N.7
SETTEMBRE - OTTOBRE 2015
FREE PRESS

milano MOMS

IDEE, STILI E TENDENZE PER LE MAMME A MILANO



Back to School!

.....

ci vestiamo così

w il design! la mia scrivania

gemelli
STORIE DI MAMME

compiti
I TUTOR PER LE MEDIE

festa
CON ARRAMPICATA

pilates
IN GRAVIDANZA

gita fuori porta
NEL PARMENSE

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


simonetta.it
Once upon a time
simonetta

EDITORIALE

di Valentina Valente e Laura Della Badia



...e dopo l'estate? apriamoci alle novità!

Le vacanze estive, più delle altre, ci aiutano a resettare la mente e le nostre energie, liberandoci dai pensieri accumulati, rendendoci più serene e aperte a nuovi propositi. Certo, la ripresa della routine e della quotidianità non è sempre facile e immediata. Ma, secondo noi, è proprio questo "vuoto positivo" il punto di partenza, che ci aiuta ad accogliere l'autunno quasi come una nuova sfida. Come? Aprendoci a cose nuove, cercando di conoscere, esplorare, **metterci alla prova in nuovi contesti**, come mamme e come donne. Abbiamo la fortuna di vivere in una città fertile, sempre aperta e vivacissima, che ci aiuta ad essere curiose e ci offre opportunità uniche: approfittiamone!
Proviamo ad imporci di iniziare almeno due attività nuove o diverse, fosse anche solo un corso di cucina o una serata a teatro, per noi ma anche per i nostri bambini!
Questo è lo spirito con cui Milano MOMS cerca, in ogni numero, di segnalarvi anche attività non sempre convenzionali. Qualche esempio? Avete bimbi particolarmente dinamici? Portateli a provare l'**arrampicata** sportiva o a ballare la **capoeira**! Volete **rimettervi in forma** ma non avete tempo? Provate il nuovissimo metodo Urban Fitness, che ha già spopolato in Germania! O ancora, vi piace cucinare ma non volete il solito corso? Scoprite quelli di cucina americana di California Bakery. Insomma, largo alle novità e ai pensieri positivi, perché, si sa, i momenti duri arrivano sempre, ma è più facile affrontarli se ci sentiamo realizzate e diamo spazio ai nostri desideri e ambizioni.

Una novità anche nelle nostre rubriche: su questo numero della rivista troverete un approfondimento interessante sui **preadolescenti**, dedicato all'Associazione PuntoUno, un valido aiuto per i compiti pomeridiani. Abbiamo deciso di dare spazio a questa particolare fascia d'età, che va dagli 8 ai 12 anni, perché molte mamme ce lo hanno chiesto e perché, in effetti, le informazioni al riguardo sono più carenti. Cercheremo quindi di capire cosa c'è in città per loro e di darvi qualche utile suggerimento.
Naturalmente tutto il numero è dedicato al rientro a scuola: ci siamo divertite a creare alcuni look simpatici e comodi, indossati nel servizio a pagina 57, mentre abbiamo selezionato una serie di bellissime scrivanie nella sezione design!

Con l'autunno riprendono anche gli eventi! Il **26 settembre vi aspettiamo** tutti da Amelia Milano e Pèpè Children Shoes, per una bellissima giornata dedicata al back to school, con tante soprese per i bambini! Trovate l'invito a pagina 56.
Infine, nella sezione dedicata alle gite fuori porta, tante idee per visitare il territorio del parmense, a due passi da Milano e ricco di iniziative in tema con l'autunno e i tartufi!
Continuate a seguirci, a scriverci, a leggerci!

BUON RIENTRO E BENVENUTO AUTUNNO!

*Test clinico di auto-valutazione effettuato su 60 bambini per 4 settimane su 3 prodotti Natural Sensation (olio bagno, crema corpo e pasta lenitiva)

**Valutazione scientifica disponibile presso Artsana S.p.A



Natural
SENSATION

Sulla sua pelle solo la natura del tuo amore.

APPROVATO DALLE MAMME 97%*



Ingredienti attivi e naturali

Elevata tollerabilità testata

0% Senza parabeni Senza fenossietanolo

Approvato da dermatologi e pediatri**

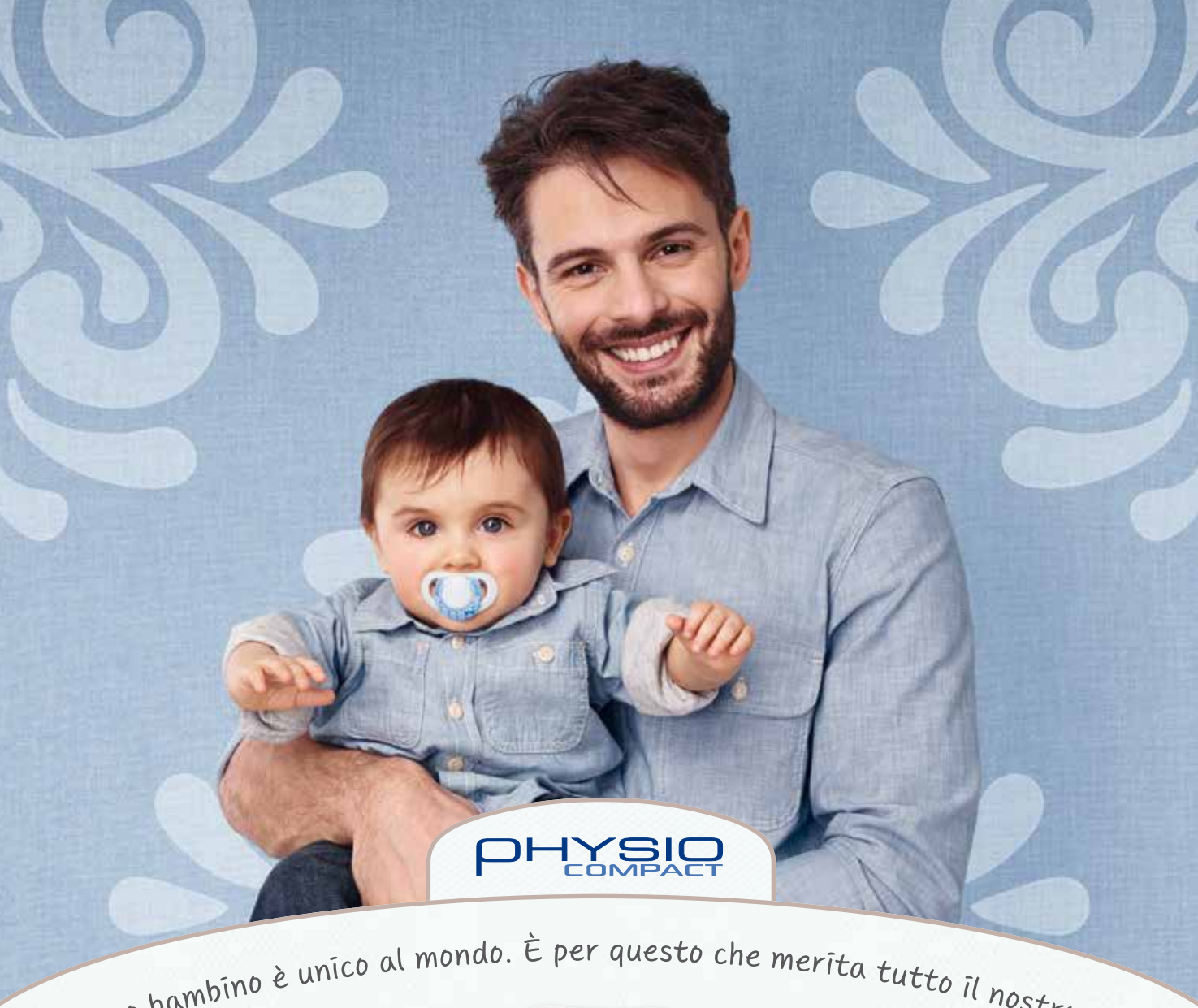
Solo quello di cui ha bisogno.

OSSERVATORIO CHICCO • BABY RESEARCH CENTER

chicco
dove c'è un bambino

Con il progetto **Chicco di Felicità**, Chicco in Italia sostiene **Ai.Bi.**, Associazione Amici dei Bambini.

CHICCO.IT



PHYSIO
COMPACT

Il tuo bambino è unico al mondo. È per questo che merita tutto il nostro stile.



Super compatto



Tettina Physio: favorisce attivamente il corretto sviluppo della bocca.



Scudo disegnato per adattarsi al volto del tuo bambino con il minimo ingombro.

TETTINA PHYSIO: RACCOMANDATA DAI DENTISTI ITALIANI*

OSSERVATORIO • CHICCO • BABY RESEARCH CENTER

chicco
dove c'è un bambino

CHICCO.IT

Con il progetto **Chicco di Felicità**, Chicco in Italia sostiene **Ai.Bi.**, Associazione Amici dei Bambini.

*Indagine condotta nel 2014 su 321 dentisti italiani, per maggiori informazioni consultare: www.chicco.it/landing/indagine-physio.html

SOMMARIO



















8 **MOMS STORIES**
Francesca, Giulia e Costanza.
E se arrivano i gemelli?

10 **FOCUS**
Associazione Pollicino.
Progetto "Nutrire il Cuore"

12 Elena Calcinai.
Allergologia pediatrica

14 Associazione PuntoUno.
Preadolescenti

INSIDE THE CITY

20 **FACCIAMO FESTA**
Compleanno
con arrampicata

22 **WE LEARN *ASILI***
Il Melo di Plinio

24 **LIBRI**
Leggere con i piccoli

26 **IN LIBRERIA**
Corteccia

28 **EVENTS**
Monnalisa 13 giugno

30 **A TEATRO**
Autunno
al Barclays Teatro Nazionale

32 **TO DO *BIMBI***
Tan'atara

34 **TO DO *MAMME***
A scuola di cucina
da California Bakery

36 **MANGIAMO FUORI!**
Merenda
da Miss Luffy Luf

38 **LET'S MOVE**
A lezione di capoeira!

42 **WE FEEL GOOD**
Image consultant

44 **9 MESI**
Novità per l'amniocentesi

46 Pilates anche in gravidanza!

48 **NEW BORN**
Protetti e coccolati

50 **OPEN WEEK**
La Lunanuova

W IL DESIGN

53 **ECCO LE SCRIVANIE**
Io studio qui

MODA

57 **BIMBI**
Pronti per la scuola!

SPECIALE OUTSIDE THE CITY

71 **ANDIAMO NEL PARMENSE**



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
marketing@milanomoms.it

Foto
Fotolia

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.

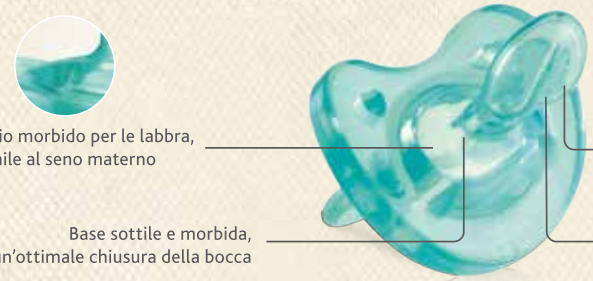
In copertina. Noemi (agenzia Moda Modà): mantella in lana lavorata, con Woodstock applicato, di Fay Junior; jeans e felpa Diesel Kid; mappamondo Imaginarium.
Foto: Sofia Riva
Stylist: Carmen Carone
Make up and hair stylist: Carmen Vilardo
Art direction: Milano MOMS



GOMMOTTO PHYSIO SOFT

Più morbidezza al suo riposo, fin dai primi giorni.

L'UNICO COMPLETAMENTE MORBIDO CON TETTINA ORTODONTICA ATTIVA



Appoggio morbido per le labbra, simile al seno materno

Piccoli rilievi, per la corretta posizione della lingua

Base sottile e morbida, per un'ottimale chiusura della bocca

Incavo e profilo inclinato, per facilitare i movimenti della lingua

TETTINA PHYSIO: FAVORISCE ATTIVAMENTE IL CORRETTO SVILUPPO DELLA BOCCA
RACCOMANDATA DAI DENTISTI ITALIANI*

OSSERVATORIO • CHICCO • BABY RESEARCH CENTER

chicco
dove c'è un bambino

CHICCO.IT

Con il progetto **Chicco di Felicità**, Chicco in Italia sostiene **Ai.Bi.** Associazione Amici dei Bambini.

*Indagine condotta nel 2014 su 321 dentisti italiani, per maggiori informazioni consultare: www.chicco.it/landing/indagine-physio.html



FRANCESCA GUATTERI
35 ANNI, ORGANIZZATRICE DI EVENTI E BLOGGER A TEMPO PERSO. MAMMA DI GIULIA E VITTORIA.

