente di Mtb Milano. Il corso si articola in tre lezioni e si rivolge ai bambini dai 6 ai 10 anni. Nel rispetto dello **sviluppo motorio e psicofisico**, saranno divisi in due fasce d'età. Verranno affrontati i fondamentali della mountain bike, come la tecnica di base, di salita, di discesa, la frenata, la cambiata, il superamento del gradino, l'equilibrio e la curva, senza mai perdere di vista l'aspetto ludico. Terminato il corso, chi vorrà, potrà partecipare, il 15 ottobre, ad un'**escursione in un bosco** per mettere in pratica quanto appreso durante le lezioni. Alla gita potranno unirsi anche gli adulti. Il bello della mountain bike? Fortifica il carattere, educa al concetto di superamento del limite e al rispetto: "nella pratica della mtb bisogna mettere in conto qualche caduta, ma imparando sin da piccoli le tecniche i rischi si riducono moltissimo", puntualizza Anna Salaris. "Inoltre, nei nostri corsi una parte dell'insegnamento viene dedicata proprio al comportamento da tenere guidando la bici sia in città sia in montagna, così che i piccoli possano comprendere il rispetto del codice della strada, dell'ambiente naturale e degli animali".











### IN BREVE
**Corso di Mountain Bike BimbOnBike**

▶ **DOVE: Parco Monte Stella (zona San Siro)**
▶ **QUANTO: Euro 70, inclusa tessera associativa e assicurazione. In omaggio uno scaldacollo**
▶ **QUANDO: 24 settembre, 1 e 8 ottobre 2016, dalle ore 10 alle ore 11.30**
▶ **EQUIPAGGIAMENTO: mtb, casco, guanti, pantaloncini da bici, maglietta traspirante, felpa leggera, scarpe con suola rigida. Su richiesta, mtb a noleggio**
▶ **PER INFO: Tel. 328.8371640 info@mtbmilano.it**


alla sbarra



# PRIMI PASSI SULLE PUNTE
## studiando da professionista

**MAS Music**, **Arts & Show**, il Centro di Formazione per lo Spettacolo più grande d'Europa, presenta la **novità dell'Anno Accademico 2016/2017**, **ENTRY MAS**: un entry level per studiare da professionisti fin da piccoli.
ENTRY MAS è infatti un percorso formativo propedeutico della durata di 3 anni dedicato allo studio della danza e strutturato in livelli, pensato per i giovanissimi (9-13 anni). Il percorso didattico prevede due/tre incontri settimanali pomeridiani con frequenza obbligatoria. Il principio guida del percorso formativo è quello di curare sia l'aspetto tecnico (classico) che quello espressivo (contemporaneo). Il modo migliore per iniziare a sviluppare le doti artistiche attraverso diverse discipline coreutiche, non dimenticandone l'alto valore educativo.
ENTRY MAS dà l'occasione agli allievi di misurarsi con l'opportunità di proseguire lo studio nella direzione di una professione futura. Con il supporto e la guida dei loro insegnanti potranno prendere la direzione più consona al proprio talento e sviluppare una cultura e una sensibilità artistica che apporterà spessore in termini di qualità personale e professionale.

AL *MAS* SI DANZA SUL SERIO, FIN DA PICCOLI, CON IL NUOVO PERCORSO ENTRY MAS

**Lorella Formica**, alla quale è affidata la **Direzione Artistica di ENTRY MAS**, ci spiega ogni dettaglio.

**C'è una selezione per essere ammessi ad ENTRY MAS?**
Sì, ma il corso è aperto a tutti, anche a chi non ha mai fatto danza. Ci si potrà iscrivere a delle "lezione di prova" durante le quali si valuteranno idoneità e predisposizione. Il corso è infatti strutturato per livelli e non per classi d'età. Questo permette l'ammissione al corso anche a chi non ha alcuna base tecnica.


Lorella Formica direzione artistica di Entry Mas

**Perché scegliere un corso accademico piuttosto che uno amatoriale?**
Tra un corso amatoriale ed un corso accademico c'è una differenza sostanziale nella disciplina, nell'atteggiamento e nell'intento. Il corso accademico, a differenza di quello amatoriale, vuole creare tutte le condizioni per la strada verso il professionismo. Sappiamo che si tratta di bambini ma il corso propedeutico ha come obiettivo quello di fornire una preparazione completa per affrontare la professione di danzatore, a prescindere dalle scelte future.

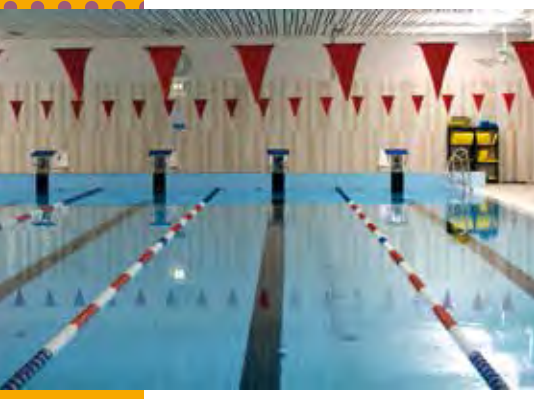
**Perché è importante studiare sia la danza classica che la contemporanea?**
Classica e contemporanea sono le matrici, le fondamenta della danza. Questa ormai non è strutturata in settori stagni ma un danzatore deve essere in grado di affrontare tutto. L'abbinamento classica-contemporanea dà la possibilità di spaziare e di diventare un interprete espressivo.

**MAS MUSIC, ARTS & SHOW**
VIA MEUCCI, 83
TEL. 02.27225
INFO@MAS.IT
WWW.MAS.IT/ENTRY-MAS

M.A.S. MUSIC·ARTS & SHOW

# Gonzaga Sport Club

## SCUOLA NUOTO, BASKET, CORSO DI CIRCO



Novità e tradizione: ecco gli ingredienti che fanno del Gonzaga Sport Club un'eccellenza milanese fra i centri sportivi che organizzano attività extrascolastiche. Aperte sia agli alunni dell'Istituto Gonzaga che agli esterni, sono già partite le iscrizioni alla scuola nuoto per la prossima stagione: insegnanti esperti e sempre aggiornati trasmetteranno ai bambini sia l'amore per l'acqua che la tecnica dei quattro stili.
Gonzaga Sport Club propone anche corsi di **pre-agonismo e agonismo** per i ragazzi più competitivi e allenamenti Master per i più grandi. Da settembre, inoltre, partono anche corsi di nuoto di vario livello per adulti organizzati sia in pausa pranzo che in fascia serale: un'occasione per imparare divertendosi!
Non solo nuoto, ma anche **corsi di basket** in programma da settembre per i bambini dalla seconda elementare alla terza media.
E, novità assoluta sempre più in voga fra gli sport preferiti dai piccoli, il **corso di circo**: giocoleria, acrobatica ed equilibrismo saranno i contenuti di un corso tutto da scoprire.

**GONZAGA SPORT CLUB**
VIA SETTEMBRINI 17/A - PER INFORMAZIONI TEL. 02.36765720
INFO@GONZAGASPORTCLUB.IT - WWW. GONZAGASPORTCLUB.IT

## ASSOCIAZIONE SPORTIVA DILETTANTISTICA

# Amici di Milanoskating

## PATTINAGGIO IN LINEA

"Associazione Sportiva Dilettantistica Amici di Milanoskating" organizza corsi di gruppo per bambini da 5 a 10 anni, da settembre a giugno, il sabato mattina e la sera durante la settimana per imparare a usare i pattini in linea divertendosi.
Il corso bambini si suddivide in due livelli: **bambini 1**, per chi non ha mai indossato i pattini o è alle prime uscite, **bambini 2**, per chi ha già fatto uno o due trimestri del primo livello o per chi ha già maturato molte ore di pattinaggio. Il B1 riparte da zero a ogni trimestre (settembre, gennaio e marzo). Il corso Base bambini è rivolto ai giovani pattinatori a partire dai 5 anni ed ha come obiettivo l'apprendimento delle tecniche di base del pattinaggio attraverso esercizi ed attività ricreative volte a stimolare le capacità coordinative e propriocettive del bambino (coscienza di dove si trova e come si sta muovendo) e la multilateralità (esercizi speculari per una crescita psicofisica omogenea). Il tutto sotto forma di gioco, senza alcuna pretesa agonistica, ma con l'unico scopo di imparare divertendosi in compagnia.



**ASD AMICI DI MILANOSKATING**
TEL. 347.3801381
INFO@MILANOSKATING.IT - WWW.MILANOSKATING.IT



# PRINCIPESSA
## DANCING SCHOOL

Nasce nel febbraio 2001 per trasmettere l'amore e la passione per la danza che hanno animato Maria Antonietta Berlusconi Beretta e la figlia Sabrina. La Direzione Artistica è affidata al M. Roberto Fascilla, già Etoile del Teatro alla Scala e Direttore di alcuni dei più importanti teatri italiani.
La Scuola è diventata un punto di riferimento fondamentale nella formazione coreutica milanese, raggiungendo l'eccellenza sia per l'altissimo livello professionale dello staff didattico sia per l'ottima preparazione tecnica degli allievi.
Offre una grande varietà di corsi, adeguati ad ogni livello di preparazione ed età, a partire dai 3 anni fino agli adulti: propedeutica, danza classica, danza moderna, modern dance, tango argentino.
Ad anni alterni, gli allievi sostengono gli esami di profitto interni per la valutazione della preparazione raggiunta e danzano nello spettacolo di fine anno, allestito in uno dei Teatri più prestigiosi di Milano: il Teatro Manzoni.
La Scuola di Danza Principessa di Milano segue la formazione dei propri allievi anche oltre il percorso interno, promuovendo la partecipazione ad eventi di formazione sia interni (come stage e masterclass con docenti ospiti) che esterni nazionali ed internazionali (stage, concorsi, rassegne) nei quali gli allievi vengono accompagnati dai docenti della Scuola.
La novità per l'anno accademico 2016/17 è il Progetto Formazione: tutti gli allievi (interni ed esterni alla scuola) di livello intermedio/avanzato potranno studiare con insegnanti che sono fra i grandi nomi della Danza classica e Moderna Internazionale come Oriella Dorella, Bruno Vescovo, Barbara Geroldi, Maurizio Tamellini, Renèe De Cardenas, Mia Mc Swain, Daniela Casagrande e Corrado Pitzalis.
Principessa, nella sede di Via Solari 11, è anche pilates, gyrotonic e corealign: seguiti da uno staff didattico di istruttori altamente qualificati, coordinato da Monica Cagiano, e con macchinari d'avanguardia, potrete provare il benessere psicofisico legato alla pratica di queste discipline.



Maria Antonietta e la figlia Sabrina



**"Penso alla nostra Scuola come ad un luogo di incontro e di studio: terreno di scambio e di esperienze fatte prima di tutto di umanità; ambiente in cui disciplina, tecnica e competenza concorrono ad una formazione che vogliamo approfondita e di alto livello."**
**Silvio Andrea Beretta**

**PRINCIPESSA**
VIA SOLARI 9-11
TEL. 02.89423697
INFO@PRINCIPESSADANZA.IT
WWW.PRINCIPESSADANZA.IT
FB: SCUOLA DANZA PRINCIPESSA

# S.é.c Sport & Health Club

## NUOTO - IN PISCINA A SOLI 3 MESI






La S.é.C da sempre accompagna i più piccoli alla scoperta del mondo acquatico e del piacere di nuotare. È stato il primo centro ad introdurre il nuoto neonatale negli anni '70, il **corso BABY di acquaticità** è un percorso che permette a genitore e a bambino (dai 3 mesi fino ai 2 anni e mezzo) di condividere un momento unico, sperimentando insieme il primo approccio con il mondo dell'acqua. Dai 2 anni e mezzo in poi i corsi, divisi in livelli di apprendimento, hanno come obiettivo quello di rendere indipendente e sicuro il bambino attraverso il gioco facendogli scoprire **"il piacere di nuotare"**, migliorando progressivamente la tecnica e lo stile. Da non dimenticare l'importante servizio delle **hostess'kids** che si prendono cura dei bambini dall'inizio alla fine dei corsi. In vista delle nuove iscrizioni annuali, il centro offre la possibilità di usufruire di una giornata di **prova gratuita entro il 22 settembre** allo scopo di provare direttamente l'esperienza unica della scuola nuoto.
La S.é.C basa il proprio lavoro su valori che promuove da più di 50 anni: grazie ad essi la struttura offre servizi di alta qualità, un mix di tradizione, innovazione ed ospitalità.