3 DONNE, 6 BAMBINI! LA STORIA DI 3 GRAVIDANZE GEMELLARI E LA NASCITA DI UN BLOG

E se arrivano i gemelli?

di Laura Della Badia

Un figlio, si sa, porta una rivoluzione nella coppia, in famiglia e nelle abitudini di tutti quelli che ne fanno parte. Ma se i figli sono due (o più di due!!), contemporaneamente? Ecco i gemelli, "incubo" delle donne incinte, croce e delizia di chi vive questa esperienza, inutile dirlo, fuori dagli schemi!
Ne abbiamo parlato con 3 mamme, ognuna delle quali ha avuto una coppia di gemelli. Sono Francesca, Giulia e Costanza, che nel 2014 hanno creato un blog sull'argomento: mammegemelle.it

Non si può che partire da una domanda: come avete reagito alla notizia di una gravidanza gemellare?
Francesca: Ero felice! Avevo sognato per una vita di avere dei gemelli (per la precisione delle gemelle) e quando ho saputo che erano due siamo stati felicissimi, forse un po' imprudenti e poco lungimiranti, ma felici.
Giulia: Panico. Due minuti di pianto per me! Elaborazione della notizia durante le 33 settimane di attesa e, dalla nascita, tanta gioia e fatica!
Costanza: Alla frase 'state mettendo su una bella famiglia', shock per entrambi, soprattutto per me. Poi, dopo due ore, ci siamo innamorati dell'idea di averne due.

Come avete vissuto la gravidanza? Psicologicamente e fisicamente?
Francesca: Ho avuto una gravidanza difficile, con una media di 4 ecografie al mese e tante incognite. Al settimo mese ricordo che la dottoressa mi disse: "Se nascono signora…". Quel "se" mi ha accompagnata per quasi tutta la gravidanza. Vittoria si chiama così perché le probabilità che ce la facesse erano basse. Fisicamente invece stavo bene, ero provata da ben 24 kg in più, ma avevo bisogno di svagarmi, così non mi sono preclusa nulla, ho viaggiato, nuotato, preso aerei fino ad un mese prima del parto.
Giulia: Essendo una persona dinamica e motorino-dipendente ho sofferto un po' la mia condizione. Comunque é andata bene dal punto di vista medico, senza problemi.

L'arrivo a casa dopo la nascita. Che confusione! Aiuti??
Costanza: Nonni sempre presenti quando serve, anche ora! Ci vuole un po' perché la routine prenda piede, ma poi ce la si fa. È più semplice a farsi che a dirsi. L'importante è che le cose fondamentali abbiano il loro posto a casa (fasciatoio, vestitini, e cosi via).
Francesca: Le piccole sono rimaste circa un mese in terapia intensiva, periodo durante il quale abbiamo fatto la spola tra casa e l'ospedale. Una volta a casa abbiamo potuto contare sull'aiuto dei nonni! Qualche mese abbiamo preso una tata, anche perché al loro quarto mese sono tornata al lavoro.

Riuscivate a distinguerli? O avete messo dei braccialetti con il nome?
Francesca: Ovviamente Costanza, con un maschietto e una femmina, non ha mai fatto fatica in questo senso. Io e Giulia, invece, avendo avuto dei gemelli omozigoti abbiamo sempre avuto qualche problema in più. In verità, anche se tutti trovano identici i nostri gemelli, noi genitori vediamo molte differenze.

FOTO DI ELISAFOTOGRAFA

Due lettini, due seggioloni, tutto doppio! Avete cambiato casa?

Giulia: Aiutooo! un incubo! Su questi argomenti sono ferrata: nel giro di un anno abbiamo fatto due traslochi. Sì, ho comprato quasi tutto doppio, diverso ma doppio. Quanto al lettino, ne abbiamo usato uno per entrambi, fino a quando le dimensioni dei bimbi ce lo hanno permesso!

Costanza: Stavamo in un bilocale e sì, abbiamo cambiato casa. La ricerca è iniziata quando loro erano ancora nella pancia. Noi eravamo già in 3 (c'era con noi il nostro amato Golden Retriever, Napoleone, che oggi purtroppo non c'è più) ed eravamo consapevoli del fatto che ci servisse più spazio. Ha fatto tutto parte di un grande e bellissimo cambiamento!

E i papà?

Francesca, Giulia, Costanza: I papà sono tutto, non si potrebbe sopravvivere senza di loro. Un bambino in braccio alla mamma, uno al papà, essere in due è fondamentale!

Le notti insonni sono una delle fasi più difficili per tutte le mamme. Con due come si fa?

Giulia: I due pensieri fissi che avevo in gravidanza erano la pappa e la nanna. Perciò ho letto un paio di libri sull'argomento (Tracy Hoggs la consiglio) e mi sono armata di pazienza e di fermezza. Non esistono regole magiche, bisogna adattarsi al carattere del bimbo, seguire l'istinto (senza dimenticare che ai bimbi piace la routine) e insieme trovare la soluzione.

Costanza: Dopo i primi mesi apparentemente semplici, Petra e Orlando hanno smesso di dormire una notte intera. Per un lunghissimo periodo si svegliavano anche 5 volte a testa a notte, ora siamo fermi a una volta ciascuno. Averne due comporta il naturale coinvolgimento dei papà e questo è un aspetto positivo. Dopodiché bisogna sempre pensare che si tratta di fasi, prima o poi tutto passa!

Un consiglio per una mamma in attesa di gemelli...

Giulia: Seguite quello che siete e tutto verrà naturalmente. Tirerete fuori una forza e una consapevolezza che non pensavate minimamente di avere!

Costanza: Le mamme di gemelli devono riconoscere di avere una grande fortuna: non sapranno mai cosa vuol dire avere un figlio unico, quindi la gestione sarà per forza di cose più 'easy'. Passata la paura di sentirsi in minoranza, vedrete che controllerete la situazione meglio di chiunque altro!



COSTANZA ZANOLINI
36 ANNI, PR E IMPRENDITRICE,
SPECIALIZZATA IN STREET FOOD.
MAMMA DI PETRA E ORLANDO.



GIULIA DEODATO
33 ANNI,
STYLIST FREELANCE.
MAMMA DI EDOARDO
E TOMMASO.

Avete letto dei libri sull'argomento?

Francesca: Ho volutamente evitato di fasciarmi la testa. Ho guardato documentari e sbirciato un po' in internet, ma le informazioni in circolazione erano scarse e non sempre positive. Per come ho scelto di affrontare la mia gravidanza, senza neppure essermi iscritta ad alcun corso pre-parto, suona quasi paradossale che poi mi sia trovata, insieme alle mie amiche Costanza e Giulia, ad aprire un blog proprio su questo tema.

Giulia: La bibliografia sull'argomento gemelli è quasi inesistente. Internet è popolato di foto agghiacciati di madri sfatte sul divano, il tutto genera molta ansia! Perciò la chiave è trovare il modo di scherzarci su, di raccontarsi in maniera divertente anche se sei sull'orlo di una crisi di nervi! Da qui l'idea del blog, per vivere questa esperienza anche positivamente.

Per chi ha il maschio e la femmina: si notano già le differenze nel comportamento? E tra gemelli dello stesso sesso?

Costanza: Petra e Orlando sono molto diversi, ma sono anche affini. Lui è dolce, coccolone, un po' imbranato, più tranquillo, preciso, un po' materiale. Insomma, un uomo. Lei è un vulcano, agile, si arrampica ovunque, sveglia, ruffiana, dolce quando vuole, capricciosa, comica, scaltrissima. Insomma, una donna!

Francesca: Sono il giorno e la notte. Giulia è femminilità allo stato puro, ama il colore rosa, vuole solo abiti e gioca con peluche e bambole. Vittoria non sembra molto interessata ai vestiti, preferisce i Lego ed i puzzle. Giulia mangia solo mozzarella, patate fritte, pasta, pizza e dolci, mentre Vittoria predilige il pesce, le verdure, i cereali integrali.

A farvi conoscere è stata proprio l'esperienza gemellare. Come è nata l'idea di un blog?

Giulia e Costanza: Noi due avevamo frequentato lo stesso corso pre-parto poi il compagno di Costanza conosceva il blog personale di Francesca e così ci siamo incontrate, accomunate dall'essere mamme di gemelle, alla ricerca di qualcosa di diverso che parlasse dell'argomento. Così è nato **MammeGemelle**, dove raccontiamo chi siamo, come abbiamo vissuto la nostra esperienza gemellare e come abbiamo affrontato, affrontiamo e affronteremo ogni piccolo step quotidiano, aprendovi in qualche modo la porta delle nostre case.

MAMMEGEMELLE
WWW.MAMMEGEMELLE.IT





ILLUSTRAZIONI DI MATTEO GALLARATI

Disordini del comportamento alimentare

IL PROGETTO "NUTRIRE IL CUORE" DELL'ASSOCIAZIONE POLLICINO

di Valentina Valente

Quest'anno più che mai, in concomitanza con Expo, sentiamo parlare di cibo e alimentazione. Milano è un'esplosione di vetrine tematiche dedicate a frutta, verdure, pasticcini, mi è capitato persino di vedere, con un po' di perplessità, una gigantesca pubblicità di un panino al salame proprio sulla facciata del Duomo… Eppure, il tema è fondamentale e di grande interesse, se svincolato dalla superficialità e banalità con cui a volte viene trattato. Va affrontato per quello che realmente rappresenta. Vi sono tante iniziative di spessore in città che meritano di essere raccontate. Una di queste è il progetto "Nutrire il cuore", dell'Associazione Pollicino, onlus che promuove azioni di prevenzione ed intervento sui disordini del comportamento alimentare da 0 a 16 anni. Il progetto "Nutrire il cuore" è reso possibile grazie al sostegno de Il Gufo, azienda storica, che si dedica da anni al mondo dei bambini, non solo con l'abbigliamento, ma anche con tante iniziative. L'evento fa parte del programma Childrenshare, pensato da Expo Milano 2015 in collaborazione con Fondazione MUBA - Museo dei Bambini Milano. Abbiamo incontrato la dottoressa Pamela Pace, Psicoanalista, Psicoterapeuta, Psicologa, Presidente dell'Associazione Pollicino e Centro Crisi Genitori onlus, per saperne di più.

Dove affondano le radici del progetto "Nutrire il cuore"?

Il progetto nasce dall'evidenza che il primo incontro con il cibo è un incontro con l'amore. Infatti, fin dalla nascita, il neonato incontra nel cibo e nell'atto nutritivo un importante rifornimento per il corpo e per il cuore. Il cibo-latte esiste per il bambino come "oggetto affettivo", cioè come uno dei termini privilegiati del suo primitivo **linguaggio** privato con la madre e con l'intero contesto familiare.

Il comportamento alimentare diviene dunque molto presto veicolo non solo di "sostanze proteiche", ma anche di **messaggi** che fanno dell'atto nutritivo una prima forma di comunicazione legata alla dimensione affettiva che caratterizza la **relazione** del bambino con l'ambiente familiare. Il bambino non è solo "nutrito" dal latte, ma "si nutre" di un particolare "cibo" (lo sguardo della mamma, l'odore, il contatto fisico, la voce…) che non riempie lo stomaco, ma appunto va a nutrire il cuore, cioè offre risposte alla sua domanda d'amore, al desiderio di essere desiderato e riconosciuto come un soggetto unico e diverso.

Cosa prevede "Nutrire il cuore"?

È un progetto di prevenzione e sensibilizzazione rivolto a genitori, educatori e operatori dell'infanzia. L'obiettivo è quello di aiutare gli adulti a cogliere la stretta connessione tra cibo-atto alimentare e amore.

Sono stati programmati tre incontri, che si svolgeranno presso la Sede dell'Associazione Pollicino e Centro Crisi Genitori Onlus. Il primo incontro "Sfamami: il comportamento alimentare nella prima infanzia" si concentrerà sulla fascia

dei piccoli (0-3 anni); il secondo incontro "La tavola, l'amore e l'altro: il disagio alimentare dei bambini e l'ingresso nella mensa scolastica" avrà come oggetto l'incontro con una nuova dimensione conviviale legata all'atto alimentare; nel terzo ed ultimo incontro "L'immagine del corpo e l'appetito" ci soffermeremo invece sugli aspetti legati alle trasformazioni del corpo tipiche dell'ingresso in pubertà. Il progetto prevede anche un ciclo di incontri di arteterapia "Disegna la tua tavola" in cui i bambini, divisi per fasce di età, potranno stimolare le loro capacità di esplorazione, di sviluppo, di scelta e di rielaborazione, attraverso il gioco e la stimolazione sensoriale.

Disordini alimentari in età pediatrica, se ne parla troppo poco? Quali i segnali d'allarme?
In effetti si parla di più dei disturbi alimentari in età adolescenziale e adulta. Tuttavia l'infanzia contemporanea rivela un preoccupante aumento dell'utilizzo alterato o distorto del cibo e dell'atto alimentare, usati come strumenti per esprimere un malessere e/o come strategia per mettere in scacco l'altro. Crescere implica sempre, per il piccolo, impegnarsi a superare difficoltà per conquistare via via la propria autonomia e rafforzare la propria soggettività. Il bambino può manifestare quindi un suo disagio anche attraverso comportamenti che hanno più l'aspetto di "capricci" o "bizzarrie" nel modo in cui tratta il cibo (ad es: diffidenza verso cibi nuovi, accettazione di categorie di cibi solo di uno stesso colore, rifiuto a masticare…). Queste modalità, spesso transitorie, meritano attenzione perché costituiscono dei **campanelli d'allarme**: la rabbia, la gelosia, la paura, la fatica, il dubbio inquietano il bambino. In questi casi il bambino prova a sostituire il pianto o le parole con il cibo, rifiutandolo o divorandolo, come una forma di comunicazione, di protesta rivolta ad un altro perché possa ascoltare e comprendere il suo mondo interno. È quindi sensato e utile operare una prevenzione intesa come sensibilizzazione rivolta alle famiglie, alla scuola e agli addetti ai lavori, laddove prevenire è nell'infanzia un'operazione possibile. Prevenzione intesa come un aggiungere prima per rendere possibile agli adulti cogliere nei transitori disordini alimentari infantili il valore di campanelli d'allarme che segnalano un possibile disagio soggettivo del bambino, a cui è quindi preferibile prestare la giusta attenzione.


UMBERTO PRIMICERI

TEAM
DA DESTRA: **PAMELA PACE**, PSICOANALISTA, PSICOTERAPEUTA, PRESIDENTE ASSOCIAZIONE POLLICINO / **AURORA MASTROLEO**, PSICOTERAPEUTA, VICE PRESIDENTE ASSOCIAZIONE POLLICINO / **MARTA BOTTIANI**, PSICOLOGA, MEMBRO ASSOCIAZIONE POLLICINO / **ALESSANDRA CHIAVELLI**, AD IL GUFO.

Che supporto offrono, in concreto, l'Associazione Pollicino e il Centro Crisi Genitori?
Il Progetto Pollicino, orientato da una prospettiva psicoanalitica, si rivolge innanzitutto ai genitori in quanto interlocutori privilegiati dei propri figli e soggetti sofferenti a causa del disagio dei loro figli. Il Centro Crisi Genitori accoglie i genitori non solo come l'Altro del bambino, ossia come figure di riferimento fondamentali, ma anche come soggetti, portatori di una loro storia personale che si intreccia con la loro genitorialità.
Quando un figlio inizia a non mangiare la famiglia va in crisi: accogliere questa crisi, aiutare a non medicalizzare e promuovere la possibilità di riconoscere la dimensione relazionale in gioco nel disturbo alimentare serve a fare del sintomo dei figli l'occasione per un possibile cambiamento. Il Centro Crisi Genitori si propone innanzitutto come un servizio che offre un **primo colloquio gratuito** in cui accogliere e interrogare la preoccupazione dei genitori, di qualunque natura, e restituire loro la fiducia nelle proprie capacità rivitalizzando il desiderio di assumersi la responsabilità del compito educativo. Al primo colloquio possono poi seguire interventi terapeutici.

ASSOCIAZIONE POLLICINO
VIA AMEDEO D'AOSTA, 6
INFO: N. VERDE 800.644.622
TEL. 02.20404762 - INFO@POLLICINOONLUS.IT



CALENDARIO INCONTRI

Genitori
- MERCOLEDÌ 23 SETTEMBRE ORE 17.00: **"La tavola, l'amore e l'altro: il disagio alimentare dei bambini e l'ingresso nella mensa scolastica".**
- GIOVEDÌ 22 OTTOBRE ORE 17.00: **"L'immagine del corpo e l'appetito"**.

Bambini
- **Laboratori di arteterapia** (3 - 6 anni)
- SABATO 19 SETTEMBRE ORE 10.00: **"Mangiopoli"**.
- SABATO 17 OTTOBRE ORE 10.00: **"Dal piombo all'oro"**.

I posti sono limitati, si consiglia di contattare la segreteria per verificare la disponibilità.



Allergologia pediatrica

AL CENTRO MEDICO LOMBARDO, DIAGNOSI E CURA DELLE ALLERGIE IN ETÀ PEDIATRICA

di Valentina Valente

Quello delle allergie, di vario genere, è un tema che spaventa molto le mamme. Alle prime avvisaglie, siano esse di tipo cutaneo o respiratorio, ci si sente impreparati e fino a quando la diagnosi non viene emessa si rimane in uno stato di allarme. Le allergie possono essere di vario genere e i sintomi a volte non chiari. Ne abbiamo parlato con la dottoressa Elena Calcinai, specialista nel settore dell'allergologia pediatrica, per capire come affrontare questi problemi, mettendosi nelle mani di esperti.

Quali sono le più comuni forme allergiche nei bambini?

Le allergie nei bambini sono in continuo aumento, si stima che le manifestazioni allergiche abbiano avuto un incremento del 18% annuo. Addirittura la prevalenza dell'asma è raddoppiata negli ultimi 20 anni, e il 25% dei bambini risulta cutipositivo per qualche allergene. Le manifestazioni allergiche possono essere di vario tipo e cambiano in base all'età. Nel primo anno le più frequenti sono le forme gastrointestinali (coliche importanti nei primi mesi di vita, a volte correlate a diarrea e/o rigurgiti abbondanti o vomito, che possono essere un primo sintomo di patologia allergica anche negli allattati al seno).
Successivamente (1-3 anni) diventa più frequente l'eczema atopico, ovvero cute secca con chiazze iperemiche e prurito e poi (3-7anni) l'asma bronchiale (broncospasmi e tosse ripetuta) e l'oculorinite allergica.



Qual è la procedura per diagnosticarle e che tipo di servizi offre il Centro Medico Lombardo in questo campo?

Sicuramente un'accurata anamnesi da parte del medico può indirizzare verso una patologia di tipo allergico. Sono efficaci i prick test (test allergici epicutanei) che permettono di avere una diagnosi in circa 15 minuti. Consistono nel

posizionare una goccia di allergene (purificato e standardizzato) sull'avambraccio del bambino che viene fatto penetrare sotto cute con una piccola lancetta di metallo. Test non doloroso, non invasivo, efficiente e rapido, che viene eseguito al Centro Medico Lombardo durante la visita.
Inoltre, nelle forme di asma bronchiale, per eseguire una diagnosi corretta e per avere una stadiazione e un monitoraggio della malattia, è necessario eseguire una prova spirometrica ed eventualmente anche una spirometria da sforzo. Questo esame consiste nel far respirare il bambino in un boccaglio a volume corrente e poi nel farlo inspirare il massimo del suo volume polmonare ad espirazione forzata. È un esame di facile esecuzione, non invasivo, eseguibile dai 5-6 anni di vita.
Il Centro Medico Lombardo si avvale della collaborazione di Paola Artiaco, tecnica specializzata in fisioterapia respiratoria, e dispone di macchinari all'avanguardia per eseguire tali esami.

Oltre all'allergologo quali altre figure vengono coinvolte nella diagnosi?
Il Centro offre un'equipe di esperti tra cui, per le patologie allergiche, risultano importanti quella del dermatologo (nei casi più gravi di eczema atopico) e dell'otorinolaringoiatra per patologie miste (tipo ipertrofia adenoidea, sinusite cronica).

prova spirometrica







ELENA CALCINAI
SPECIALISTA IN PEDIATRIA
INDIRIZZO IN ALLERGOLOGIA
E IMMUNOLOGIA
PEDIATRICA
calcinai@ centromedicolombardo.it

Quali sono i sintomi più preoccupanti da non sottovalutare mai per una mamma?
In particolare per le allergie alimentari bisogna notare se all'assunzione di un cibo si presenta sempre la stessa sintomatologia, per esempio vomito o diarrea oppure comparsa di eruzioni cutanee quali orticaria (pomfi rilevati) o dermatite atopica.
Per le allergie respiratorie una tosse stizzosa con accessi anche notturni e/o durante lo sforzo fisico o sotto risata oppure una storia di broncospasmi ripetuti, devono far pensare ad una malattia su base allergica (asma allergica).
Allo stesso modo, raffreddori (rinite) cronici che non passano in qualche giorno, ma che per esempio sono presenti per tutto il periodo primaverile o che si scatenano con starnuti proprio all'arrivo ai giardinetti, devono fare scattare un campanello d'allarme per eventuali allergie alle erbe (graminacee o composite).
Gli stessi sintomi si possono avere anche in inverno quando si entra in un luogo chiuso e magari umido da imputare ad una sospetta allergia agli acari o all'alternaria.
Ovviamente il pediatra potrà aiutarvi ad individuare i sintomi di una malattia allergica.

Qualche consiglio per il mese di settembre e per quelli invernali che tra poco arriveranno?
Se a settembre il vostro bambino inizia a starnutire o ha gli occhi rossi pensate per prima cosa ad un'allergia all'ambrosia, un'erba infestante molto presente a Milano.
In inverno, invece, tossi secche che non passano devono porvi in allarme.

CENTRO MEDICO LOMBARDO
VIA MELCHIORRE GIOIA, 37 (M2 GIOIA)
NUMERO VERDE 800 609640
SEGRETERIA 02.67079399
WWW.CENTROMEDICOLOMBARDO.IT

bimbi sicuri, mamme felici



PRIMIGI SYSTEM garantisce qualità, massimo benessere e affidabilità.

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

La crescita di tuo figlio è una cosa meravigliosa e scegliere una calzatura che lo aiuti a diventare grande richiede amore ed attenzione. Da oltre 30 anni Primigi produce calzature per le esigenze specifiche di ogni fascia d'età: dai primi passi, quando il suo piedino ha bisogno di sostegno e protezione, fino ai 14 anni, quando le calzature devono saper soddisfare i gusti delle bambine con proposte moda e dei bambini con modelli a tutto sport.



PRIMIGI®

IMAC S.p.A. Tel. 075.50281 Numero Verde: 800-218715 - www.primigi.it



Preadolescenti

ecco i workshop per i genitori e l'assistenza per i compiti

di Laura Della Badia

C'è un momento in cui le esigenze dei nostri figli iniziano a cambiare: non hanno più a che fare con l'accudimento ma con l'istruzione, con una delicata crescita emotiva e con una nuova consapevolezza di sé. È la preadolescenza, una fase in cui la famiglia resta il punto di riferimento, insieme alla scuola e a chi si dedica all'educazione dei nostri figli.
Essere genitori significa anche predisporsi ad imparare come affrontare le nuove richieste dei nostri figli.
Ne abbiamo parlato con lo staff di Associazione PuntoUno, che dal 2005 si dedica alla formazione, non solo per i ragazzi ma iniziando dai genitori.



"Per noi", ci racconta Valentina Spignoli, pedagogista e fondatrice di Associazione PuntoUno, "la formazione è il punto di partenza di un circuito virtuoso che poi si autoalimenta. Accrescere le proprie competenze genitoriali significa migliorare gli equilibri in famiglia, gestire meglio lo stress, accompagnare i propri figli verso l'autonomia".

Che tipo di corsi proponete ai genitori?
Si tratta di due workshop. "Famiglia: segnali di stress" vuole rendere consapevoli i genitori di quanto lo stress sia contagioso, per poi insegnare loro a leggerne i segnali e ad individuare le risorse positive in famiglia, nonché tecniche di rilassamento da fare anche con i figli.
L'altro workshop invece è un percorso durante il quale i genitori apprendono metodi e strumenti da trasmettere ai figli, affinché possano gestire in autonomia i compiti.
I workshop e i servizi che Associazione PuntoUno offre alle famiglie e ai ragazzi sono patrocinati dall'Associazione Nazionale Pedagogisti Italiani ANPE, Sede Regione Lombardia.

Veniamo ai compiti, appunto, che pare siano diventati un importante "affare di famiglia"...
Oggi spesso si sente dire dai genitori "abbiamo i compiti da fare nel weekend": è la cosa più sbagliata! L'obiettivo dei genitori deve essere quello di rendere i figli in grado di farli da soli. Sappiamo che non è facile, soprattutto nelle nostre frenetiche giornate in città. Ma, anche nell'assistenza ai compiti e allo studio, che proponiamo qui da noi per i ragazzi delle medie, quello dell'autonomia resta uno degli obiettivi principali che ci poniamo, insieme al metodo e alla motivazione.