**S.é.C**
VIA G.B.BROCCHI. 7/A
TEL. 02.70635457
RECEPTION@SEC-SPORT.IT - WWW.SEC-SPORT.IT

# ECLECTIKA

## YOGA, DANZA, CIRCO E TEATRO DA 3 A 14 ANNI

Sin dalla primissima infanzia, lo sviluppo del bambino è legato alla sua capacità di interagire con lo spazio e con gli altri in maniera armoniosa. Per aiutare i genitori in un percorso complesso, ma appassionante, **Eclectika** propone **corsi ad hoc per bambini e ragazzi da 3 a 14 anni**, in cui l'arte e il movimento sono intesi come strumento per educare al bello e ad un concetto etico di sé. Attraverso i corsi di **Danza e Movimento Creativo** (3-9 anni), **Propedeutica e Contemporanea** (5-12 anni), **Gioco Circo** (3-5 anni) e **Laboratori di Teatro** (6-14 anni), i bambini hanno la possibilità di sviluppare il proprio potenziale creativo nella relazione con gli altri.
Da quest'anno nuovo spazio dedicato alla millenaria pratica dello **YOGA** con i **per-corsi per bimbi** (YogaKiDans 3-5 anni), **ragazzi** (6-10 anni) e **teen agers** (12-14 anni).
Con la mediazione del gioco, tecniche di movimento ed espressione corporea, pratiche di yoga e rilassamento guideranno i bambini in un percorso avvincente e divertente alla scoperta di sé.

**Prima lezione di prova gratuita su prenotazione dal 19 settembre**





**ECLECTIKA**
VIA B. EUSTACHI, 4 E VIA PRIVATA REZIA, 1
TEL. 02.29517653 - 393.0709383
INFO@SPAZIOECLECTIKA.IT
WWW. SPAZIOECLECTIKA.IT



# Sesto Ritmic Dreams

## GINNASTICA RITMICA

Grazia, eleganza e movimento: questa è la Ginnastica Ritmica. Sesto Ritmic Dreams la insegna con successo e passione dal 2009, annoverando tra le proprie allieve **campionesse nazionali**. Le allenatrici garantiscono un insegnamento di altissimo livello: giudici nazionali, laureate in scienze motorie, massoterapiste, ex ginnaste a livello nazionale sia in Italia che in Russia. Metodo di insegnamento: russo. La società propone corsi per bambine dai 4 anni in poi. Novità dell'anno il corso **"Mamme Ritmiche"** dedicato alle mamme che vogliono avvicinarsi a questo sport e condividerlo con le proprie figlie. La società riserva anche una particolare attenzione ad **allieve diversamente abili** a livello motorio, dando loro la possibilità di seguire questa disciplina con grande passione.

**SESTO RITMIC DREAMS**
VIA LEOPARDI, 132 - ISTITUTO A.SPINELLI SESTO S.G.
VIA CAVOUR,10 - SCUOLA S.CATERINA SESTO S.G.
CELL. 392.6581165
SESTORITMICA@YAHOO.IT - WWW.SESTORITMICA.IT

# Kids United

## CALCIO

Ricominciano a settembre le attività di Kids United, associazione nata nel 2011 a Milano presso l'Arena Civica con l'obiettivo di proporre **corsi di calcio** tenuti da personale competente e preparato non solo dal punto di vista calcistico, ma anche formativo ed educativo. Le lezioni sono aperte da settembre a maggio **per ragazzi e ragazze dai 5 ai 19 anni**, con gruppi suddivisi in classi d'età: fino ai 12 anni gli allenamenti si svolgono sul campo dell'Arena Civica mentre per i più grandi è a disposizione il terreno di gioco dell'Istituto Leone XIII. Durante l'anno le squadre sono iscritte ai campionati Csi e possono partecipare a tornei nazionali e internazionali.
Il progetto Kids United, che quest'anno taglia il traguardo dei cinque anni di attività, è nato e si è consolidato grazie all'entusiasmo di un gruppo di genitori che hanno deciso di impegnarsi in prima persona in un percorso educativo che coniuga agonismo e benessere psicofisico. Obiettivo è giocare a calcio, nel rispetto delle regole e di tutti, ma anche divertirsi, per scoprire limiti e progressi collettivi nella valorizzazione dei singoli. Il nome Kids United, proposto dagli stessi bambini, richiama il carattere internazionale della scuola calcio, di cui fanno parte ragazzi e ragazze di nazionalità diverse.





**KIDS UNITED**
TEL. 348.0174205
WWW.KIDSUNITED.IT



# scopriamo il tuo vero io.

dal 2009 a Milano la Clinica del Viso,
il primo centro medico specializzato
nell'armonia del volto.

biostimolazione cutanea, peeling chimico e laser soft, fili liftanti e rivitalizzanti, estetica del sorriso, chirurgia e medicina estetica, epilazione laser, botox e fillers all'acido jaluronico: sono solo alcune delle nostre proposte.

Clinica del Viso

**Piazza Repubblica 21, Milano**
**www.clinicadelviso.it**
**N.verde: 800 132 850**




# POLLICINO VA IN TERRAZZA

## IN ZONA ISOLA UN' HAMBURGERIA E PIZZERIA DAL PIGLIO FAMILY FRIEND

*di Fabiola Badami*

Duecento posti a sedere e più di **cinquanta seggioloni**. Un numero che fa subito intuire chi è il pubblico di riferimento di Pollicino, ristorante di carne e pizzeria in zona Isola, con tanto di area giochi a vista che si affaccia sulla sala principale. E dove in estate si può anche pranzare, cenare e prendere un aperitivo seduti in terrazza.

L'ambiente è luminoso e spazioso. Simpaticamente arredato con botti, forme di grana, secchi da mungitura sospesi in aria, sedute vintage e panche che ricordano quelle dei vecchi tram di Milano. Qui non c'è l'ansia dello "stai fermo", "resta seduto", "non farlo cadere" e il personale è molto cordiale e comprensivo con i piccoli ospiti. In più, per i più bravi , non mancano i lecca lecca in regalo. Se i piccoli non vogliono stare a lungo a tavola, possono divertirsi nell'**area giochi**, dove tutte le sere e anche al pranzo del sabato e della domenica c'è un'animatrice. Linee semplici e minimali per la **terrazza**: prato sintetico a rivestire il pavimento e piante lungo la ringhiera a rendere più confortevole lo spazio esterno. Per una parentesi verde in città. In menù, piatti di **carne e pizza**. Specialità della casa sono gli hamburger di manzo e pollo. Da provare il Lombardia, arricchito con luganega alla griglia, crema di gorgonzola e zafferano; il Puglia, farcito con burrata e cime di rapa; oppure il Campania, insaporito con mozzarella di bufala, melanzane e pesto di basilico. Più di sessanta le varianti della pizza, fra cui un settetto dedicato ai nani di Biancaneve.

Due gli appuntamenti fissi della settimana. La domenica mattina con il **brunch**, durante il quale i piccoli mettono le mani in pasta e si cimentano nella preparazione della pizza. E la domenica pomeriggio con l'happy hour in terrazza, dove svagarsi fra giochi di **magia**, **baby dance** e **caccia al tesoro**.



### ORARI E PREZZI

**Pranzo:** dalle 12.00 alle 15.00

**Cena:** dalle 19.00 all'1.00

**Chiusura:** mai

**Brunch:** dalle 11.30 alle 16.00
(adulti: 20 euro; bimbi 2-3 anni: 5 euro; fino a 10 anni: 10 euro)

**Aperitivo:** dalle 19.00 alle 22.00
(adulti: 12 euro; bambini dai 10 anni in su: 8 euro)






**POLLICINO**
VIA ALSERIO, 9
TEL. 02.87222973
WWW.RISTOPOLLICINO.IT



# DAL 15 OTTOBRE




## Tutti i Sabato Pomeriggio

BARCLAYS TEATRO NAZIONALE

Teatronazionale.it
BOX OFFICE TEATRO

infoline
02 00 640 888

ticketone.it

CON IL PATROCINIO DI
Milano
Comune di Milano

**SCONTO 10%**
PER LE LETTRICI
DI MILANO MOMS.
*conserva la pagina!*



# I PIDOCCHI... AIUTO!!

## È ARRIVATO PIDFREE, LA SOLUZIONE COMODA E SALVA STRESS PER ELIMINARLI

*a cura della redazione*



È una scoperta che nessuna di noi vorrebbe mai fare, quelle bestioline saltellanti tra i capelli dei nostri bambini e le loro numerose e minacciose uova bianche! Quando arriva la mail dalla scuola di casi accertati molte di noi vanno nel panico e rispolverano i rimedi della nonna (chi di voi si ricorda i risciacqui dei capelli con acqua e aceto?). E poi, tra gli impegni del lavoro, della scuola... anche i pidocchi... no! Niente paura se dovesse capitare.
Oggi c'è la soluzione facile e salva ansia per le mamme: è Pidfree! Si tratta del primo centro a Milano specializzato nel trattamento e rimozione dei fastidiosi parassiti. Lo ha aperto Francesca Reale, proprio sulla base della sua esperienza di mamma, per offrire un servizio decisamente utile alle famiglie.

erogazione di aria calda






il centro!



## PERCHÉ PIDFREE

- **Ti affidi ad un assoluto specialista**
- **Elimina lo stress del fai da te a casa**
- **Risparmi tempo, energia, insuccesso**
- **È naturale, sicuro ed efficace**
- **Niente sostanze chimiche o pesticidi**
- **Sei seguito anche dopo, con un controllo ad una settimana dall'applicazione**
- **Dispositivo medico approvato con marchio CE**

## Come funziona?

**Si basa sulla tecnologia americana brevettata AirAllè®, che fornisce un nuovo e rivoluzionario metodo per uccidere i pidocchi ed eliminare le uova, senza l'uso di pesticidi o altre sostanze chimiche. L'intero iter può durare da una a tre ore a seconda della gravità del caso.**

**Eccolo in dettaglio:**

1 **1- Si valuta l'entità del grado di infestazione.**

2 **2 - Si avvia il trattamento, che prevede l'erogazione sul cuoio capelluto e sui capelli di aria riscaldata (58°) e controllata, attraverso un singolare applicatore monouso appositamente creato per sollevare i capelli. Questo getto d'aria disidrata i pidocchi e li uccide, comprese le uova, senza l'uso di sostanze chimiche!**

3 **3 - I capelli vengono poi trattati con l'olio protettico PIDFREE, completamente naturale.**

4 **4 - Si procede con l'eliminazione manuale, tramite apposito pettinino, delle uova residue.**

**L'AMBIENTE È A MISURA DI BAMBINO, CI SONO GIOCHI E ANCHE UN TABLET PER NON ANNOIARSI DURANTE IL TRATTAMENTO!**

**I costi? Dipendono dal tipo di capelli, per quelli corti una seduta costa 110 euro, per quelli medi 150, per situazioni complesse e capelli molto lunghi, 180 euro.**

**PIDFREE**
VIA CIRO MENOTTI 6 - TEL. 02.36635194, CELL. 339.8284080
INFO@PIDFREE.COM - WWW.PIDFREE.COM
ORARI: LUN/VEN DALE 14.30 ALLE 19 - SABATO DALLE 10 ALLE 19
PER URGENZA ANCHE AL MATTINO SU APPUNTAMENTO

# SMACCHIATORI ALLEATI DELLE MAMME

## CON LA SCUOLA IL BUCATO RADDOPPIA… MA LA SOLUZIONE FACILE C'È, PER OGNI TIPO DI MACCHIA!

Nella linea di smacchiatori specifici di Dr Beckmann, esitono due prodotti particolarmente amici delle mamme… uno rimuove efficacemente le macchie d'inchiostro, pennarelli e biro, tipiche del rientro a scuola, l'altro aiuta a liberare i capi dei bimbi (ma anche i tappeti!) da una serie altrettanto lunga di probabili macchie quali, ad esempio, gomma da masticare, olio, sugo, burro!