Che tipo di assistenza proponete?
"L'Officina dei compiti" si rivolge alla fascia d'età delle scuole medie. È previsto un percorso personalizzato di 6 incontri, per individuare esigenze, difficoltà etc, per poi entrare in piccoli gruppi di 4-5 persone, durante i quali ogni pomeriggio i ragazzi ricevono assistenza ma vivono



IL TEAM
IN ALTO DA SINISTRA: **MARIELLE BINKEN**, RESPONSABILE CORSI DI LINGUE E FACILITAZIONE GRAFICA E **VALENTINA SPIGNOLI**, PEDAGOGISTA E FORMATRICE. IN BASSO: **RACHELE MACCHI CASSIA**, PEDAGOGISTA E COUNSELOR SISTEMICO E **MASSIMILIANO ROVATI**, COMUNICAZIONE.

anche un piacevole momento di socializzazione.

Quali difficoltà riscontrate nei bambini e ragazzi oggi?
In molti casi gli alunni delle scuole medie non si sentono protagonisti del percorso formativo: svolgono i compiti in maniera automatica, come una cosa da fare, senza essere pienamente coinvolti e consapevoli. Succede più spesso alle medie, rispetto alle elementari, forse anche perché viene meno la figura dell'insegnate della scuola primaria e subentrano più figure per diverse discipline. Il nostro obiettivo diventa quindi il coinvolgimento. Una grossa lacuna è poi il metodo. Essendo invece un punto di partenza prioritario, abbiamo ideato un percorso di 6 incontri, il primo e l'ultimo dei quali sono per i genitori, proprio per individuare stili di apprendimento e metodi appropriati.



brain gym

L'apprendimento e lo studio non avvengono soltanto seduti immobili dietro un banco di scuola o una scrivania, ma anche attraverso il movimento.
Gli esercizi fisici Brain Gym®, ossia ginnastica per il cervello, in abbinamento alle tecniche di rilassamento, facilitano l'apprendimento stimolando e integrando i due emisferi cerebrali.

I pedagogisti di Associazione PuntoUno introducono bambini e ragazzi agli esercizi Brain Gym® rendendoli consapevoli, in pochi incontri, del ruolo del corpo nella scrittura, nella lettura, nella comunicazione, nella gestione delle emozioni e nella focalizzazione degli obiettivi.

Offrite anche un supporto specifico per i DSA (Disturbi Specifici dell'Apprendimento)?
Sì, ci occupiamo di disturbi legati all'apprendimento e al comportamento, con percorsi individuali rivolti a genitori, bambini e insegnanti. Offriamo un supporto dalla fase di individuazione del disturbo al recupero e all'accompagnamento allo studio. Non manca, inoltre, una specifica assistenza psicologica e neuropsichiatrica, quando necessaria. Oltre agli strumenti compensativi, proponiamo esercizi di rilassamento, training teatrale e metodi di visualizzazione grafica come le mappe mentali, utili non solo in questi casi ma a ogni studente. Lo scopo è sempre lo stesso: rendere più efficace, gioioso e divertente l'apprendimento.

Che tipo di comportamenti osservate? Di cosa hanno bisogno i ragazzini di questa fascia d'età?
È una fase delicata in cui si sviluppano competenze specifiche ed emerge una nuova consapevolezza di sé. Loro vogliono qualcuno che li aiuti a individuarle. Hanno bisogno di parlare, di confrontarsi, di esprimersi. Anche il teatro, tra le attività che proponiamo, li aiuta molto in questa crescita. Al nostro Corso "Teatro d'improvvisazione" si racconta, si lavora in gruppo e si esprimono le emozioni con voce, gesti e sguardi, condividendo le esperienze, cercando di capire la solitudine e la relazione con gli amici, imparando a chiedere e a offrire aiuto.





ASSOCIAZIONE PUNTOUNO
VIA FARUFFINI, 6 (M1 DE ANGELI)
TEL. 02.37072105
WWW.ASSOCIAZIONEPUNTOUNO.NET

CARCANO
CENTRO D'ARTE CONTEMPORANEA
Direzione artistica
Sergio Fantoni
Fioravante Cozzaglio
MILANO 1803

TEATRO, DANZA E MUSICA DAL VIVO IN DUE SPETTACOLI PER TUTTA LA FAMIGLIA !

CON FANTATEATRO

LA CASA DI BABBO NATALE

23 - 24 - 26 - 27 DICEMBRE 2015
ORE **17.00**



FANTAFAVOLE SHOW
"IMPREVISTI AL CASTELLO"

4 - 5 - 6 GENNAIO 2016
ORE **17.00**



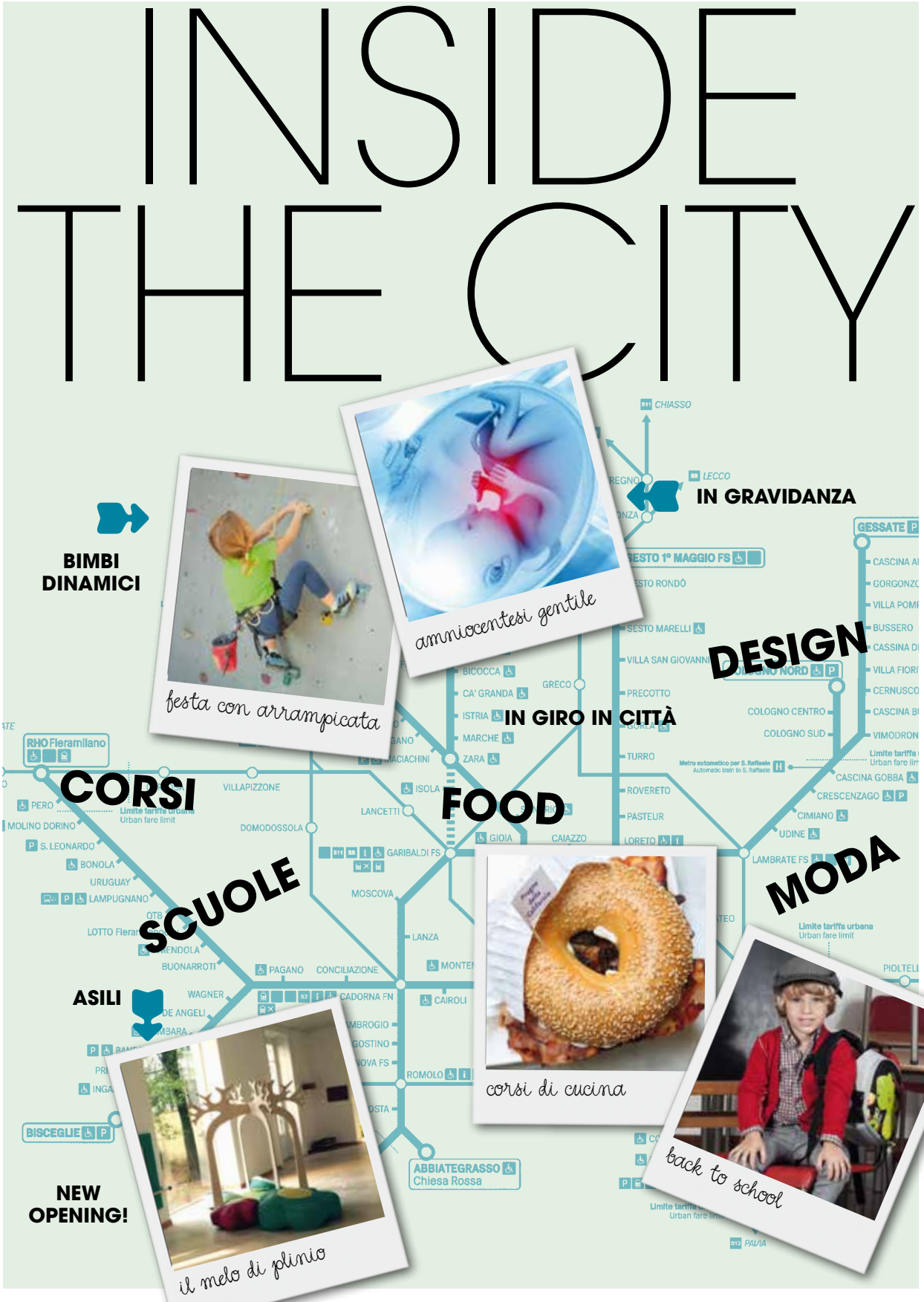
TEATRO CARCANO
CORSO DI PORTA ROMANA, 63 – M3 CROCETTA
BIGLIETTI
02 55181377 – 02 55181362 (25/12 CHIUSO)
WWW.VIVATICKET.IT
INFO
WWW.TEATROCARCANO.COM
INFO@TEATROCARCANO.COM

Milano
Comune di Milano
Cultura
Teatro Convenzionato

RegioneLombardia

MiBAC
MINISTERO PER I BENI E LE ATTIVITÀ CULTURALI

INSIDE THE CITY





COMPLEANNO CON ARRAMPICATA

UN MONDO VERTICALE A DISPOSIZIONE DEI BAMBINI





Le feste di compleanno, solitamente, sono momenti in cui i bambini possono divertirsi e sfogare le loro energie. Figuriamoci se, a loro disposizione, hanno una palestra di arrampicata sportiva! **Passaggio Obbligato** è un centro tutto dedicato a questo sport, uno spazio unico dove la passione dei soci per questo mondo si respira in ogni angolo. Qui si può organizzare una festa molto originale: tre ore di puro divertimento all'insegna del movimento. Istruttori esperti intratterranno i bambini con giochi ed esercizi fisici incentrati sullo sport dell'arrampicata, in totale sicurezza. Queste feste sono adatte a bambini a partire dai 5 anni ma sono molto apprezzate anche da ragazzini un po' più grandi. Si svolgono nel weekend, il sabato o la domenica, con orario a scelta. Il pacchetto comprende l'animazione con gli istruttori e l'utilizzo di tutta la location che, oltre alla palestra vera e propria, è dotata di un comodo bar dove i genitori possono rilassarsi e chiacchierare. Un'idea originale a tutta energia, per un compleanno diverso e molto divertente, che consente anche di scoprire un'attività sportiva non molto conosciuta.
Passaggio Obbligato offre ai bambini, durante tutto l'anno, corsi di propedeutica all'arrampicata. A partire dai 5 anni d'età i bambini possono avvicinarsi a questo sport in modo naturale e ludico, acquisendo a mano a mano maggior dimestichezza, sviluppando la propria percezione dello spazio, la capacità di concentrazione e di dosare la forza fisica. Proprio per queste caratteristiche, l'attività è adatta anche a bambini con problemi psicofisici, per i quali gli istruttori studiano degli esercizi mirati.
Per i bambini che più si appassionano c'è la possibilità di entrare nella **squadra** del centro e partecipare al **circuito delle gare** che, inizialmente, sono soprattutto dei momenti di condivisione e socializzazione che mirano più a consolidare i risultati raggiunti che ad una vera e propria competizione. Se, poi, si prosegue con passione, si può accedere ai veri e propri allenamenti agonistici, dando il via ad un percorso più impegnativo. Il centro è frequentato da bambini di ogni età e le lezioni possono svolgersi sia in gruppo, in orari prestabiliti, sia in modo privato, con personal trainer, con il quale si possono concordare di volta in volta orari e giorni. Adolescenti e preadolescenti sono attirati da questa attività: poche regole, a differenza degli sport classici come il basket o il calcio e più spazio alla fantasia e alla libertà d'espressione attraverso il proprio corpo, insomma uno sport per spiriti liberi! La palestra è estremamente accogliente per ragazzi e adulti, favorisce momenti di chiacchiere e relax, qui è possibile trovare riviste, libri e articoli specializzati, bere un drink in compagnia, organizzare manifestazioni ed eventi.
A questo punto, perché non prenotare la **lezione di prova gratuita** con i vostri bambini?

esercizi di arrampicata



PASSAGGIO OBBLIGATO
VIA DEGLI IMBRIANI, 17
TEL. 02.39325079
WWW.PASSAGGIOBBLIGATO.IT
PASSAGGIOBBLIGATO@PASSAGGIOBBLIGATO.IT





PAPER AND PARTY PRODUCTS

Tutto per la festa e altri momenti speciali. Addobbi, decorazioni, buste e scatole di carta, regali e regalini, dallo stile ricercato, raffinato, originale.
Questo e molto di più nel mondo della **"Cesta di Babette"**, tutto da scoprire.