### Il dissolvi macchie

**Questa formula su misura tiene conto delle proprietà delle macchie derivanti da penne a sfera, altri pennarelli o acquarelli. Con l'aiuto di uno specifico solvente per le particelle di colore, i pigmenti di colore vengono sciolti dal liquido e rimossi dal tessuto.**

- **ADATTO per tessuti lavabili e non lavabili**
- **DELICATO sui colori e sui tessuti**
- **Formato 50 ml**
- **IDEALE PER MACCHIE DI: matite, pastelli, pennarelli, barrette, pennarelli per flipchart e whiteboard, penne a gel, colle (senza solventi), biro colla/legno (senza solventi), marcatori inchiostro (ad eccezione del nero), acquarelli**
- **Non adatto per: inchiostro nero (poiché indelebile), tappeti, cuoio.**

### Lo spray smacchiatore

**Questa formula polivalente rimuove gomma da masticare, cera da candela, catrame, polline, colla, grasso, residui di cibo ed è l'ideale per per macchie su abbigliamento, tappeti e tappezzeria.**

### Come si usa?

**L'applicazione è rapida e semplice: si spruzza la soluzione sulla zona macchiata, si risciacqua con acqua o si tampona con un panno pulito e inumidito. Sui capi d'abbigliamento si fa agire per 3 minuti e si risciacqua con acqua tiepida strofinando delicatamente per togliere ogni residuo. Su altri materiali si tampona immediatamente e delicatamente la zona con acqua calda e pulita usando un panno bianco fino a quando tutti i residui vengono rimossi.**

**NON TROVATE LA MACCHIA CHE CERCATE?**

**Tutte le macchie che si possono rimuovere con i Dissolvi Macchie Dr. Beckmann sono riportate nell'ABC delle macchie. Nel sito www.dr-beckmann.it**

**I PRODOTTI DR. BECKMANN**
IN VENDITA IN TUTTE LE PIÙ IMPORTANTI CATENE GD E DRUGSTORE
**WWW.DR-BECKMANN.IT**

## VACANZE IN MONTAGNA CON I BAMBINI?

Italy Family Hotels ti offre **32 strutture** specializzate in grado di garantirti una meravigliosa vacanza invernale!

## HAI GIÀ SCELTO LA TUA META?

Italy Family Hotels ti propone **25 destinazioni** tra Trentino Alto Adige, Valtellina, Lombardia, Abruzzo e Piemonte.

**Se cerchi servizi di qualità specifici per te e la tua famiglia, ITALY FAMILY HOTELS HA LA SOLUZIONE GIUSTA PER TE!**

Hotel **specializzati nell'accoglienza per bambini** che offrono numerosi servizi a loro dedicati: attrezzature a disposizione, ristorazione personalizzata e baby menù, spazi gioco, animazione e intrattenimento: tutto è pensato per la felicità dei più piccoli e **per la serenità dei più grandi**!








BUONO VACANZA € 100

**BUONO VACANZA € 100,00** per il tuo soggiorno invernale in un Italy Family Hotels!
Ricevere il buono è semplicissimo: collegati al link **www.italyfamilyhotels.it/milanomoms**, inserisci il codice "ifh-milanomoms" e compila tutti i campi del form con i tuoi dati.

**CONDIZIONI DEL BUONO**: il buono vacanza di €100,00 è valido per un soggiorno di 1 settimana (7 notti) presso gli hotel aderenti all'iniziativa, previa disponibilità della struttura. Il buono non è cedibile a terzi, né frazionabile, né cumulabile con altri buoni e/o con altre offerte/promozioni attive in hotel. Non è valido nei periodi di alta stagione e durante le festività. Ricordati all'atto della richiesta preventivo, di comunicare il possesso del buono a te riservato che dovrai consegnare una volta arrivato in hotel. Buono valido fino a 30.04.2017.

**www.italyfamilyhotels.it**



# SOFT PEELING




## NUOVA LUCE E TEXTURE AL VISO DOPO L'ESTATE

*di Valentina Valente*

Per chi desidera prendersi cura della pelle del viso, senza trattamenti invasivi, oggi esistono diverse soluzioni efficaci. Tra queste, i peeling leggeri, soft peeling, di ultima generazione. Ne parliamo con la dott.ssa Lia Lavagno, che li propone nel suo studio di Milano.

**Come agiscono i soft peeling?**
Generalmente i soft peeling sono a base di enzimi naturali o acidi deboli o attenuati, che favoriscono un'esfoliazione enzimatica e chimica rimuovendo le cellule morte e stimolando il rinnovamento cellulare. Così facendo, si prepara la pelle a ripristinare l'idratazione e i lipidi, in modo da rinforzarla e favorire la sua funzione di barriera fisiologica. Da sempre sono alla ricerca di proposte terapeutiche nuove ed efficaci.
Da chirurgo plastico, per me la pelle è tanto sacra quanto fondamentale per esaltare al massimo il risultato del mio atto chirurgico. Inizio sempre curando la pelle e quando sono soddisfatta del risultato ottenuto in termini di texure, elasticità, uniformità, allora passo alla chirurgia.

**A quali tipi di pelle sono adatti?**
Vanno bene per ogni tipo di pelle, condizione, sesso, etnia, età, perché non sono invasivi e sono alla base dei protocolli terapeutici di skin care medico. I soft peeling possono essere utilizzati per correggere la texture grossolana e ruvida, dare luminosità alla pelle spenta e secca, andare a contrastare la lassità cutanea ed aumentare lo stato di salute della pelle.

Esfoliare delicatamente per promuovere il rinnovamento dell'epidermide, consente di migliorare il microcircolo e facilita la penetrazione dei principi attivi dei prodotti che poi si utilizzano successivamente.

**Questi trattamenti agiscono sulla superficie cutanea?**
I soft peeling hanno come target lo strato superficiale della pelle, influenzandone però il turnover fin dallo strato basale. Sono indicati per il viso, ma anche per il corpo.

**Come si svolge una seduta?**
Una seduta richiede circa mezz'ora. Una volta applicato il prodotto terapeutico sulla pelle ben detersa, non dà particolare fastidio, se non un leggerissimo pizzicore iniziale e non lascia la cute arrossata. Ci sono soft peeling che possono essere effettuati anche sulle pelli acneiche, per un risultato veramente impressionante a livello di uniformità, riduzione del sebo e conseguente riduzione dell'effetto lucido e di brufoletti.

**Rientrate dalle vacanze si possono fare?**
Assolutamente sì, le mie pazienti hanno già prenotato le sedute di settembre. Dopo lo stress del sole, della salsedine, del vento, la pelle richiede una pulizia profonda. Si perderà l'abbronzatura? No! Solo lo strato di cute devitalizzato delle cellule morte, che rendono l'incarnato al ritorno dalle vacanze spento e rinsecchito.
È un trattamento che si può fare tutto l'anno, anche 2 volte al mese, in base alle necessità della pelle.

**Si possono abbinare altre tecnologie?**
Da quest'anno, grazie al nuovo device LPG-Endermolift MPF, unica tecnica al mondo che stimola naturalmente il fibroblasto per riattivare la produzione di collagene, elastina e acido ialuronico, posso proporre alle mie pazienti un'alternativa terapeutica tutta naturale.
**Le azioni sono 3:**
**1.** disintossicare l'ambiente cellulare;
**2.** svegliare le cellule della giovinezza;
**3.** stimolare l'ecosistema cutaneo mediante l'esfoliazione e favorire la rigenerazione cellulare.
Il risultato è garantito, il collagene è duplicato, la quantità di elastina è 9 volte maggiore e la riduzione delle rughe è in media del 67%.

**PER LE LETTRICI DI Milano MOMS:**
**SCONTO DEL 10%**
**SUL PRIMO SOFT PEELING.**

**Prenota subito**
**e porta questa pagina!**

**PER INFORMAZIONI**
DOTT.SSA LIA LAVAGNO
LARGO SETTIMIO SEVERO, 4
TEL. 392.1661683 - INFO@LIALAVAGNO.COM
WWW.LIALAVAGNO.COM

Claudia Fink
Pilates & Body Works

# THE STUDIO



## Cos'è lo Stott Pilates?

Lo Stott PIlates è la nuova frontiera del Pilates che adatta le regole tradizionali di questa disciplina alle nuove scoperte nell'ambito della biomeccanica.
Lo Stott Pilates sviluppa equilibrio e coordinazione. Inoltre migliora la postura, alleviando il mal di schiena. Aumenta esponenzialmente le perfomances di atleti professionisti, aiuta a ripristinare la salute dopo un infortunio e regala sollievo nei casi di patologie croniche.

Claudia Fink è Lead Instructor Trainer per la STOTT PILATES in qualità di formatrice senior, con anni di esperienza presso la sede centrale STOTT PILATES/MERRITHEW.

Grafica realizzata da www.ingrandimenti.eu



## @The Studio Lezioni di gruppo e individuali di:

- Matwork
- Reformer
- Core®
- Trx
- Total Barre®
- Zenga®
- Cardio
- Riabilitazione isometrica
- Pilates pre e post natale
- Pilates per la SM
- Pilates riabilitativo post infortunio
- Pink Ribbon® (Post tumore al seno)

PER MAGGIORI INFORMAZIONI
Tel: 02 97.38.28.04 info@thestudiopilates.it www.thestudiopilates.it

**E SE SEI UN PROFESSIONISTA VISITA IL SITO WWW.PILATESITALIA.COM**

# BUONO PER UNA LEZIONE OMAGGIO

Stacca questo coupon e conservalo per avere diritto ad una lezione di prova gratuita.

*offerta non cumulabile, valida fino al 31-10-2016

**PER LE NOSTRE LETTRICI:**
**25% DI SCONTO** su tutti i trattamenti acquistati su http://shop.tobeorganic.com/it/
Codice del buono sconto: MILANOMOMS

# PRENDIAMOCI CURA DELLA PELLE IPERSENSIBILE

Una linea di trattamenti dermatologici ECO BIO VEGANI, innovativi per le pelli sensibili del bambino e dell'adulto.

## DERMASTREK 9.8



**SPECIFICO PER PREVENIRE LE SMAGLIATURE IN GRAVIDANZA!**

100% SENZA PROFUMO

### Olio eudermico intensivo

Olio altamente concentrato e di immediato assorbimento senza effetto grasso. Ricco in Olio di Rosa Mosqueta, Olio di Avocado e di Oliva. Elasticizzante, previene dalle smagliature durante e dopo la gravidanza e protegge il capezzolo dalle ragadi in allattamento. Ottimo anche per la pelle di bambini e neonati.

COLA cosmetics nasce dalla passione di un panel di professionisti: biotecnologi, dermatologi e biologici. Le formulazioni sono una combinazione unica di attivi Biologici 100% vegetali, Vegani, senza Alcool, Glutine, microbiologicamente e dermatologicamente testate, prive di qualunque sostanza chimica nociva per la pelle e l'ecosistema.

## LINEA BABYLENIX 100 - BIMBI



100% SENZA PROFUMO

### Crema Eudermica Viso e Corpo

Ad elevato contenuto di estratti Bio certificati di Malva, Avena e Calendula che agiscono in sinergia con l'Olio di Oliva e l'Aloe Vera biologici. Calma la cute irritata, idrata intensamente, lenisce il prurito, rinforza e protegge dagli agenti atmosferici.



100% SENZA PROFUMO

### Pasta Eudermica

Ad elevato potere riparatore e protettivo della barriera cutanea attraverso la combinazione di ossido di zinco (40%) e di Olio di Oliva, Olio di Argan e Olio di Soia biologici (45%). Lenisce il prurito, calma la cute irritata, protegge e previene gli arrossamenti da pannolino bagnato.



100% SENZA PROFUMO

### Detergente Eudermico

Formulato per la pelle ipersensibile, secca e a tendenza atopica del neonato e del bambino. Delicatissimo, a base di tensioattivi di origine naturale e vegetale. Deterge la cute ipersensibile e arrossata, attenua il prurito, lenisce la cute irritata, idrata e previene le irritazioni.

## LINEA DAILY ESSENTIALS - MAMMA



### Crema corpo

Profonda idratazione e nutrimento alle pelli secche. Formulata con un prezioso complesso di carboidrati e Bio Attivi di Vinacciolo, Burro di Karitè e Avena biologici. Ottimo anche come dopo sole.



### Crema viso antiossidante

Contrasta l'invecchiamento cutaneo e conferisce elasticità e luminosità alla pelle, grazie alla formulazione a base di attivi antiossidanti, idratanti e nutrienti. Ottimo anche come dopo sole.