ONLINE SU WWW.LACESTADIBABETTE.COM

Un posto tutto nuovo per la tua festa!

Un ambiente accogliente, confortevole e allegro, uno staff pronto ad accogliere le richieste di ogni mamma per feste di compleanno personalizzate. Da **Jijoca**, per i piccini: giochi, tappetoni e cuscini, la tenda degli indiani e il cottage delle principesse; per i più grandi, animazione e laboratori creativi! E poi, decorazioni e l'angolo goloso, per tutta la famiglia.
Jijoca è un nuovo baby concept store, dove puoi trovare anche tante originali idee regalo!

JIJOCA
VIA VENINI, 29 (M2 CAIAZZO) - WWW.JIJOCA.COM





i ricordi piu' belli?

Vuoi conservare i ricordi delle tue feste di compleanno, dei tuoi amici, di ricorrenze uniche? Non tenerle nascoste nella memoria del tuo smartphone… stampale! Come? In modo originale e divertente, con **PhotoBox**! In stile polaroid con colori ad altissima definizione. Riceverai le Polaroid in una speciale custodia chiusa magneticamente!

ONLINE SU WWW.PHOTOBOX.IT



new opening!

IL MELO DI PLINIO

UNA FIABA AL CENTRO DEL PROGETTO EDUCATIVO

A settembre si sono aperte le porte dell'asilo Il Melo di Plinio, pronto ad accogliere i suoi nuovi piccoli iscritti, in una location spaziosa, luminosa e colorata. Non solo un nuovo asilo, bello e funzionale, ma un mondo per l'infanzia, fatto di amore per la natura e voglia di mettere i bambini al centro. Una filosofia che la fondatrice Elena Ferrari ha messo per iscritto attraverso una **bellissima fiaba** il cui protagonista, proprio un albero di melo, si nutre solo delle cure e delle attenzioni dei bambini del paese in cui si trova.

Per i suoi piccoli amici, il melo diviene un saggio compagno di vita. Su questa tenera storia, e sui valori che essa trasmette, si basa gran parte della formazione didattica, a partire dal piantare il seme di mela, proprio a settembre, nell'ampio cortile. L'albero crescerà e tutte le generazioni di bimbi che frequenteranno l'asilo se ne prenderanno cura. Il cuore del progetto educativo è rivolto ai bambini e ai loro bisogni emotivi. Non un metodo didattico, ma l'insieme di più metodi, dai più tradizionali ai più innovativi, daranno vita ad un percorso ricco di stimoli, che mira allo sviluppo sensoriale, emotivo e fisico dei bambini. Solo per fare qualche esempio: il **"cestino dei tesori"** e il **"gioco euristico"** di **E. Goldshmied**, attività pensate per offrire ai bambini la possibilità di poter sperimentare ed esplorare, in cui il ruolo dell'adulto è quello di osservatore attento, senza essere intrusivo. Viene posto al centro dell'approccio educativo, come insegna **Maria Montessori**, il raggiungimento delle autonomie: ecco che i bimbi impareranno, sotto la guida attenta e consapevole delle educatrici, ad apparecchiare la tavola, a tagliare la banana o a spalmare la marmellata sul pane e a preparare il loro lettino per la nanna; il piccolo rivela se stesso solo quando è lasciato libero di esprimersi in tutte le sue potenzialità. Da segnalare è anche il progetto speciale introdotto come novità per l'anno 2015/2016: l'inserimento dello **Shiatsu** all'interno della routine quotidiana del nido, attraverso il programma **"Le mani arcobaleno"**, un laboratorio ludico-formativo rivolto ai bimbi a partire dai due anni. Lo Shiatsu nei bambini è un valido aiuto per la crescita, poiché rafforza il sistema immunitario ed è utile nei casi di disturbi legati all'apparato gastro-intestinale, all'apparato respiratorio, al sonno e agli stati d'ansia. L'asilo dispone di un bellissimo **giardino sensoriale** dove ogni bambino potrà curare la propria aiuola e sviluppare i suoi sensi a contatto con la natura.

Questo amore per la natura si rispecchia anche nella scelta dei materiali per i giochi, prediligendo quelli naturali, e nella scelta del cibo, sempre fresco e preparato direttamente dalla cucina interna. I bambini potranno anche gustare crostate, budini, yogurt fatti per loro.

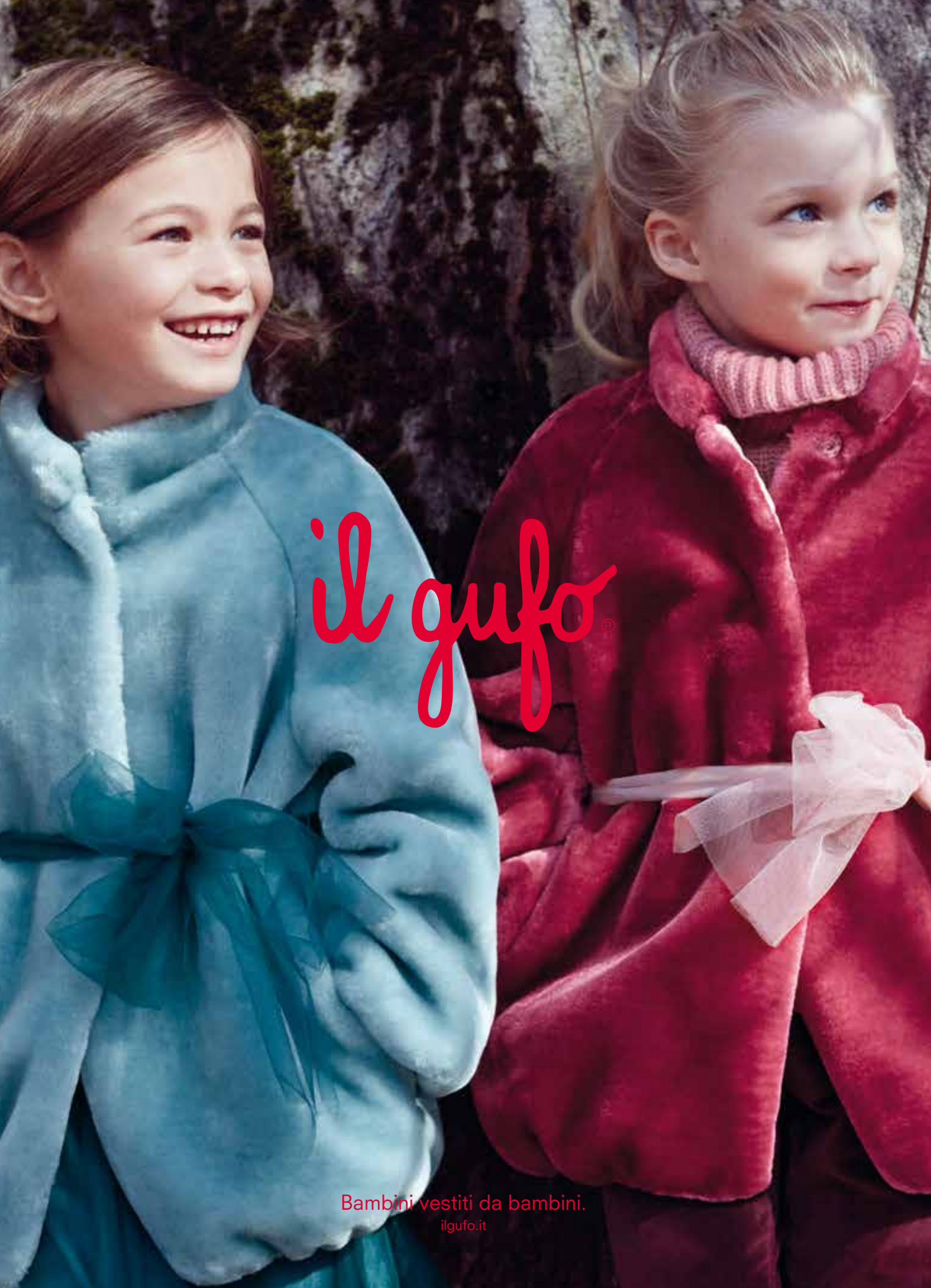
Sono previste anche **attività extra** per i non iscritti.







IL MELO DI PLINIO
VIA PLINIO, 16 - (M1 LIMA)
WWW.ILMELODIPLINIO.IT
TEL. 02.23168537


il gufo®
Bambini vestiti da bambini.
ilgufo.it

LEGGERE
CON I PICCOLI
Back to School!



i consigli di

FRANCI BOOK EXPRESS

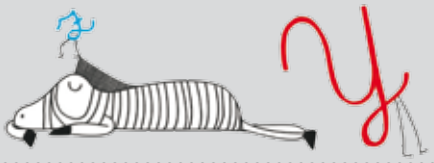
LA PERSONAL SHOPPER DI LIBRI, PER GRANDI E BAMBINI.
HTTP://FRANCIPANUELLO.WIX.COM/FRANCIBOOKEXPRESS



«A» CONTRO TUTTI.
LA RIVOLTA DELLE MINUSCOLE

Tutte le lettere dell'alfabeto sono importanti! Lo sa la piccola "a" che, stufa di essere maltrattata dalla A maiuscola, decide di ribellarsi, prepara le valigie e se ne va insieme a tutte le sue amiche minuscole. Ben presto ci si accorge che senza di loro nessuno riesce più a scrivere, così le maiuscole cercano dappertutto le piccole lettere per fare pace e stare di nuovo tutte insieme. Una storia sull'amicizia e sulle prime regole della scrittura. Per un ritorno a scuola in allegria.

AUTORE: Marco Scalcione
EDITORE: ElectaKids, 32 pagine
PREZZO: 14,90 euro
LETTURA: dai 5 anni
DOVE: **Libreria dei Ragazzi,**
Via A. Tadino, 53









CI VUOLE UN LIBRO.
CREA, GIOCA E DIVERTITI CON LA CARTA

Preparate colla, forbici, pennarelli, matite e tanta carta: vecchi giornali o riviste della mamma e aggiungete tutta la vostra creatività.
Dalle pagine in disuso possono prendere vita originali biglietti d'auguri, decorazioni, pupazzi e animali, incantevoli scenari pop-up e persino accessori e ciotole. Nel libro si trovano più di trenta idee, dalle più semplici a quelle più complicate, con foto, modelli da ricalcare e istruzioni che spiegano in maniera precisa ogni passaggio. Abbasso la noia e viva la fantasia!

AUTORE: Clare Youngs
EDITORE: Terre Di Mezzo, 128 pagine
PREZZO: 15,90 euro
LETTURA: dai 6 anni
DOVE: **Feltrinelli**
Piazza Piemonte, 2







L'INGLESE CHE FA LA DIFFERENZA

CORSI PER
BAMBINI,
RAGAZZI
E ADULTI





- Via Manzoni, 38 - MM Montenapoleone/San Babila
- Corso Magenta, 71 - presso Collegio San Carlo (MM Conciliazione/Cadorna)
- Via Bonvesin de la Riva, 12 - presso Istituto Maria Ausiliatrice
  zona Corso XXII Marzo (tram 12, 27 - Bus 60, 73)

Informazioni ed iscrizioni
in Via Manzoni, 38 - Milano
T 02 77 22 21
contatti.milano@britishcouncil.it

Prenota il test sul sito
www.britishcouncil.it

www.britishcouncil.it

L'ente culturale britannico

CORTECCIA

LIBRI A MISURA DI BAMBINO



Corteccia è un mondo da esplorare e scoprire, pagina dopo pagina! È una libreria specializzata per l'infanzia, in cui, appena entri, hai voglia di aprire le bellissime e colorate copertine, che invitano i bambini (ma non solo) ad avvicinarsi alla magia e all'incanto di storie illustrate, fiabe, libri-gioco e tanto altro.
Alla guida di Corteccia ci sono Anita e Alice, che sono innanzitutto due lettrici appassionate e che per questo hanno sempre lavorato nel settore, tanto che si sono conosciute in un bookshop. Da lì, l'idea di intraprendere "il mestiere più bello del mondo, perché vendiamo sogni, fantasie, porte spalancate su nuovi universi". Alla base di questo progetto, una convinzione: non esistono i "non lettori", bisogna essere educati al libro per non averne paura, per abbandonarsi liberi, per sgranare gli occhi come bambini. "Così" ci raccontano "abbiamo deciso di prendere in mano la nostra vita e di aprire la libreria dei nostri sogni, decidendo di partire dai bambini e dall'incredibile universo che l'editoria per l'infanzia, quella stimolante e di qualità, è riuscita a creare. Perché è un mondo su misura per chiunque sia disposto a farsi piccolo in una realtà che ti vorrebbe grande a tutti i costi. Perché crediamo che in questo preciso periodo storico così vorticoso e cannibale, possa esistere un luogo in cui il tempo è scandito dalle pagine voltate, in cui il profumo della carta e del legno ti inebria e in cui i sognatori, le donne e gli uomini di domani possano sentirsi a casa".
Ovviamente da Corteccia non manca un angolo gioco con tavolo, colori e fogli per disegnare, e c'è anche una saletta con morbidi cuscini invitanti per i bimbi. Qui si organizzano anche eventi per le mamme.
Per saperne di più basta consultare il calendario sulla pagina Facebook o iscriversi alla newsletter.

CORTECCIA
VIA BERNARDINO LANINO, 11
TEL. 02.89054491
FACEBOOK: CORTECCIA

CONSIGLIATI DA CORTECCIA
PER IL RIENTRO A SCUOLA



CIAO, TU
Chi non ha mai scritto un bigliettino tra le pareti di un'aula scolastica, durante l'ora di lezione?!
Questa è la storia di Michele che si ritrova nello zaino un misterioso biglietto. Di chi sarà? Sarà una lei, sarà un lui? Sarà uno scherzo? Michele si lascia contagiare dalla curiosità di risolvere l'enigma e risponde ai messaggi. Inizia così una caccia agli indizi che affollano i bigliettini e cresce la voglia, finalmente, di incontrarsi.

AUTORE: Beatrice Masina e Roberto Piumini
EDITORE: BUR
PREZZO: 8 euro
LETTURA: dai 13 anni



LA PROVA
Alcune prove sembrano insuperabili, come quella che si presenta tutti i giorni sulla strada di scuola ai protagonisti di questo piccolo libro. Ma con coraggio, determinazione e l'aiuto reciproco tutto è possibile! Una tenera storia sulle prove che quotidianamente dobbiamo affrontare.

AUTORE: Cristina Petit
EDITORE: Bacchilega
PREZZO: 8 euro
LETTURA: dai 4 anni



ADVERTISING | GAIA AVALLONE







Pronta per lo scatto!



13 GIUGNO

DIVA PER UN GIORNO DA MONNALISA

La boutique di Monnalisa in Via della Spiga 52 si è trasformata in un set fotografico! Moda e divertimento per tutte le bambine che hanno posato con abiti da sogno per una foto artistica indimenticabile. In negozio, Arianna Coltorti, artista e ideatrice di Wallpeople, special guest della giornata con i suoi meravigliosi ritratti fatti a mano con materiali di recupero.

Foto: Corrado Calvo















L'artista Arianna Coltorti crea un ritratto



AL GONZAGA SPORT CLUB TANTI CORSI E INIZIATIVE PER MAMME E BAMBINI

PER I BIMBI

SCUOLA NUOTO, AGONISMO, PALLANUOTO, FIT KID, GIOCO KUNG FU, GIOCO SCHERMA

PER GLI ADULTI

NUOTO LIBERO, MASTER, ACQUA FITNESS, BOOT CAMP, DECK TRAINING

ATTIVITÀ GENITORI - BAMBINI E TANTO ALTRO ANCORA...

GONZAGA SPORT CLUB

Gonzaga Sport Club | Via Settembrini, 17/A - 20124 Milano | T - 02 36765720
info@gonzagasportclub.it



AUTUNNO AL BARCLAYS TEATRO NAZIONALE



IL PICCOLO PRINCIPE E THE BLUES LEGEND

Dopo il grande successo del 2014, che ha registrato più di 20.000 spettatori, ritorna al Barclays Teatro Nazionale **Il Piccolo Principe**.
Dal 20 settembre, infatti, ogni domenica mattina alle ore 10.30, bambini e adulti saranno condotti per mano in un meraviglioso ed emozionante spettacolo.
Da un'idea di Chiara Noschese, che ne cura anche adattamento e regia, prende vita la rivisitazione teatrale del testo autobiografico nato dalla penna di Antoine De Saint-Exupéry nel 1942 e pubblicato nel 1943. Considerato uno dei libri più letti al mondo, offre piani di lettura differenti che partono dalla fiaba e dall'educazione sentimentale, per arrivare alla poesia fino alla psicologia e alla filosofia. Nonostante la sua ricchezza e molteplicità di argomentazioni, è rivolto a tutti e la semplicità del linguaggio utilizzato esalta in pieno e rende chiaro il pensiero dell'autore.



COSA VEDREMO IN SCENA?

Un pilota di aerei, precipitato nel deserto del Sahara, incontra un bambino che gli chiede "Mi disegni una pecora?". Stupito per la situazione in cui si trova, il pilota non capisce il perché di questa ed altre richieste strane del bambino che, poco per volta, dice di essere il principe di un lontano asteroide, sul quale abita solo lui, tre vulcani e una piccola rosa che lui cura e ama.
Il piccolo principe racconta che, nel vagare per lo spazio, ha conosciuto tanti strani personaggi, che gli hanno insegnato diverse cose. La cura per la sua rosa lo ha fatto soffrire molto, perché spesso questa si è mostrata scorbutica. Ora però che è lontano, il piccolo principe scopre piano piano che le ha voluto bene, e che anche lei gliene voleva. Purtroppo però non si capivano. Il piccolo principe, proveniente dall'asteroide B612, aveva bisogno della pecora per farle divorare gli arbusti di baobab prima che crescessero e soffocassero il suo pianeta.
Visitando ciascun pianeta dall'asteroide 325 al 330 il piccolo principe se ne va con l'idea che i grandi siano strani, ma anche con un piccolo insegnamento per sé…





IL PICCOLO PRINCIPE

DAL 20 SETTEMBRE
Adattamento e regia: Chiara Noschese
Regia associata: Roberto Bani
Con Salvatore Palombi nella doppia veste di voce narrante e attore

Domenica mattina alle 10.30
(per le scolaresche, repliche infrasettimanali)
Bambini: 12 euro
Adulti: 19 euro
Nonni accompagnati da almeno un bambino: 15,50 euro
Informazioni: Tel. 02.00640888
(merc-sab dalle 15.00 alle 18.00)
Prenotazioni scuole:
Tel. 02.00640835 – 02.00640859
(lun-ven dalle 10.00 alle 17.00
Box office Barclays Teatro Nazionale:
mart-dom dalle 12.00 alle 19.00
www.teatronazionale.it



L'obiettivo di questa nuova messa in scena è quello di far passare questi messaggi ai bambini di oggi, veri e propri nativi digitali, sempre più stimolati da input diversi, veloci, a tratti violenti riconducendoli all'"antico": ascoltare una storia e venirne coinvolti. I valori indicati nel romanzo sono gli stessi dello spettacolo: godere della bellezza, prendersi cura dell'amore, coltivare l'amicizia, non perdere la speranza.
I bambini giocheranno con Antoine, il Piccolo Principe, aiutandolo a tornare a casa. Saranno aiutati nel viaggio da effetti sonori e proiezioni tecnologiche.

MUSICA E ILLUSTRAZIONI

Una curiosità è rappresentata dalla musica che convive garbatamente con la storia attraverso alcuni temi dei Pink Floyd declinati in arrangiamenti quasi sconosciuti.
Il pubblico godrà inoltre delle suggestive immagini a fumetti del Piccolo Principe prodotte dall'illustratrice per l'infanzia Neva Chieregato.
Effetti sonori e giochi di luci ci portano in un'altra dimensione: il lato poetico e filosofico sarà supportato da una comunicazione semplice e diretta così da tenere viva l'attenzione dei bambini.

e per gli adulti?

THE BLUES LEGEND. IL MUSICAL!

DAL 15 SETTEMBRE
AL 22 OTTOBRE

Giacca e pantalone scuro, cappello, occhiali da sole, la battuta sempre pronta e un vero talento per la musica.

The Blues Legend - il Musical, due ore di grande spettacolo, impreziosito da coreografie appassionanti, effetti speciali, una indimenticabile colonna sonora, tanto divertimento!
Dodici personaggi alla ricerca di un sogno: fare musica!

Le più conosciute e importanti hit della musica rhythm'n'blues degli anni '60 -'70, suonate e cantate rigorosamente dal vivo.
Un musical con la colonna sonora dei Blues Brothers in cui le vere protagoniste sono la musica e l'energia!

Una nuova straordinaria regia di Chiara Noschese.



THE BLUES LEGEND. IL MUSICAL

DAL 15 SETTEMBRE AL 22 OTTOBRE.
DAL 14 AL 16 DICEMBRE
E PER LA SERATA DI CAPODANNO

ORARIO SPETTACOLO
DAL MARTEDÌ AL SABATO SERA ORE 20.45
SABATO E DOMENICA POMERIGGIO
ORE 15.00 – DOMENICA SERA ORE 19.00

PREZZI DEI BIGLIETTI COMPRENSIVI DI PREVENDITA
POLTRONISSIMA VIP 69 EURO - I POLTRONA 57 EURO - II POLTRONA 46 EURO - GALLERIA 37 EURO - VR 22 EURO

VENERDÌ E SABATO SERA - DOMENICA POMERIGGIO
POLTRONISSIMA VIP 75 EURO - I POLTRONA 64 EURO - II POLTRONA 53 EURO - GALLERIA 41 EURO - VR 26 EURO

INFORMAZIONI E VENDITA
INFO LINE: 02.00640888 (DA MERCOLEDÌ A SABATO DALLE ORE 15 ALLE ORE 18.00)
WWW.TEATRONAZIONALE.IT
WWW.TICKETONE.IT
BOX OFFICE BARCLAYS TEATRO NAZIONALE
(DA MARTEDÌ A SABATO DALLE ORE 14.00 ALLE ORE 19.00)
INFOLINE: 02.00640888



Tan'atara

CIRCO, RICICLO, DANZA, MUSICA E TANTO ALTRO… IN PARTENZA I NUOVI CORSI!

Uno spazio e una filosofia eco-friendly, studiati a misura di bambino, per stimolare la socializzazione, la creatività e il divertimento: Tan'atara (gioia di vivere) nasce da un'idea di Stefania e Paolo, entrambi con importanti esperienze nel mondo dei bambini. A distinguere tutte le attività è la componente didattica di ogni laboratorio, in cui trovano posto sempre alcuni valori principali: il rispetto dell'altro, il consumo consapevole, il riciclo e un comportamento alimentare equilibrato. Anche la merenda, offerta durante i laboratori, è sempre biologica.
Questa filosofia si rispecchia anche nell'arredamento: materiali naturali, dal design di ispirazione nord europea, con colori tenui e bellissime illustrazioni. Tan'atara favorisce anche la socializzazione con i bambini diversamente abili che possono contare su educatori esperti per interagire col gruppo. Ecco una panoramica di tutte le attività:

CON-TE-STO (10-24 MESI)

Bambini accompagnati da un adulto. Una pedagogista propone giochi che sviluppano l'area sensoriale e psicomotoria e risponde alle domande di chi si prende cura del bambino nel primo anno di vita.

SPAZIO CUCCIOLI (12-36 MESI)

L'alternativa all'asilo nido (riconosciuto Centro Prima Infanzia). I bambini avranno l'opportunità di crescere insieme ai loro coetanei, grazie alla guida esperta di un'educatrice, a un progetto pedagogico e ad un programma d'inserimento opportunamente studiati.

LABORATORI DIDATTICI (2-9 ANNI)

GiocosaMente Circo

Paolo, educatore e clown professionista, avvicina i bambini alle arti circensi (giocoleria, equilibrismo, acrobatica,clownerie) per un sicuro sviluppo dell'autostima e delle capacità psicomotorie.



GustosaMente Cucina

I bambini giocano con i colori dei diversi alimenti, annusano e assaggiano, ascoltano il crocchiare delle verdure e del pane. Sperimentano semplici tecniche culinarie e ricevono la ricetta da portare a casa.

NaturalMente Riciclo

Oggetti di uso comune, carta, scarti industriali prendono nuove forme e una nuova vita.

NaturalMente arte

I laboratori sono tenuti da Daniela Vignola, illustratrice di fiabe per bambini, una fatina con colori e pennelli naturali.

GiocosaMente danza

Grazie a Marta, psicomotricista, e all'introduzione di esercizi-gioco, il bambino ha un approccio spontaneo alla danza e sviluppa così le sue capacità psicomotorie con sicurezza e naturalezza.



SPECIAL EVENTS

Tan'atara è anche una bellissima location per organizzare le feste di compleanno e non solo: anche battesimi, comunioni e altre ricorrenze per le quali si desidera un ambiente nuovo e a misura di bambino, e uno staff dedicato!

Inglese con Ready, Set... English!