COLA COSMETICS milano

**WWW.COLACOSMETICS.COM**
IN FARMACIA E IN VENDITA NEL WEB-SHOP

DERMATOLOGICALLY TESTED · BIO WITH INGREDIENTS CERTIFIED · VEGAN · WHEAT FREE · ANIMAL LOVERS · MADE IN ITALY

INFORMAZIONE PUBBLIREDAZIONALE

# nannuka.com

Trovare online le **migliori babysitter** della città è ora un gioco da ragazzi. Anzi, da bambini!
Ed è **gratis**.

★ Profili verificati

★ Referenze controllate

★ Assistenza dedicata



Tel. 02 87368960

www.nannuka.com

# LE FATE CHIC

## BELLEZZA E RELAX DA FAVOLA

*di Valentina Valente*

La bellezza non passa mai di moda… si legge nel sito di Le Fate chic, accanto all'immagine di una dolce fatina. La stessa dolcezza e armonia di questo piccolo centro estetico, nel cuore della zona shopping di Corso Buenos Aires, dove mi accoglie la titolare, Chiara Pengo. Mi tolgo subito una curiosità: "Perché proprio le fate ti hanno ispirato?" "Perchè", mi risponde, "appartengono ai luoghi dell'incanto e a mondi fantastici…noi abbiamo cercato di ricreare un'atmosfera magica e così le abbiamo accolte nel nostro centro!"

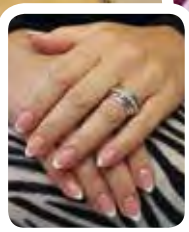






depilazione con resina: niente dolore!





L'atmosfera accogliente, rilassante e shabby chic dell'ambiente aiuta le clienti ad abbandonare pensieri e stress e a dedicarsi a se stesse. Quali sono i punti di forza del centro?

Sicuramente la **cura delle unghie**, settore nel quale Chiara ha concentrato la propria passione. Si parte dalla ricostruzione con gel, non solo per questioni estetiche ma anche per risolvere specifici problemi di unghie rovinate dal lavoro, mangiate o rovinate da micosi. Alla parte curativa e ricostruttiva si abbina la parte estetica: **un'esplosione di colori**, disegni, forme, per esprimere il proprio stile, classico o ardito, chi vuole osare di più… può farlo! Chiara ci tiene a sottolineare l'aspetto di sicurezza ed igiene: tutti gli attrezzi vengono puliti e disinfettati con spray antisettici per ogni singola cliente e sterilizzati in autoclave.

Un altro elemento distintivo è la **depilazione esclusivamente con resina**. "È un trattamento che garantisce ottima soddisfazione da parte delle clienti, lo strappo è praticamente indolore!" ci spiega. La depilazione con resina è veloce e pratica, adatta anche alle pelli più sensibili, risolve problemi di follicolite, rallenta la crescita del pelo, è anallergica ed igienica, in quanto monouso.

Naturalmente il centro offre poi una serie di trattamenti viso e corpo e punta molto sul **massaggio manuale o tramite la tecnologia LPG**, massaggio meccanico per viso e corpo molto utile per liftare, rassodare, drenare e combattere la cellulite e i cuscinetti adiposi.

Chiara è una super mamma di tre maschietti, nel suo centro cerca di dare il **massimo comfort e aiuto alle mamme** che, come lei, hanno poco tempo a disposizione. Il suo sogno nel cassetto, a cui sta lavorando, è quello di offrire uno spazio gioco per i bimbi, per lasciare le mamme libere di godersi il loro trattamento preferito. Concludo l'intervista con una domanda classica "e tu come riesci a conciliare tre figli e questo lavoro?". "Metto tanta passione nel mio lavoro ma cerco sempre di tenermi delle ore libere al pomeriggio per fare solo la mamma…con un pizzico di magia!".

**Le Fate Chic Consiglia**

**T-SHOCK 31**

**Dopo l'estate provate questo trattamento. Un BENDAGGIO SALINO che contiene 31 piante officinali, selezionate dal Centro Mességué, in una speciale formulazione di principi attivi. Con la sua potente azione drenante e disintossicante, riattiva il principio dell'elastina, rinforza il tessuto connettivo, rendendo possibile un DIMAGRIMENTO mirato nelle zone difficili e restituisce al corpo la sua naturale tonicità. Dura 2 ore, si può ripetere ogni 15 giorni, sgonfia e purifica!**

**LE FATE CHIC**
VIA PETRELLA, 9 - (M1 CAIAZZO - M2 LIMA)
TEL. 02.49456704; CELL. 347.3597990
WWW.LEFATECHIC.IT
INFO@LEFATECHIC.IT; LEFATECHIC@GMAIL.COM
FACEBOOK: LE FATE CHIC SU




RICOSTRUZIONE INTENSIVA
**RIPARARE E RINFORZARE**

Sai riconoscere se il tuo è un capello danneggiato? Prendi una piccola ciocca di capelli e prova ad immergerla nell'acqua. Se galleggia vuol dire che i tuoi capelli sono sani, se affonda invece che sono danneggiati! Riparali con **Sunsilk** linea Ricostruzione Intensiva. La sua nuova formula con cheratina e calcio, aiuta a rinforzare la struttura dei capelli. Profumato con una nuova fragranza dalle calde note di praline, frutti tropicali e un tocco sensuale di muschio.

In tutti i supermercati

# CAPELLI

## SANI E FORTI, ANCHE DOPO IL MARE E IL SOLE. ECCO ALCUNI CONSIGLI



RINFORZANTE
**CON UN PIACEVOLE MASSAGGIO**

La spazzola per massaggio cutaneo di **Tek**, in legno di frassino e tipico dente "baseball", è adatta per lavare i capelli e per l'applicazione di lozioni e trattamenti anticaduta. Massaggia la cute, riattiva la circolazione, rafforza i bulbi piliferi, è ipoallergenica. Le linee di spazzole Tek sono realizzate artigianalmente solo con materiali naturali come il legno, ideale per la salute, la bellezza e la lucentezza dei capelli. 19,10 euro.

Da **Coin**, Piazza Cantore, 12
**Cargo High Tech**, Piazza XXV Aprile, 12

ANTICADUTA
**LA SOLUZIONE NATURALE, EFFICACE ED ECOFRIENDLY**

**Lush** propone lo shampoo solido New, a base di cannella, per stimolare il cuoio capelluto e combattere la tendenza dei capelli a cadere e rimanere intrappolati nella spazzola. Con ortica, menta piperita e chiodi di garofano sprigiona un profumo inconfondibile. Si sfrega tra le mani o si passa sui capelli bagnati, si massaggia e si risciacqua. Un confetto dura 80 lavaggi e risparmia al pianeta l'utilizzo di 1.350.000 litri d'acqua ogni anno. 8,95 euro.

In via Dante, 15, Corso Buenos Aires, 58, Via Torino, 42






IDRATANTE
**SOS CAPELLI DANNEGGIATI**

Dall'esperienza **Aveda** due prodotti mirati: Aveda dry remedy™ moisturizing shampoo, da usare ogni giorno, trasforma i capelli secchi e fragili idratandoli grazie al Deep Moisture Complex (olio di buriti, melograno, idratanti derivati dalla palma), 30,50 euro e Aveda dry remedy™ moisturizing conditioner che migliora la condizione dei capelli fragili fino al 63%, 33 euro.

Da **Lepri Hair Style** Via degli Omenoni, 2
**Excelsior**, Galleria del Corso, 4

# IN FARMACIA
## NEWS, SERVIZI E PRODOTTI




### Informazione a portata di click

Dubbi sulla dermatite? Non sai riconoscere i sintomi della congiuntivite o di un'infezione respiratoria? Consulta "Lo sai mamma", 54 schede informative che trattano argomenti pertinenti l'area materno-infantile, aggiornati periodicamente e spiegati con un linguaggio comprensibile. Su www.federfarmamilano.it/losaimamma scaricabili in formato pdf.

**Federfarma Milano**, Laboratorio per la Salute Materno-Infantile dell'Istituto Mario Negri di Milano e Associazione Culturale Pediatri.

### Un aiuto per i piccoli

Cangurini Multinutrients è un integratore di vitamine e minerali in tavolette masticabili ai gustosi sapori di frutti di bosco o frutti tropicali. Contiene anche estratti vegetali e di frutta. Aiuta a sostenere la normale funzione del sistema immunitario, contribuendo al mantenimento corretto delle ossa dei denti. 22,80 euro.

**Solgar** www.solgar.it







### Niente più pancia gonfia...

Elgasin è un integratore a base di α galattosidasi, β galattosidasi e Carvi che previene la formazione di gas intestinali ed elimina quelli già presenti. Migliora la digestione del lattosio nei soggetti che lo mal digeriscono. In compresse masticabili.13,50 euro.

**Sanitas Farmaceutici 1931** www.elgasin.com

### Ad hoc per i vegani, ma non solo

La Farmacia Boccaccio, grazie ad un master in PharmaVegana, ti può aiutare con consigli alimentari mirati, suggerendoti prodotti che non contengono derivati animali e che non sono stati sperimentati su di essi. Il servizio non è rivolto solo a vegani e vegetariani, ma in generale a tutti coloro che danno all'alimentazione un ruolo di primaria importanza. Qui potrai trovare anche integratori e cosmetici adatti ai vegani sia per te che per il tuo bambino.

Da **Farmacia Boccaccio**, via G. Boccaccio, 26. www.farmaciaboccaccio.it



Gusella

MILANO DAL 1932

The World's Finest Children's Shoes









Via della Spiga, 31, Milano

www.gusella.com

Gusella

advertising | Gaia Avallone




# DULCIPEDIA

## IL NEGOZIO PER I TUOI DOLCI.

**Una moderna bottega delle meraviglie.** Un luogo in cui trovare tutto quello che occorre, dalla farina agli stampi, per fare torte, biscotti, muffin, cake pops, cupcakes, crepes, creme brûlé e chi più ne ha più ne metta. E poi zuccheri aromatizzati, cioccolato artigianale biologico, lecca lecca naturali, creme e confetture, tè pregiati e una piccola selezione di prodotti vegani e senza glutine. Per i bambini, tortiere e accessori per super feste, spumanti analcolici di sola frutta, statuette e dischi in pasta di zucchero per decorare le torte con i più amati personaggi Disney, Pixar e Marvel... e molto altro ancora!

**Via Luigi Settembrini, 11 20124 Milano**
**tel. +39 02 48670874 ~ info@dulcipedia.it ~ dulcipedia.it**

DULCIPEDIA

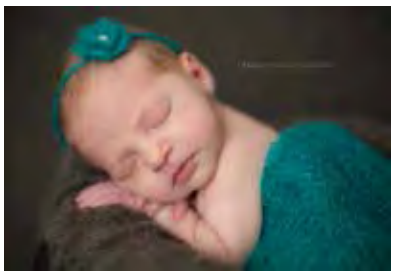
INGREDIENTI & ACCESSORI PER I TUOI DOLCI

**Per le nostre lettrici uno speciale sconto del 10% su un servizio maternità, new born, family!**






# LE KELLY PHOTOGRAPHY







**L'IDEA REGALO!**
**Per una persona speciale, la gift card di Le Kelly Photography che costituisce un buono per un servizio fotografico completo!**

## IMMAGINI CHE PARLANO AL CUORE

La realtà vista con gli occhi di una mamma… si possono cogliere sfumature, sensazioni, emozioni e fissarle in un'immagine ricordo che rimarrà per sempre. Gli occhi, e l'obiettivo fotografico, sono quelli di **Miriam Toson**, che ha dato vita ad un progetto lavorativo dedicato a immagini ed emozioni. Veneta di origine, milanese d'adozione, Miriam ha fondato Le Kelly Photography partendo dalla pura passione per la fotografia e dallo studio che le ha permesso di affinare la tecnica, complice anche l'amica Cristina, che l'ha incoraggiata fin dall'inizio e il marito, che le ha regalato la prima reflex!