Grazie al metodo "Ready, Set... English!", disciplinato da Early Years Foundation Stage che definisce gli standard per l'insegnamento, lo sviluppo e il benessere dei bambini, i vostri figli impareranno l'inglese divertendosi. Le attività variano dal pitturare, colorare e giocare con il pongo, la farina e la sabbia, sino alla musica e al racconto di fiabe e favole!
Età (24-36 mesi, 3-5/ 6-9 anni).

MUSICA. Metodo GORDON

Corsi di musica per bambini da 0 a 9 anni, suddivisi per fasce d'età (0/3 anni; 3/6 anni; 6/9), mirate a favorire la curiosità e l'apprendimento musicale attraverso l'utilizzo della voce e del corpo in movimento. Gli incontri si basano sulla Music Learning Theory di Edwin Gordon.

TAN'ATARA
VIALE COL DI LANA, 12
TEL. 02.83421808 - CELL. 393.8363647
WWW.TANATARA.IT - INFO@TANATARA.IT
FACEBOOK: TAN'ATARA


ninetta®
crescere è un'impresa da grandi
S H O P
Via Tivoli, 8
MILANO
TEL. 02 86882490
ABBIGLIAMENTO
BAMBINO,
INTIMO E PIGIAMI
0-14 ANNI







A SCUOLA DI CUCINA
DA CALIFORNIA BAKERY

di Laura Della Badia

Ci siamo state questa estate, e abbiamo imparato a fare dei buonissimi pancakes: da California Bakery non si gustano solo prelibatezze della cucina americana, ma si può anche imparare a realizzarle. Il Cooking Lab si trova in Piazza San Simpliciano, comodo da raggiungere, in pieno centro. 12 postazioni, accessoriate e ben organizzate, dalle quali seguire passo dopo passo le indicazioni sulla preparazione delle ricette. Qualche esempio? Si va dal dolce al salato: pancakes, burger, fish and chips, apple pie, red velvet cake, cheescake e tanto altro.
Il laboratorio dedicato ai pancakes, a cui abbiamo partecipato, era comodo anche come orario: dalle 13.00 alle 14.00. Alla fine di ogni corso, ciascuno porta poi a casa la propria preparazione. Noi, dato l'orario, l'abbiamo gustata insieme ai partecipanti e alle insegnanti, in un'atmosfera piacevole e friendly! I nostri pancakes erano soffici al punto giusto, accompagnati da salmone norvegese e robiola. Abbiamo portato a casa la ricetta, che viene consegnata a fine corso, e siamo pronte per cimentarci da sole!
L'idea del Cooking Lab non è solo quella di insegnare, quanto quella di trasmettere i valori del brand attraverso la passione e la voglia di stare insieme in cucina. Tanti suggerimenti, ad esempio, sui migliori ingredienti, sul modo più appropriato di usarli e sul cibo cucinato correttamente, che diventa quindi buono e sano, grazie a materie prime di alta qualità.
Sul sito www.californiabakery.it è disponibile il calendario dei corsi in partenza a settembre. Si va da quelli di 2 ore a quelli più impegnativi di oltre 3 ore, fino ai master di 8 ore, ma ci sono anche i corsi da fare con i bambini e quelli dedicati ai teenagers. Non resta che scegliere e prepararsi a scoprire tutti i segreti di Californa Bakery!

I TEMI DEI LABORATORI

Cakes, Savory, Master, Baby&Parents, Teen.

LE NOVITÀ IN CALENDARIO
(settembre - dicembre)

Eve dinner master, Xmas lunch, Xmas cake, Aperitivo, Fish&chips, Salmon pie, Baby sweet&savory pop corn.

COOKING LAB
PIAZZA SAN SIMPLICIANO, 7 (M2 MOSCOVA)
INFOCOOKINGLAB@CALIFORNIABAKERY.IT
TEL. 02.39811750
WWW.CALIFORNIABAKERY.IT/COOKING-LAB







COOKING PARTY!

La scuola è il luogo ideale anche per feste, piccoli eventi privati e team cooking. Dedicato a chi ama cucinare con gli amici, uno spazio e un team a disposizione per condividere la propria ricetta preferita: da 6 a 12 invitati, è possibile festeggiare in cucina e con un banchetto su misura. La festa può essere per adulti o bambini. Ogni invitato avrà le mani in pasta, un cappello da cuoco e, con il prezioso aiuto del team, potrà divertirsi per un pomeriggio a fare lo Chef.



Mamma, vuoi ritrovare la forma perfetta?

Bastano 20 minuti a settimana con

urban fitness®



Prenota la tua prova gratuita e presenta questo coupon in uno dei 4 Centri Urban Fitness di Milano: avrai diritto a uno sconto del 30% sull'abbonamento Silver di 12 sedute.

- **Tonifica e scolpisce**
- **Agisce sul dimagrimento**
- **Riduce il mal di schiena**
- **Migliora la circolazione**
- **Contrasta la cellulite**

Via Vittor Pisani, 9 - Tel 02 45473481
Piazza V Giornate, 6 - Tel 02 49531449
Via San Giovanni Sul Muro, 17 - Tel 02 36535982
Viale Sabotino, 20 - Tel 02 58309976

info@urbanfitness.it - www.urbanfitness.it

Powered by BODY



A MERENDA?
DA MISS LUFFY LUF

- Ci vediamo per un caffè?
- E i bambini che fanno?
- Tranquilla, da Miss Luffy Luf c'è la ludoteca!
Proprio così. La pasticceria Miss Luffy Luf ha realizzato un'idea semplice quanto geniale per le esigenze delle mamme: la possibilità di concedersi una pausa golosa e di relax, mentre i bambini si divertono in una sala pensata proprio per loro! Non sarà necessario intrattenerli o rincorrerli, qui hanno tutto ciò che desiderano, compresa una meravigliosa casetta. L'ingresso in ludoteca costa 5 euro ed è comprensivo della merenda per i bambini.





ANCHE A PRANZO
PER UN PRANZO VELOCE E GUSTOSO: 8 EURO IL PIATTO DA COMPORRE SCEGLIENDO TRA LE PROPOSTE DEL GIORNO. DOLCETTO E CAFFÈ IN OMAGGIO

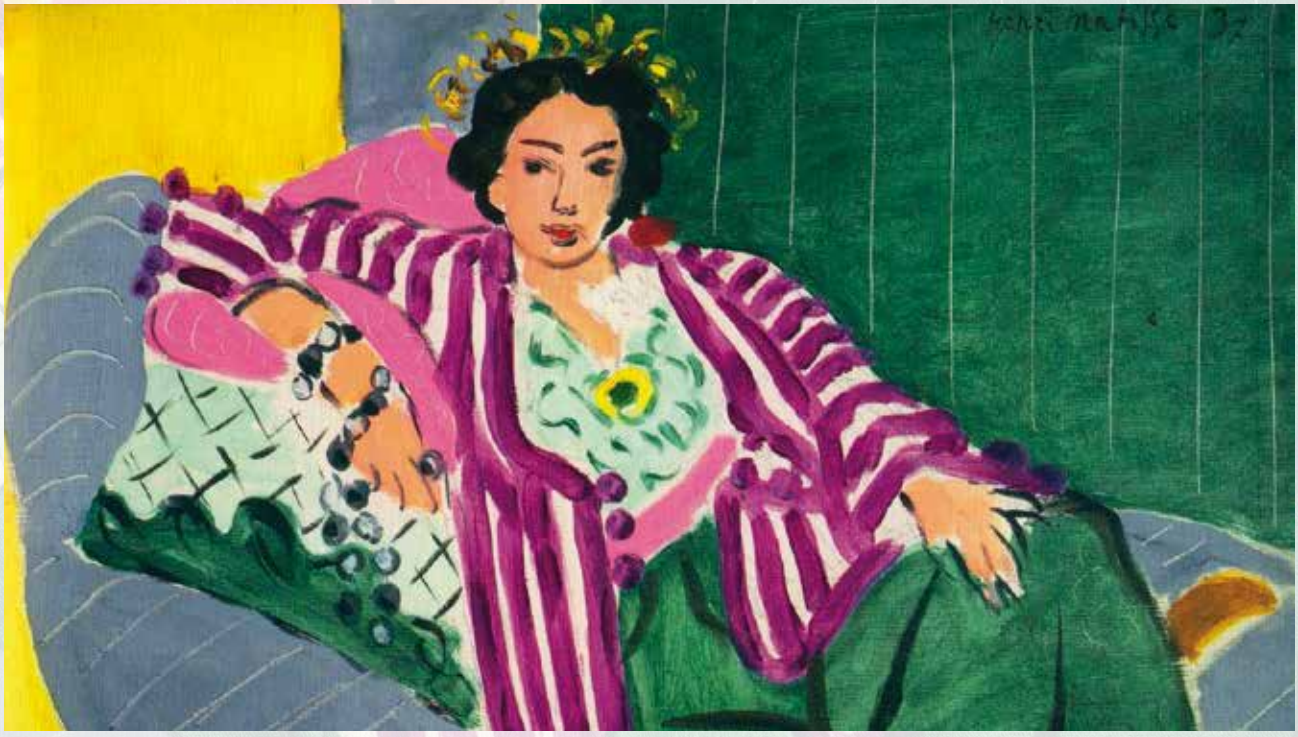
L'idea non poteva che venire a due genitori: Annamaria Castoldi e Gianluca Buono, entrambi designer con una grande passione per il mondo dei dolci e della cucina. Da quando Annamaria ha iniziato, diversi anni fa, a preparare torte per i figli delle amiche, le richieste si sono moltiplicate con il passaparola, a tal punto da convincerli ad intraprendere una nuova avventura. Un salto basato su due solidi principi: creare **un locale a misura di bambino** (a partire dal nome che è una specie di "Uffa" pronunciato dal piccolo di famiglia mentre la mamma era impegnata nella modellazione delle torte) e riportare in auge gli ingredienti della pasticceria italiana. Qui infatti si possono trovare le torte modellate con la pasta di zucchero ma l'interno è un goloso cuore di pan di spagna e crema della migliore qualità! I cupcakes invece sono ricoperti utilizzando panna e mousse di cioccolato bianco al posto della crema al burro.
A contraddistinguere tutte le proposte è una grande attenzione ai dettagli; tutto è realizzato con **ingredienti freschi**, **senza nessun preparato**. L'offerta include piccola pasticceria, croissant ma anche panini salati, insalate e proposte per il pranzo, da consumare nella bellissima sala. Da poco è disponibile anche un menù vegano, oltre che dolci vegani.
Miss Luffy Luf organizza anche feste di compleanno. Sarà lo staff a occuparsi di tutto: addobbi, buffet dolce e salato, torta, animazione con **spettacoli di magia e balli!** I genitori potranno decidere se accomodarsi nella sala pasticceria al piano strada o restare con i bambini nella sala ludoteca al piano inferiore.
Infine ci sono i laboratori, come il corso per fare i biscotti di pastafrolla (bambini dai 6 anni) e quelli per adulti, per imparare a decorare le torte!



LA DOMENICA
COLAZIONE-BRUNCH!
Ogni domenica è possibile concedersi una ricca colazione in totale relax. Croissant, torte, yogurt, cereali, centrifughe ma anche panini, affettati e proposte salate! Adulti 10 euro, bambini 5 euro. Dalle 10 alle 13. Un'alternativa al più impegnativo brunch

MISS LUFFY LUF
VIA VARESE, 4 (M2 MOSCOVA)
LUN-DOM DALLE 7 ALLE 19:30
FACEBOOK: MISS LUFFY LUF

LA SALUTE
È AL CENTRO DEL NOSTRO INTERESSE



Siamo uno **STUDIO MEDICO ASSOCIATO** dove lavorano diversi specialisti. Molti di loro sono ginecologi, ma nel corso degli anni abbiamo voluto offrire una gamma di servizi sempre più vasta come il **CENTRO PRELIEVI**, per tutti gli esami del sangue.
SERVIZI PER LE DONNE, LE LORO FAMIGLIE, I LORO COMPAGNI. SERVIZI PER LE PIÙ GIOVANI E LE MENO GIOVANI, PER CHI HA FIGLI, PER CHI VORREBBE AVERNE E PER CHI NON NE HA. PER CHI È ATTENTO ALLA PREVENZIONE, PER CHI VUOLE INFORMARSI E AGGIORNARSI.
La diagnosi precoce e la prevenzione dei tumori femminili e maschili sono tra le finalità più importanti dello Studio Medico Boscovich.

La maggior parte dei nostri professionisti collabora anche con l'Istituto Europeo di Oncologia (IEO) di Milano.