Oggi Le Kelly Photography è una realtà affermata che ha fatto dell'**eleganza** e del **romanticismo** il suo stile e il suo carattere distintivo (il nome Kelly si ispira alla grazia senza tempo di Grace Kelly). Fermare il tempo, cogliere l'amore, la poesia… questo è l'approccio con cui Miriam si dedica ai suoi servizi fotografici. Il focus è sulle mamme, in dolce attesa o con i loro figli, sui bimbi appena nati e sulle famiglie. I servizi sono caratterizzati da uno **stile semplice**, elegante, intrisi di **luce naturale** e da scelte cromatiche tenui e delicate. Prima di ogni servizio si fa una chiacchierata con la mamma, si cerca di cogliere sfumature ed esigenze particolari e si danno alcune linee guida sull'abbigliamento e i colori per creare una perfetta armonia tra la personalità dei soggetti e lo stile Le Kelly.

I dettagli fanno la differenza: due fiocchi azzurri su una pancia al nono mese, due scarpine rosa sul pancione, il bacio dolce di un papà ad un bimbo ancora nella pancia. È questo il valore di un servizio fotografico che sa cogliere quegli attimi unici e davvero irripetibili. Una particolare attenzione viene data ai bimbi appena nati, solitamente il servizio "New born" si fa entro i primi 18 giorni di vita: ogni naturale ritmo del bambino, pappa, nanna, coccole viene assecondato e viene garantita alla mamma massima assistenza. Tutti i servizi, eccezione fatta per specifiche richieste a domicilio, si svolgono nell'abitazione di Miriam, in pieno comfort, proprio per permettere a mamme e bambini di sentirsi a loro agio e in un ambiente famigliare. Insomma, Le Kelly Photography è un mondo a misura di mamma, che solo una mamma poteva concepire!

**LE KELLY PHOTOGRAPHY**
CORSO DI PORTA ROMANA, 131 - TEL. 335.1461527
LEKELLYPHOTOGRAPHY@GMAIL.COM - WWW.LEKELLYPHOTOGRAPHY.IT
FACEBOOK: LEKELLYPHOTOGRAPHY.IT

# ARRIVA UN FRATELLINO!

## CHIEDIAMO QUALCHE BUON CONSIGLIO ALLA PSICOLOGA



*di Laura Della Badia*

Che rivoluzione! L'arrivo di un nuovo bebè può mettere a dura prova l'equilibrio familiare, faticosamente costruito in tre. Come preparare il primogenito? Oltre al disagio iniziale, ci sono gli aspetti positivi di questa esperienza, ma come farli scoprire all'ex figlio unico? Ne parliamo con Veronica Cortinovis, psicologa e psicoterapeuta, che propone anche degli incontri specifici per i genitori.

**Cosa prova un bambino prima dell'arrivo del fratellino?**

Per il primo figlio l'arrivo del fratellino è un momento di passaggio faticoso, ma anche foriero di esperienze di crescita. Come i genitori, anche il bambino ha un tempo per rielaborare ciò che avverrà e questo tempo è segnato dalla crescita della pancia della mamma che è un medium molto concreto per iniziare ad accogliere il nuovo arrivato. Disegnare la pancia, parlare con la pancia, aiuta il bambino a prepararsi all'incontro con il nuovo arrivato.



Durante l'attesa del fratellino, il bambino anche quando è piccolo, sente che qualcosa sta cambiando, ma non sa dare un nome alle sue emozioni. Spesso i genitori riferiscono che i bambini esprimono un certo disagio attraverso un attaccamento esagerato alla mamma, difficoltà di addormentamento o nel momento del distacco, per andare all'asilo, ancor prima che venga annunciato loro il lieto evento. È quindi molto importante recepire questo disagio. Accompagnare la comunicazione dell'arrivo di un fratellino con un libro, può aiutare i bambini dai due anni in poi, che hanno bisogno di esempi concreti, a capire cosa succede. Consiglio di utilizzare libri in cui compaia come protagonista un fratellino o una sorellina maggiore. Si potrà dire riferendosi al protagonista: "chissà cosa prova nel suo cuoricino? avrà un po' di paura che la mamma non lo guardi più?" , suggerendo una soluzione: " si , ha un po' di paura, ma la sua mamma lo abbraccia forte e lui capisce che sarà sempre il suo bambino adorato. Vuoi un abbraccione anche tu?". Si possono usare anche le bambole e i pupazzi per costruire il gioco dei fratellini sempre con l'attenzione sulle emozioni dei protagonisti.

**Qual è il modo migliore per preparare il proprio bimbo, quindi?**

La preparazione cognitiva prima della nascita, ad esempio attraverso libri illustrati, è importante per dare strumenti e creare un linguaggio comune. Il bambino va aiutato gradualmente ad introiettare un nuovo schema mentale, passando da uno schema con riferimenti spaziali, temporali e relazionali "a tre" ad uno schema cognitivo "a quattro" perché ciò gli consentirà di riacquisire più velocemente quel senso di sicurezza minato dall'arrivo del nuovo arrivato. Da un punto di vista emotivo, però, la preparazione è complessa perché non è possibile che un bambino sperimenti in anticipo le intense e nuove emozioni che proverà e che emergeranno solo durante l'esperienza. Sarà importante quindi accompagnarlo man mano che emergono.



**VERONICA CORTINOVIS**
PSICOLOGA, FORMATRICE,
PSICOTERAPEUTA CONSULENTE PRESSO
BHU-M MILANO MAMME
(WWW.BHU-M.IT).
CONSULENZA PSICOLOGICA ONLINE:
WWW.CREATESTESSO.IT
veronica.cortinovis@gmail.com

**Cosa fare dal punto di vista emotivo?**
È importante sviluppare con il primogenito un dialogo emotivo. Per farlo, un genitore deve innanzitutto aiutare il proprio bimbo a collegare un'emozione al motivo che l'ha scatenata, esplorare il mondo emotivo attraverso i personaggi dei libri e della tv, commentando ad alta voce come si sentono e perché si sentono così. È anche molto importante aiutare il bambino a trovare soluzioni per gestire le proprie emozioni ad es. di rabbia, proponendo modi concreti ma densi di significati (ad es. costruendo insieme a lui la scatola dove riporre la Signora Rabbia quando ci assale).

**Quali sono le richieste emotive più importanti che sorgono in questa delicata fase?**
Fondamentale è saper leggere i bisogni e dare una risposta: bisogno di sentirsi speciale comunque, bisogno di avere uno spazio per sé, bisogno di appartenere, bisogno di sicurezza. La risposta ai bisogni è la risposta alle paure: paura di non essere più speciale, di essere abbandonati, di non essere più di nessuno, paura del cambiamento. È importante dare un tempo alla lettura del bisogno affinché il bambino si senta ascoltato e riconosciuto nella sue paure.



la mia sorellina!

**Parliamo di gelosia. Come la vive un bambino?**
La gelosia è un sentimento complesso che può capire un adulto, non un bambino. Il bambino prova frustrazione, rabbia, paura di essere abbandonato. Può essere utile usare dei libri di letteratura per l'infanzia per aiutarlo a creare un linguaggio emotivo comune: "ti senti come Tip" oppure per comunicare qualcosa, "Flipsy è triste perché si sente solo".

**Al di là del disagio che può comportare, l'esperienza di avere un fratellino/sorellina ha però tante potenzialità. Come stimolare il bambino a scoprirle?**
Si tratta di sollecitare emozioni positive quali il rinforzo del senso di appartenenza (il fratellino come maggior definizione dei confini familiari o tra figli e genitori), il piacere dell'orgoglio dei genitori (per le azioni di protezione e cura con il fratellino), il piacere del gioco e della compagnia. Per farlo si può usare la lettura, ma anche la musica, il disegno o la drammatizzazione (il gioco delle bambole e dei pupazzi).

**Il bambino deve passare da una struttura di pensiero "a tre" ad una struttura di pensiero "a quattro" o più. Come aiutarlo?**
Si può aiutare il bambino gradualmente a modificare i suoi schemi mentali, coinvolgendolo nella sistemazione dello spazio in casa (con il dovuto rispetto dei suoi spazi). È fondamentale, una volta arrivato il nuovo bebè, dare al primogenito uno spazio adeguato all'età. Essere grande non può essere solo uno svantaggio (es. "sei più grande e devi cedere per primo"), né un falso vantaggio (es. "dai che sei più grande e sei più responsabile"), né può essere vantaggioso diventare più piccoli di quello che si è per superare lo svantaggio dell'essere più grandi. Non è necessario perseguire a tutti i costi l'uguaglianza, ma è preferibile perseguire l'equità dando risposta ai bisogni di tutti i figli, ma mantenendo la giusta differenza data dall'età, dalla personalità, dai gusti e quindi sottolineando il valore e l'unicità di ogni età. Si può, ad esempio, lasciare il bambino appena arrivato ad un parente e ritagliarsi spazi con il più grande sottolineando che si fa qualcosa solo con lui, che il fratellino, in quanto piccolo, non po' fare.

**Errori da evitare?**
È utile usare un linguaggio comprensibile per il bambino senza immettere concetti da adulti che ancora non può capire quali ad esempio "condividere, generosità, responsabilità del fratello maggiore…"(es. "ma tu sei grande e dovresti capire"). Se si rimprovera il bambino perché ha fatto male al fratellino, è meglio evitare di dire "tu sei grande". È più opportuno lavorare sulla responsabilità individuale per sviluppare quella sociale, con frasi del tipo: " la mamma non vuole che tu alzi le mani, se sei arrabbiato puoi dirmelo".
Questa tipologia di frase, che evidenzia la presa di responsabilità di uno dei genitori, è migliore rispetto a frasi tipo "non si fa male al fratellino, ormai sei grande" che oltre a dare un messaggio sulla specialità del fratellino non consente alcuna assunzione di responsabilità perché troppo generico e poco comprensibile.

# IL TUO PICCOLO SEMPRE SOTT'OCCHIO

## DUE STRUMENTI INNOVATIVI PER LA SERENITÀ DELLE MAMME

Quando arriva un bebè in casa mamma e papà desiderano poter vegliare sul piccolo, per assicurarsi che tutto sia a posto, non solo durante la nanna, soprattutto per i primi mesi, ma anche successivamente, quando sta giocando nel box o in cameretta. Tenerlo al riparo da imprevisti e monitorare la sua salute è importante per tutti i genitori, anche e soprattutto quando si è fuori casa. Ecco perché l'utilizzo di un baby monitor ci può aiutare. **Philips Avent** propone due innovativi strumenti che ci consentono di stare tranquilli sia a casa che fuori.




### Smart Baby Monitor SCD860

▶ **Consente di controllare il benessere del proprio bimbo da telefono o tablet, connesso a Internet e si controlla tramite una semplice app, disponibile per IOS e Android.**

▶ **Consente di interagire con lui ovunque ci si trovi, tramite la App uGrow.**

▶ **Si possono attivare fino a 10 ninna nanne e una rassicurante lucina di diversi colori, controllare umidità e temperatura della sua cameretta.**

▶ **La tecnologia Safe Connect consente un collegamento stabile, totalmente sicuro e privato.**

▶ **Si possono aggiungere fino a 10 account per condividere con i propri cari la visione in diretta del bimbo.**




### Video Monitor Digitale SCD620

▶ **Grazie alla funzione interfono, si può tranquillizzare il piccolo con la propria voce.**

▶ **Selezione di 5 melodie ninna nanna per conciliare il sonno del bimbo.**

▶ **Più sereni e indipendenti durante la giornata: il video monitor avvisa ad ogni suono emesso dal piccolo.**

▶ **Tecnologia A-FHSS (Frequency Hopping Spread Spectrum): consente di restare sempre collegato al bambino. Grazie al display da 2,7" oltre a una perfetta qualità del suono, si può tenere d'occhio il bambino in modo nitido, sia di giorno che di notte.**

▶ **Le spie a LED indicano quando l'unità è collegata ed entro la portata massima di 300 metri.**

SCOPRI DI PIÙ SU WWW.PHILIPS.IT

PHILIPS AVENT



Il gioiello
**delle mamme in attesa**

***Suonamore,***
un dolce richiamo in argento
che protegge mamma e bimbo
nei nove mesi più importanti
da vivere insieme.

**lebebe.eu**



*le*Bebé
SUONAMORE

© Lucebianca

FAMILY Zoo

# Benessere a 4 ZAMPE

## IN VIAGGIO, ON DEMAND, A CASA

### gatto a bordo

**CARRY ME** – INSIEME ANCHE IN AEREO!

È il nuovo trasportino di **United Pets** studiato appositamente per i gatti. Il materiale semi rigido garantisce un'ottima protezione del micio, è facilmente apribile e ripiegabile grazie al sistema di cerniere e di velcro. Consente di tenere il micio al buio e di garantirgli un viaggio senza paura e con il minimo stress. Carry Me può essere portato in aereo in cabina!

Da: **Animalone** Corso di Porta Nuova 52, High Tech Piazza XXV Aprile 12, **Cargo** Via Privata Antonio Meucci, 43. www.unitedpets.it






### on demand

**TOSATURA**, E NON SOLO, MOBILE!

**PetPet** è la prima **SPA a quattro ruote per cani & Co.**, un vero e proprio servizio di toelettatura – e non solo - effettuato all'interno di un **van perfettamente attrezzato e climatizzato**, che opera a Milano e dintorni. PetPet, al di là del lato estetico, si prende cura del vostro amico a quattro zampe, occupandosi del **suo benessere a 360°**: tosatura, stripping, taglio unghie, pulizia di orecchi e denti, trattamenti antiparassitari e idroterapie.

Per informazioni potete chiamare PetPRO al numero verde 800 984 706 o mandare una mail a info@petpro.it.

### angolo giochi

MICI FELICI

**ATTIVITÀ IN CASA**

La **linea AniOne** dedicata ai gatti e alle loro attività Indoor propone il **Tiragraffi Tavola**, dotato di asola per appenderlo alla maniglia della porta, 8,90 euro, e il **Tunnel a Y**, che stimola e incoraggia i gatti a giocare e correre, 16,90 euro.

Da **Maxi Zoo**. www.maxizoo.it



# PetNutri Store.

ALIMENTI PER CANI E GATTI
DIRETTAMENTE DAL PRODUTTORE

## Il tuo cane ha qualche chilo di troppo?

Noi non lo mettiamo a pane ed acqua, ma ti consigliamo
Alleva® Plus Dietetic,
oppure uno degli alimenti della linea Alleva® Plus Gluten Free.
Tornerà in forma con tanto gusto!

alleva®
GLUTEN FREE Plus

Scegli Alleva® Plus Gluten Free,
una linea completa di alimenti
di alta qualità che soddisfa tutte le
esigenze e i palati più ricercati.






DiusaPet 15 Years of Passion for Pet food

Acquista ora su
**www.eshop.petnutristore.it**
Riceverai anche in omaggio un divertente gioco
per il tuo migliore amico.

# IMPARARE GIOCANDO!

## QUANDO IL GIOCO È EDUCATIVO: 4 IDEE PER APPRENDERE SENZA NOIA, DA SOLI O IN COMPAGNIA






### DINUOVO!

Regole semplici per un gioco avvincente, che vi farà imparare tutto sui dinosauri, attraverso le 25 illustrazioni, scientificamente fedeli alla loro anatomia: dieta, postura, lunghezza, descrizione, gruppo di appartenenza ed età geologica. Inoltre, gli eventi naturali, che rappresentano situazioni realistiche delle ere preistoriche. Oltre 200 domande, su tutti i dinosauri ma anche sulla storia della Terra. Un gioco educativo, nato dalla consulenza di uno dei più importanti paleontologi del mondo, Cristiano Dal Sasso. Di **Creativamente**.

Da **Aribac libreria**, Via Porpora (di fronte civico 62)

### SABBIARELLI

È un gioco che coniuga pratiche artistiche, divertimento ed esercizio della capacità di concentrazione. Si versa la sabbia colorata sulla parte adesiva del disegno e con le dita la si muove per farla aderire bene. Si rimuove infine la sabbia in eccesso e voilà! Il disegno è pronto. I kit contengono tutto il necessario, non resta che scegliere i disegni preferiti.

Da: **Fortura giocattoli**, Via Olmetto, 10; **La Feltrinelli**, Piazza Piemonte, 2; **Libraccio**, Via Corsico, 9.
Altri punti vendita su **www.sabbiarelli.it**









### MAPPAMONDO MAGNETICO

Questo gioco insegna ad ubicare le bandiere dei paesi o i loro principali monumenti! Vi sono 287 bandiere diverse con il nome del paese, 40 immagini di monumenti e 5 etichette in bianco, per scriverci sopra con il pennarello in dotazione. Tutto magnetico. Costa 19,95.

Da **Imaginarium**, nei punti vendita

### DADI IN LETTERA

Tre modi diversi per giocare con le lettere, i fonemi, le parole e le frasi, dando vita a un momento di divertente allenamento del linguaggio e della grammatica. Età 8+, di **HABA**.

Da: **Don Chisciotte**, Viale Col di Lana, 7/a, **www.donchisciotte.info**



# SPECIALE

## ELETTRODOMESTICI



SMART, FACILI DA USARE, PENSATI PROPRIO PER LE ESIGENZE DELLE MAMME E DELLA FAMIGLIA, ECCO LE ULTIME TENDENZE NEL CAMPO DEGLI ELETTRODOMESTICI

Nella foto:
la Lavatrice Natis,
di **Hotpoint**



# Mamme ecco la lavatrice rivoluzionaria

## IN GRADO DI RIMUOVERE OLTRE 100 MACCHIE A SOLI 20°!

Hotpoint presenta la nuova e rivoluzionaria lavatrice Natis, che assicura le migliori performance antimacchia a soli 20° nel massimo rispetto dei tessuti e dei colori in un solo ciclo di lavaggio.
La nuova lavatrice soddisfa le esigenze dei consumatori più esigenti, come le mamme, che vogliono rimuovere le macchie più ostinate preservando la qualità dei tessuti e rispettando i colori. È l'ideale per chi ha bambini e ragazzi in casa!

Questa lavatrice offre l'efficacia di un totale controllo sulle performance di lavaggio anche a basse temperature grazie all'azione combinata della funzione **Direct Injection** e della **Tecnologia Digital Motion**. Vediamole in dettaglio.

*Test effettuati dall'Istituto Indipendente SSOG, Società Stazione Sperimentale Oli e Grassi di Milano.



## Il ciclo baby

Offre la certezza di un risultato perfetto anche a soli 40° e garantisce igiene assoluta per i capi dei bambini nel rispetto totale della pelle e dei tessuti.
Il ciclo prevede l'utilizzo di una maggiore quantità di acqua per diluire perfettamente i detersivi, ottimizzare l'effetto di additivi specifici igienizzanti e risciacquare fino in fondo i capi, eliminando ogni possibile residuo di detersivo dalle fibre.

## Come funziona?

Con il sistema **Direct Injection**, acqua e detersivo vengono pre-miscelati prima del lavaggio creando una mousse attiva nei primi minuti del ciclo che penetra più rapidamente nelle fibre con il 60% di forza pulente in più, superiore anche alle basse temperature e nel totale rispetto del colore e della bellezza naturale dei capi. **Digital Motion Technology** garantisce invece il perfetto controllo del motore e consente di gestire fino a 10 differenti rotazioni del cesto per trattare al meglio qualsiasi tipo di macchia.

## I PLUS

**1.** Pensata per adattarsi allo stile di vita della famiglia, questa nuova gamma di lavatrici offre una selezione di programmi antimacchia specifici. In particolare, l'esclusivo Ciclo Turbo 45' è in grado di rimuovere fino a 40 tra le macchie più ostinate, a soli 20°C in soli 45 minuti.

**2.** Lo speciale trattamento antibatterico delle guarnizioni del cesto permette di ottenere il massimo della sicurezza e dell'igiene evitando la comparsa di muffa e riducendo la proliferazione batterica fino al 99,9%.

**3.** Efficienza energetica: riduzione dei consumi di acqua ed energia sono garantite dall'innovativa tecnologia Eco Rain, che rende questa gamma la più verde mai presentata da Hotpoint, in classe energetica A+++ -30%.

**4.** Il design è distintivo, intuitivo ed ergonomico.

IL RISULTATO? Una lavatrice moderna che non rinuncia all'estetica, con un avanzato livello di funzionalità, un vero alleato in casa per tutte le mamme!

Nella foto il modello
NATIS RPG 926 DX IT



## modello top di gamma
### LAVATRICE HOTPOINT RPD 1046 D X IT

- High definition washing
- Tecnologia direct injection e digital motion
- Display LCD
- Regolazione ed esclusione temperatura
- Velocità centrifuga 1400 gir/min
- Programmi speciali: Antimacchia, Antimacchia Turbo 45'; Colorati; Ultradelicati; Woolmark Apparel Care; Eco; Anti Allergy
- Opzioni: delay timer, extra risciacquo, super lavaggio, risparmia tempo, cura cotone, auto pulizia
- Capacità di carico max 10 kg
- Classe di efficienza energetica A+++ -30%
- Dimensioni (H x L x P) 85 x 59,5 x 60,5 cm
- Prezzo: 699 euro

Hotpoint

MILANO MOMS PER HOTPOINT


tuc
tuc
Make it fun!
tuctuc.com

# Pasti nutrienti per il tuo bimbo

## SENZA FATICA, CON EASY PAPPA PLUS 4 IN 1 DI PHILIPS AVENT





**FACILE!**
**Una volta che gli ingredienti sono cotti al vapore, solleva il recipiente, capovolgilo, bloccalo e avvia la funzione per frullare!**

Un'alimentazione sana, corretta ed equilibrata è il primo passo per supportare la crescita fisica, ma anche emotiva, dei piccoli, fin dai primi mesi di svezzamento. **Preparare a casa delle pappe gustose e genuine** è semplicissimo, grazie al robot Easy Pappa Plus 4 in 1 di Philips Avent.

Con Easy Pappa si possono cucinare pappe per ogni fase dello svezzamento, da quelle omogeneizzate a quelle più consistenti, per assecondare ogni esigenza legata all'età e al modo di reazione dei bambini di fronte al cibo. Da frutta e verdura finemente frullate a mix di vari ingredienti fino a gustose zuppe, più dense. La comodità? Consente di preparare la pappa in un unico recipiente: prima gli ingredienti vengono **cotti al vapore** e poi frullati per essere direttamente serviti o conservati! Il recipiente è molto capiente, 1000 ml, e consente di preparare fino a 4 pasti quotidiani. L'esclusiva tecnologia, che eroga il vapore dal basso verso l'alto, garantisce la cottura di tutti gli ingredienti in modo uniforme, senza mai bollirli, mantenendo inalterate le loro proprietà nutritive. Questo elettrodomestico è un grande amico delle mamme anche per la sua **facilità d'uso e praticità**: il recipiente e la lama sono lavabili in lavastoviglie e il serbatoio dell'acqua è facilmente accessibile. Un segnale acustico dedicato avvisa quando la cottura è ultimata, così, nel frattempo, ci si può dedicare al bimbo serenamente! Una utilissima app offre tanti consigli utili e una guida passo passo con dei video sullo svezzamento. Tante ricette facili e nutrienti da preparare a casa!

## I vantaggi

**Cuoce e frulla tutto in un pratico contenitore • Cuoce a vapore, frulla, scongela e riscalda le pappe fatte in casa • Cuoce fino a 4 pasti contemporaneamente • Un segnale acustico avvisa della perfetta cottura.**

**save the date**
**8 OTTOBRE, ORE 11.00**
**IN VIA DOMODOSSOLA 23**
**Non perdetevi la presentazione di Easy Pappa Plus, presso la Ludoteca Dou Dou! In collaborazione con il Mondo di Bu imparerete tante belle ricette e vedrete in azione questo piccolo grande robot da cucina.**
**Per info:**
**reception@ludotecadoudou.it**

PHILIPS AVENT
WWW.PHILIPS.IT

# Tecnologia MOM FRIENDLY!

## 5 SUGGERIMENTI PER FACILITARCI LA VITA IN CASA

Sempre di più, oggi, le proposte degli elettrodomestici vengono studiate in base alle esigenze più specifiche dei consumatori. Come non tenere conto allora delle esigenze delle mamme? Facilità d'uso, baby programmi ad hoc, risparmio di tempo e connettività, per gestire tutto a distanza, ecco le ultime tendenze per aiutarci a curare la casa con meno fatica e in modo più smart!




1

### MAGIMIX COOK EXPERT

**HAI FRETTA? TRANQUILLA MAMMA, CUCINA LUI!**

Un robot da cottura davvero multifunzionale, che associa polivalenza, robustezza e tecnologia. Ideale per chi ha fretta, chi è molto occupato, gli inesperti, i gourmet, amanti della cucina sana, semplice o elaborata. Si occupa di tutto, come un vero cuoco: dalla preparazione alla cottura in un tempo record, dall'antipasto al dessert. 12 programmi automatici, cottura precisa con induzione e a vapore. Frulla, grattugia e affetta. Più di 300 ricette e app gratuita per smartphone e tablet! 1.200 euro.

Da **La Rinascente**; **Kitchen** Via de Amicis, 45; **Casalinghi Wagner,** Piazza Riccardo Wagner, 9 e **De Risi**, Via Solferino, 33.

2

### CANDY COOK-IN-APP

**C'È LA FUNZIONE BABY FOOD!**

Molto più che un semplice "riscalda vivande", questo formo a microonde è stato sviluppato da **Candy** per offrire un reale aiuto nella preparazione di piatti sfiziosi e velocissimi, adatti a tutte le necessità. In particolare, si rivolge a due consumatori molto esigenti: le mamme e coloro che sposano la cucina healthy. Dedicata infatti a tutte le donne alle prese con pappe e svezzamenti, la funzione Baby Food dispone di programmi pre-impostati per preparare omogeneizzati e brodi, per riscaldare a livello ottimale il latte e sterilizzare biberon o ciucci. Con il programma Cook Light è invece possibile cucinare piatti sani e genuini, come yogurt, legumi, pasta integrale o essiccare le erbe. In abbinata al prodotto, Candy ha sviluppato una sezione dedicata sulla propria app Candy Simply-Fi, per offrire un ulteriore pratico supporto in cucina con utili consigli sugli usi alternativi del microonde. Costo da 99 euro.

Da **Euronics**, Corso Buenos Aires, 64 e Via Solari, 5



## BOSCH FORNO CON FUNZIONE HOME CONNECT

**TUTTO SOTTO CONTROLLO OVUNQUE TU SIA!**

3



È dotato della tecnologia Home Connect grazie alla quale è possibile controllare e gestire le sue funzioni da remoto con l'apposita app. Basta un click per programmare ciò che si desidera, da tablet o smartphone. Home Connect mostra, infatti, in diretta live lo status del forno e rende possibile accenderlo o spegnerlo a seconda della necessità, così come cambiare temperatura e programma di cottura, anche mentre si è bloccati nel traffico o si è impegnati in una riunione! 2.250 euro.

Da **Expert Spazio casa**, Viale Lucania, 3, **Euronics**, Corso Buenos Aires, 64 e Via Solari,5; **Marcucci/Darty**, Via F.lli Bronzetti, 37



## LG ANTIACARO BED CLEANER

**MATERASSI, LETTI E DIVANI LIBERI DAGLI ACARI**

4

È il primo aspirapolvere con tecnologia Dual Punch™ e sistema di sterilizzazione UV che permette di mantenere materassi, letti, divani sempre privi di acari della polvere e allergeni nocivi. Per la salute di tutta la famiglia: non solo elimina polvere e peli di animali domestici da materassi e biancheria da letto, ma protegge anche dalle allergie.
La tecnologia Dual Punch™ batte i tessuti facendoli vibrare; così la polvere e gli acari affiorano in superficie per essere poi aspirati; la rotazione della spazzola raccoglie capelli, peli e fibre, la lampada UV sterilizza dai batteri accumulati, evitando di contaminare i tessuti durante le successive pulizie. 399 euro.

In tutti i **Mediaworld**



## VAPORELLA SILENCE ECO FRIENDLY_19.55

**SILENZIO... IL PICCOLO DORME!**

5

Voi o la vostra tata avete tempo di stirare solo quando il piccolo si è finalmente addormento… volete stare in un ambiente vicino a lui ma non volete fare rumore? Questo modello di ferro da stiro Polti è così silenzioso che non disturberà il sonno dei bimbi, è stato pensato proprio per le mamme. Veloce e facile da usare, grazie alla funzione Turbo Vapore, Vaporella Silence Eco Friendly_19.55 elimina tutte le pieghe più ostinate in un battibaleno! La modalità ECO impostata all'accensione consente di avere un occhio di riguardo ai consumi e all'ambiente. Qualità made in Italy da Polti. Costo 279 euro.

# MONNALISA



presenta

## *Lesson of style*

**Milano, 20 settembre**
**17:00 / 21:00**

Gioca con noi e John Peter Sloan - la Scuola
Scopri il guardaroba perfetto per l'Autunno-Inverno 2016/2017

Ingresso libero, su prenotazione:
Via della Spiga, 52 - 0276341243
shop.milano@monnalisa.eu

*in collaborazione con*

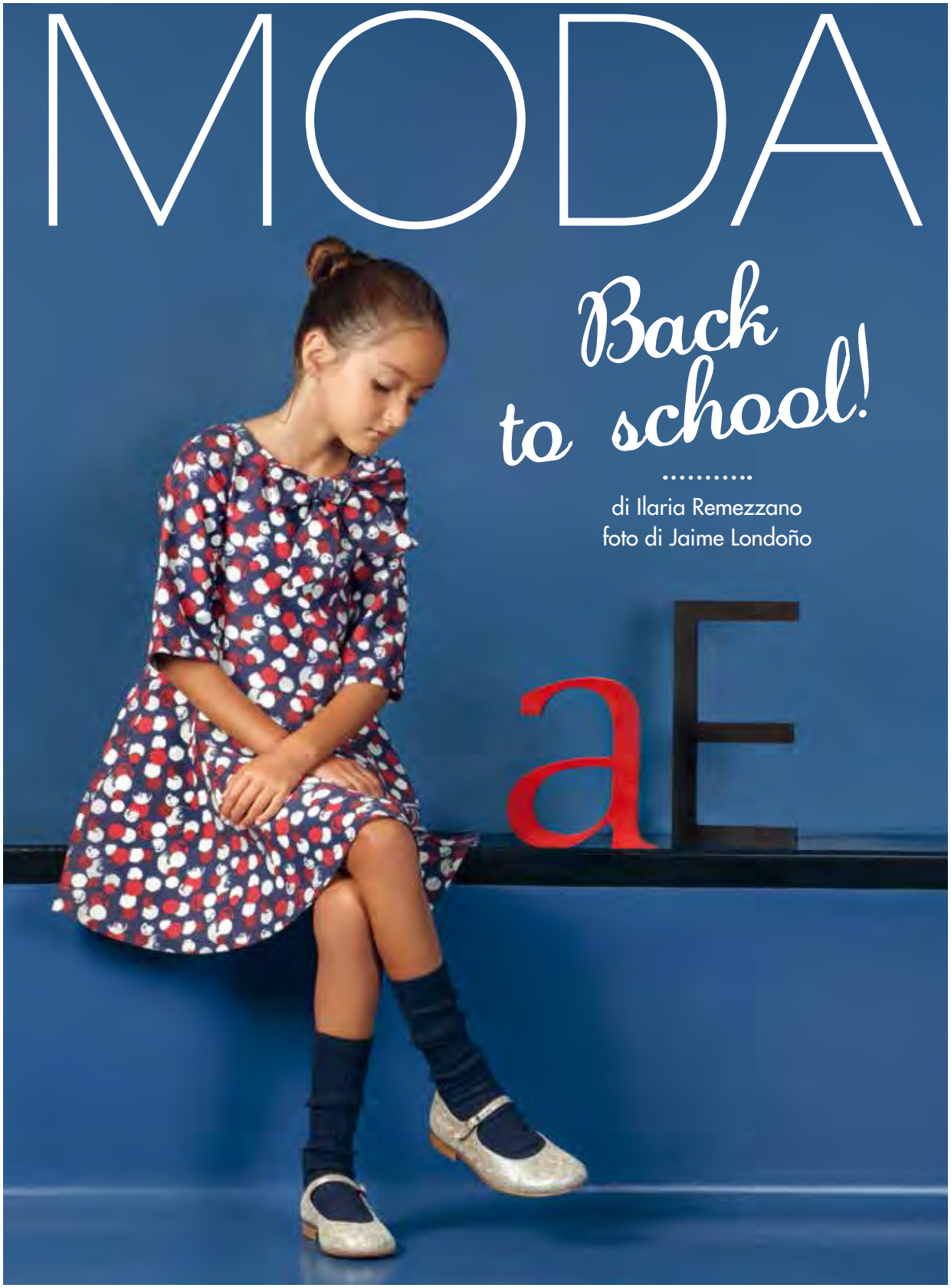
milano MOMS
IDEE, STILI E TENDENZE PER LE MAMME A MILANO

John Peter Sloan la Scuola KIDS

# MODA

## Back to school!

di Ilaria Remezzano
foto di Jaime Londoño



**TATIANA.** Abito in cotone, **Sarabanda**, 60 euro; calze, **Collégien**, da 11 euro; ballerine, **Pèpè Children Shoes**, 120 euro; lettere in legno, 28 euro, da **Unduetrestella**.

Baby models: Tatiana, Lorenzo, Leonardo, Denise, Rayan, Yasmin, Miyu. Agenzia Moda Modà - Make up and hair stylist: Matilde Davolio
Si ringrazia Enrico Esposito per l'assistenza sul set - Location: palestra del Gonzaga Sport Club (www.gonzagasportclub.it)



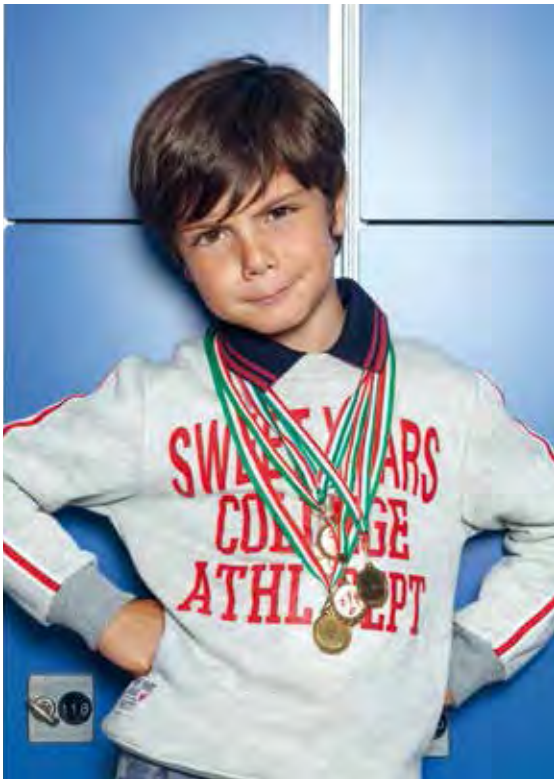



**LEONARDO.** Da sinistra: blazer in lana, 195 euro, dolcevita in lana, 107 euro, bermuda in lana, 107 euro, tutto **Il Gufo**; calze in cotone, **Gallo**, da 20 euro; sneakers, **Geox**, da 59,90 euro. **DENISE.** Blazer in felpa, 40 euro, gonna, 22 euro, tutto **Tuc Tuc**; camicia, **Monnalisa**, 98 euro; cappello in feltro, **Monnalisa Chic**, 87 euro; occhiali, **Contemporary Heroes**, 89 euro; calze in cotone, **Gallo**, da 20 euro, scarpe, **Gusella**, 175 euro. **LORENZO.** Maglia in cotone, 14,45 euro, **United Colors of Benetton**; pantalone in felpa, **Chicco**, da 27,90 euro; calze in cotone, **Gallo**, da 20 euro; scarponcini, **Pepe Jeans Footwear**, 100 euro. Libro rosso in latta, **Ashbourne**, 28 euro, da **Unduetrestella**; libri, vintage.

Nella pagina accanto. **LORENZO.** Golfino doppiopetto, **Il Gufo**, 120 euro; pantaloni in felpa, 24,48 euro, **Sweet Years**; calze in cotone, **Gallo**, da 20 euro; sneakers, **Birkenstock**, 98 euro. Palla da basket, vintage.









**RAYAN.** Camicia in denim, 79,90 euro, T-shirt con stampa, 29,90 euro, tutto **Antony Morato Junior**. **DENISE.** Vestito, **Simonetta**, 180 euro; cerchietti, vintage.

**LEONARDO.** Felpa, 24,48 euro, polo, 21,60 euro, tutto **Sweet Years**; medaglie, vintage. **YASMIN.** Abito e papillon, **Fay Junior**, 209 e 40 euro.

Nella pagina accanto. **TATIANA.** Polo a righe, **United Colors of Benetton**, 19,95 euro; abito, **Trussardi Junior**, 95 euro; calze, **Collégien**, da 11 euro; scarpe in vernice, **Il Gufo**, 143 euro; cartella **Escudama**, 212 euro; matite colorate **GIOTTO F.I.L.A.** (Fabbrica Italiana Lapis ed Affini). **LORENZO.** Maglia di lana con cappuccio, 129 euro; pantaloni di cotone con toppe, 39,95 euro, tutto **United Colors of Benetton**; camicia a quadri, 65 euro, pullover, 59 euro tutto **Pepe Jeans London**; calze in cotone, **Gallo**, da 20 euro; sneakers, **Hitch-Hiker**, 90 euro; palla da basket, vintage.


kipsta






**RAYAN.** Cardigan in lana, 112 euro, camicia in cotone, 85 euro, tutto **Trussardi Junior**; pantaloni in lana, **Fay Junior**, 139 euro, calze in cotone, **Gallo**, da 20 euro, sneakers, **Chicco**, da 39,90 euro, libro rosso in latta, **Ashbourne**, 28 euro da **Unduetrestella**, libri, vintage, matite colorate **GIOTTO F.I.L.A.** (Fabbrica Italiana Lapis ed Affini)

Nella pagina accanto. **DENISE.** blazer in felpa, 40 euro, gonna, 22 euro, tutto **Tuc Tuc**, camicia, **Monnalisa**, 98 euro cappello in feltro, **Monnalisa Chic**, 87 euro, occhiali, **Contemporary Heroes**, 89 euro, calze in cotone, **Gallo**, da 20 euro, scarpe, **Gusella**, 175 euro.






**LEONARDO.** Gilet, 43,50 euro, pantaloni, 55 euro, papillon, 12 euro, tutto **Sarabanda**, camicia, **iDO**, 33,95 euro, cartella, **Escudama**, 119 euro.

Nella pagina accanto. **MIYU.** Cardigan, **Monnalisa Chic**, 115 euro, abito, **Jakioo**, 183 euro, cappello con fiocco, **Monnalisa**, 45 euro, calze, **Collégien**, da 11 euro, scarpe **Gusella**, 178 euro.

## DOVE...

**Antony Morato Junior** www.moratojunior.com - **Ashbourne** da Unduetrestella - **Birkenstock** da G. Turci Calzature, Piazzale Stazione Genova, 3 **Chicco** Via Dante, 6 - Corso Vercelli, Largo Settimio Severo, 2 (angolo Via Soresina) - Corso Buenos Aires, 75 - **Collégien** da **Unduetrestella** Via G.B Vico, 1 - **Contemporary Heroes** VisionOttica Via Bergognone, 31 - Piazza Ernesto De Angeli,1 - Piazza Argentina, 4 - **Escudama** da La Rinascente e da Bianco Latte in via Turati, 40 - **Fay Junior** Via della Spiga, 15 e da La Rinascente - **Gallo** Corso Vercelli, 31, Via Manzoni, 16 e Via Durini, 26 - **Geox** Via Torino, angolo via Speronari e Corso Vittorio Emanuele, angolo P.zza San Carlo - **Gusella** Via Della Spiga, 31 **Il Gufo** Via San Pietro all'Orto, 22 - **Monnalisa/Jakioo/Hitch Hiker** Via Della Spiga, 52 - **PèPè Children Shoes** Via Nirone angolo via Ansperto **Pepe Jeans London/Pepe Jeans Footwear** www.pepejeans.com - **Prenatal** Corso Buenos Aires, 28 **Sarabanda/iDO** Via della Spiga, 50 - **Simonetta** Via Manzoni, 42 - **Sweet Years** da Corti srl - Via della Repubblica nr. 5 Olgiate Olona info@daddato.it - I capi **Trussardi Junior** sono in vendita presso la boutique - **Trussardi Jeans** di Milano Galleria S. Carlo,6 ang. C.so Europa **Tuc Tuc** da La Casa de Pepa Via Sacco, 5, Foro Bonaparte, 69 - Via Anfossi, 19. - **United Colors of Benetton** Piazza Duomo angolo Via Dogana, 4 - Corso Vittorio Emanuele II, 9 - Corso Buenos Aires,19



# Spazio cuccioli

CERCATE UN'ALTERNATIVA AL **NIDO** CON **CORSO DI INGLESE** INCLUSO NELLA RETTA? **SPAZIO CUCCIOLI** (12-36 MESI), RICONOSCIUTO CENTRO PRIMA INFANZIA DAL COMUNE DI MILANO, È APERTO TUTTE LE MATTINE DALLE 8.30 ALLE 12.30, ORARIO FLESSIBILE.

# E per il pomeriggio?

## Con-Te-Sto



(7-30 mesi)

Spazio gioco mamma/tata/nonna bambino dove giocare socializzando con la supervisione di una educatrice.

## Giocosamente Circo



(4-5 anni)

Avvicina i bambini alle **arti circensi** (giocoleria, acrobatica, equilibrismo), sviluppando coordinamento, attenzione e autostima.

## NOVITÀ Teatro Clown



(6-10 anni)

Un corso di **teatro** rivolto ai bambini e al loro universo fantastico per scoprire il proprio **personaggio clown** e mettere in scena le più famose gag circensi, per uno show di fine anno col naso rosso.

## Semplicemente Inglese



(3-5 anni)

Un corso dedicato ai bambini della scuola materna con insegnante **madrelingua**, per impararare l'inglese giocando!

## Naturalmente Arte



(4-6 anni/6-10 anni)

Corsi tenuti da un'**arte terapeuta** che avvicinerà i più piccoli all'uso creativo dei colori in contesti fiabeschi; i più grandicelli, con varie tecniche, ai grandi autori dell'arte moderna e contemporanea.

## NOVITÀ Giocodanza®



Primi Passi (12-24 mesi) | Giocodanza (2-3/4-5 anni)

Un corso che unisce valenze di pedagogia, psicomotricità e danza per uno **sviluppo armonico del movimento** fin dai primi passi. Disciplina riconosciuta dal CONI.

## Giocosamente Hip Hop



(4-6 anni/6-10 anni)

Corso tenuto da una **ballerina professionista** che indirizzerà la naturale propensione alla street dance dei vostri bambini!

## NOVITÀ Giocosamente Teatro



(4-6 anni)

Il corso avvicinerà i più piccoli al teatro, partendo dal gioco e dalla narrazione di storie con esercizi di **espressione corporea**.

## NOVITÀ Yoga per bambini



(4-6 anni/6-10 anni)

Il bambino svilupperà attenzione, concentrazione, coordinazione e agilità corporea, migliorando la respirazione, la consapevolezza del suo sé interiore, rafforzando così la **propria forza vitale**.

## Gustosamente Cucina



(4-9 anni)

Per **mini chef curiosi**, un per-corso culinaro volto a stimolare tutti i sensi del bambino, dal gusto, all'olfatto, la vista il tatto e... l'udito!

## Speciale mamme!

- **YOGA** IN **GRAVIDANZA**
- **YOGA** MAMMA-BAMBINO
- **REMISE EN FORME PER NEO MAMME**
- **MASSAGGIO NEONATALE** METODO AIMI
- **PRIMO SOCCORSO** NEONATALE E PEDIATRICO
- **INCONTRI** CON SPECIALISTI

## LEZIONI DI PROVA 12-23 SETTEMBRE.

Tan'atara
giocosamente insieme

**SPAZIO MAMMA E BAMBINO 0-9 ANNI.**

VIALE COL DI LANA 12, 20136 MILANO | TEL.: 02 83421808 | CELL.: 393 8363647 | WWW.TANATARA.IT | INFO@TANATARA.IT |

# OUTSIDE THE CITY

## TUTTI IN VILLA!

**A Monza, tante iniziative per bambini e ragazzi**





# RITRATTI DI MUSIC STAR A CASA DEI RE

## ALLA VILLA REALE DI MONZA, UNA MOSTRA FOTOGRAFICA CON LABORATORI PER BAMBINI E RAGAZZI

*di Fabiola Badami*

A meno di un'ora da Milano c'è un luogo incantevole da visitare. È la Villa Reale di Monza che, grazie al recente restauro della facciata e degli interni, si presenta in tutto il suo splendore. Un tempo dimora estiva di reali austriaci e italiani, è anche sede di esibizioni, eventi musicali, incontri culturali e appuntamenti pensati per le famiglie. **Fino al 25 settembre** è allestita la mostra fotografica **Giovanni Gastel per Rolling Stone**. **Le 100 facce della musica italiana**. Ritratti di personaggi amati da grandi e piccini come Fedez, Tiziano Ferro e Jovanotti. All'esposizione sono abbinati due laboratori a tema: **"Facce da click" (ideale dai 6 ai 10 anni) e "Rock 'n click" (11-16 anni)**. Scopo di "Facce da click" è imparare a riconoscere uno stato d'animo, divertendosi, osservando la mimica del volto. Dopo aver visitato la mostra, i piccoli sono invitati a riflettere e a interpretare le espressioni facciali degli artisti immortalati, per poi diventare protagonisti di un coinvolgente set fotografico. Al laboratorio "Rock 'n click", i ragazzi si trasformano in rockstar per un giorno. Viste le istantanee, ragioneranno sul ruolo della fotografia come mezzo espressivo, per poi farsi ritrarre con oggetti di scena capaci di esprimere le peculiarità del loro carattere. **I laboratori sono gratuiti**, si tengono tutte le domeniche alle ore 15.30 e la prenotazione è obbligatoria. L'ingresso alla mostra costa 12 Euro per gli adulti; 5 Euro dai 6 ai 18 anni; gratis sotto i 6. Il biglietto include anche la visita agli appartamenti privati della Villa e al Belvedere.

**VILLA REALE DI MONZA**
VIALE BRIANZA, 1 – MONZA - TEL. 199 151140
INFO@VILLAREALEDIMONZA.IT - WWW.VILLAREALEDIMONZA.IT

per le famiglie

### GLI APPUNTAMENTO DI OTTOBRE Da segnare in agenda:

**▸ 9 OTTOBRE**
**Giornata nazionale delle Famiglie al Museo**

Il tema del primo evento si ispira ai giochi olimpici: "Giochi e gare al museo", ovvero il museo come palestra della mente.
Tra le attività proposte, il laboratorio dal titolo "Le Olimpiadi dell'antica Grecia nell'arte".

**▸ 15-16 OTTOBRE**
**Book Festival**

La Villa farà da cornice al festival del libro per bambini. In quei giorni, i piccoli apprenderanno la storia della stampa e della scrittura; potranno partecipare a corsi di illustrazione e disegno manga, nonché creare una tavoletta sumerica.

BRITISH COUNCIL

# Corsi di inglese per bambini e ragazzi



Welcome to our
# WORLD OF ENGLISH

**British Council | L'ente culturale britannico**

**Sedi dei corsi:** Via Manzoni, 38 (MM Montenapoleone/San Babila)
Corso Magenta, 71 (MM Conciliazione/Cadorna)
Via Bonvesin de la Riva, 12 (tram 12, 27 - Bus 60, 73) zona Corso XXII Marzo

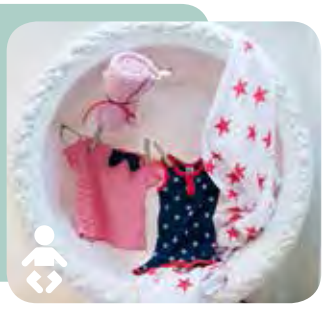
**Informazioni e iscrizioni**: Via Manzoni, 38 - T 02 77 22 21 **www.britishcouncil.it**

# Salina




ADVERTISING | GAIA AVALLONE

GRAVIDANZA, PUERICULTURA, ABBIGLIAMENTO, CALZATURE, PASSEGGINI, ARTICOLI PER IL VIAGGIO, ARREDAMENTO PER LA CAMERA DEL BEBÈ, ACCESSORI PER LA PAPPA, GIOCATTOLI. **I MIGLIORI MARCHI INTERNAZIONALI.** SERVIZIO DI PERSONAL SHOPPER E ASSISTENZA POST VENDITA









Viale Abruzzi 51, Milano - Tel. +39.02.29409287 - negozio@salinamilano.com
Orari di apertura: MON.15.30 -19.30 / TUE.WED.THU.FRI. 9.30 -13.00 15.30 -19.30 / SAT. 10.00 -19.00