Studio Medico Boscovich

Via Settembrini 7, Milano – Tel. 02.6693281 – Fax 02.67071133
info@studiomedicoboscovich.com - www.studiomedicoboscovich.com



A SCUOLA DI CAPOEIRA!

Un'antica e suggestiva disciplina, che aiuta a sviluppare equilibrio ed agilità, concentrazione e creatività, rispetto per l'altro e spirito di collaborazione.
La capoeira è un'**attività insolita e incredibilmente stimolante**; si dice che sia nata in Africa, cresciuta in Brasile, e che oggi appartenga al mondo intero. È danza, arte marziale, gioco e sport ma anche difesa personale e musica!
Sport perfetto per i bambini, associa i benefici dell'attività fisica con la componente ritmica. I bambini imparano a muoversi, acquisendo una grande agilità, attraverso la **componente ludica**, elemento non trascurabile quando si ha a che fare con i piccoli. La capoeira è divertente! È un gioco che permette di esprimere le proprie potenzialità e di acquisire, attraverso la padronanza del proprio corpo, una maggiore sicurezza in sé. Anche **il canto** ha un ruolo fondamentale sotto questo aspetto. Viene infatti utilizzato in altri ambiti come vera e propria terapia per migliorare la consapevolezza di sé e per rinforzare l'autostima.
La capoeira permette inoltre di avvicinare i bambini ad una lingua straniera (tutti i canti tradizionali sono in portoghese), "assorbendola" in modo molto naturale.
Possono praticarla i bambini, già a partire dai 3 anni.



a ritmo di musica



esercizi preparatori

CURIOSITÀ

dove e' nata la capoeira?

L'arte della capoeira nasce verso la fine del 1500 quando gli schiavi africani, deportati in Brasile dai colonizzatori portoghesi, la utilizzavano per difendersi dai soprusi. Si esercitavano nell'autodifesa con la speranza di conquistare la libertà e dissimulavano i loro allenamenti sotto forma di danza per non incorrere in dure punizioni.

Esistono diversi stili di capoeira, tutti accomunati da alcune caratteristiche fondamentali. La musica è parte integrante di questa disciplina.

I capoeristi sono vestiti di bianco, come bianchi erano gli abiti dei giorni di festa durante i quali ci si riuniva per "giocare" insieme.

A MILANO VI SEGNALIAMO I CORSI DI CAPOEIRA ORGANIZZATI DA NOVEPASSI,
VIA CESARE DA SESTO, 5
TEL. 02.49667289 - WWW.NOVEPASSI.IT

WEARESSENTIAL

multiwear, anytime, anywhere

Tessuti naturali, design essenziale, Made-in-Italy



YOGAESSENTIAL by WearEssential
wear, breathe, practice

SPAZIO GARIBALDI77

WEARESSENTIAL
multiwear, anytime, anywhere

Da Settembre **WEARESSENTIAL** e **YOGAESSENTIAL**
ti aspettiamo nel nuovo **SPAZIO GARIBALDI77**:
shop, sala pratica, corsi e workshop

Shop at **WWW.WEARESSENTIAL.COM**

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

SPAZIO GARIBALDI77

Back To School e Back to Work con WearEssential
Ritaglia e porta con te questo coupon e avrai uno sconto del 10% (valido fino a fine Ottobre)



SOS BUCATO!

UNA GAMMA COMPLETA DI SMACCHIATORI A PROVA DI BACK TO SCHOOL

Con il rientro a scuola si apre anche la stagione delle penne, dei pennarelli, dei pranzi pasticciati nella mensa (dove i tovaglioli spesso sono degli accessori inutilizzati!), dei giochi nel cortile (per terra, quasi sempre!)... Ecco lievitare il cesto della roba da lavare, con macchie di ogni genere e origine, a volte davvero minacciose.



UN RIMEDIO EFFICACE PER FACILITARE LA VITA ALLE MAMME?

Dissolvi Macchie di Dr. Beckmann è una gamma che comprende 8 innovativi ed unici smacchiatori, specifici per rimuovere oltre 150 tipi di macchie. La loro speciale formulazione si prende cura dei tessuti e dei colori, proteggendoli. In forma liquida, pronto all'uso o in polvere da diluire con acqua, possono essere utilizzati direttamente sui tessuti e capi da trattare: **frutta/bevande**, **biro/inchiostro**, ufficio/bricolage, unto/salse, lubrificati/oli, natura/cosmetici, ruggine/deodorante, sangue/proteine.



CHI È DR. BECKMANN

Un marchio leader in Europa nei prodotti per la rimozione delle macchie e per la protezione del colore, è l'alleato ideale per affrontare queste situazioni in modo efficace e sicuro ottenendo un bucato impeccabile.



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

LA SOLUZIONE ANCHE IN VIAGGIO?

Smacchiatore Roll on: con il suo pratico formato da 75ml è il rimedio ideale per chi viaggia o si trova spesso fuori casa. Rimuove il grasso, le macchie colorate e quelle derivanti da proteine. Ha una formulazione a base di enzimi di origine naturale. Facile e veloce, non necessita di lavaggio, non lascia aloni ed è utilizzabile anche per capi non lavabili in acqua.

kids united

Quando il calcio diventa divertimento, gioco e formazione



La Kids United, ideata da un gruppo di genitori, è una scuola calcio supportata da uno staff tecnico di allenatori professionisti, che condividono con le famiglie lo spirito di flessibilità, passione e giusto agonismo con sana competizione.

Gli allenamenti si svolgono all'Arena Civica e al Leone XIII. Le iscrizioni sono aperte per i bambini e i ragazzi dai 5 ai 18 anni (e oltre).

Per informazioni e iscrizioni tel. +39 392 9902213

info@kidsunited.it - www.kidsunited.it

One Step Beyond







IMAGE CONSULTANT

VALORIZZIAMO LA NOSTRA IMMAGINE!

di Valentina Valente

Siamo proprio sicure di sapere quali sono i colori che ci donano di più? Meglio i toni caldi o freddi, spenti o brillanti, per valorizzare il nostro incarnato? E gli occhi? Esiste il trucco perfetto per noi? E ancora, capelli corti, lunghi, scalati... qual è la scelta giusta, proprio per noi?
A volte siamo legate ad una nostra immagine da anni e fatichiamo ad abbandonarla, per abitudine o per paura, eppure, magari con pochissime mosse, esiste un look molto più adatto a valorizzare ciò che ci rappresenta al meglio. Come?



Affidiamoci ad un'esperta, per gioco, per curiosità, per cambiare e sfidare noi stesse!
L'immagine c'è ed è il primo messaggio che diamo di noi. Sempre. Da questo principio ha preso spunto **Rossella Migliaccio, *image consultant***, quando ha dato vita a **RM Style**, realtà che offre consulenza di immagine declinata a varie realtà ed esigenze.
Ho conosciuto Rossella durante un press meeting e ho provato subito la sua consulenza sul colore. Quante cose ho scoperto su di me che non sapevo!
La consulenza di immagine studiata da Rossella Migliaccio rappresenta un'occasione per conoscersi meglio, un servizio variegato per assecondare le esigenze di **più pubblici e target**: dai privati, uomini e donne di ogni età, che vogliono trovare una nuovo percorso d'immagine per motivi personali ma anche professionali, alle aziende che possono costruire una consulenza tailor made in occasione di eventi ma anche team building e lanci di prodotti. Rossella affianca a questi servizi l'attività di docente, consulente e relatore di seminari e corsi dedicati all'immagine, lo stile e il galateo.

ROSSELLA MIGLIACCIO
CONSULENTE DI IMMAGINE, LAVORA A MILANO, LONDRA, LUGANO E ZURIGO. SPECIALISTA IN PERSONAL BRANDING E BRIDAL STYLING, FA PARTE DELL'**ASSOCIATION OF IMAGE CONSULTANTS INTERNATIONAL**. LAUREATA IN MARKETING ALL'**UNIVERSITÀ BOCCONI**, DIPLOMATA IN IMAGE, PROFESSIONAL DEVELOPMENT SKILLS AND PERSONAL BRANDING PRESSO IL **LONDON IMAGE INSTITUTE**.

RM STYLE
INFO@RM-STYLE.COM
WWW.RM-STYLE.COM

I PRINCIPALI SERVIZI:

Analisi del colore. È la ricerca e lo studio dei colori per **identificare la palette ideale** che valorizza la combinazione pelle-occhi-capelli. Si tratta di uno dei principali strumenti della consulenza di immagine, fondamentale nella scelta di abiti e accessori, ma anche del taglio e del colore dei capelli oltre che per il make up.

Figure&Beauty. La figura ha bisogno di essere analizzata per accentuare **i propri punti di forza**, camuffare **i punti deboli** e bilanciare in modo corretto le proporzioni.

Shopping&Wardrobe. Lo shopping è un passatempo piacevole ma spesso si riempiono gli armadi di abiti e accessori che verranno utilizzati pochissimo se non per niente. Eppure spesso il "non so cosa mettere" ci accompagna quotidianamente.
Questa consulenza **aiuta ad azzerare gli acquisti sbagliati**. Come? Insegnando un metodo per **pianificare il guardaroba** secondo funzioni e categorie; **rivalutando vecchi capi**; selezionando outfit completi e accessoriati pronti per ogni occasione.

Bridal Stylist. Studia la figura della sposa, l'aiuta nella scelta dello stile dell'abito, del trucco e dell'acconciatura sino alla ricerca degli accessori, del *dress code* degli ospiti e del rigoroso rispetto delle regole del bon ton.



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



NOVITÀ
PER L'AMNIOCENTESI
ECCO LA FORMULA "GENTILE"

di Elisabetta Bühne,
giornalista di settore medico scientifico

Si chiama M.I.A. (Micro Invasive Amniocentesis) ed è un'innovativa tecnica di diagnosi prenatale, molto promettente in termini di sicurezza. Ne parliamo con il dott. Luciano Ghisoni, che ha ideato e sperimentato questo nuovo sistema.

Come viene eseguita l'Amniocentesi Microinvasiva e in cosa si differenzia da quella tradizionale?

È un prelievo di liquido amniotico eseguito con una tecnica innovativa. Consiste nell'impiego di un doppio ago a calibro differenziato: quello di calibro inferiore è inserito in quello di calibro superiore. Un primo ago viene utilizzato per raggiungere la parete dell'utero, ed il secondo, più sottile rispetto al primo e nettamente inferiore rispetto agli aghi normalmente utilizzati nelle procedure invasive, penetra la parete uterine ed il sacco amniotico. Oltre ad avere un calibro inferiore, l'ago che raggiunge la parete uterina ha il notevole vantaggio di non entrare in contatto con i tessuti materni, e soprattutto con la cute materna, potenzialmente infetta. Il primo grande beneficio, quindi, è che con l'utilizzo dei due aghi è possibile avere un ago completamente sterile che penetra la parete uterina e il sacco amniotico. Inoltre, il calibro inferiore dell'ago che raggiunge il ventre materno riduce il rischio medio di danneggiare la membrana amniotica. Infine, l'ago più "gentile" riduce il fastidio soggettivo percepito. È stato inoltre modificato il sistema di aspirazione del liquido amniotico: un sistema chiuso con aspirazione diretta nella provetta sottovuoto che garantisce un elevato standard di sterilità.

Possiamo quindi parlare di una diminuzione della percentuale di rischio?

Riducendosi sensibilmente il traumatismo sulla membrana amniotica ed il pericolo infettivo, è ragionevole ipotizzare che il rischio venga ulteriormente ridotto rispetto alla procedura tradizionale, passando da 1 caso su 500 a 1 caso di aborto su 800/1000.

Quando è stata ideata questa tecnica? E quando è stata sviluppata?

Ho ideato questa tecnica circa un anno fa, e, dopo una prima fase di sperimentazione, presso l'Ospedale Luigi Sacco, dove opero come consulente, è stata introdotta correntemente nella mia pratica clinica.



LUCIANO GHISONI
MEDICO E SPECIALISTA IN OSTETRICIA E GINECOLOGIA, ESPERTO IN DIAGNOSI PRENATALE, CONSULENTE PRESSO LA CLINICA OSTETRICO GINECOLOGICA DELL'OSPEDALE L. SACCO DI MILANO; DIRETTORE SANITARIO E RESPONSABILE DELL'UNITÀ DI DIAGNOSI PRENATALE DEL CENTRO MEDICO MONTEROSA DI MILANO.

Su quante pazienti è stata effettuata e con quali risultati?

Su 75 pazienti. In tutti i casi è stato possibile ottenere campioni di liquido amniotico sufficiente, che ha portato ad una corretta diagnosi, senza alcun danno per il feto o la madre. Inoltre pazienti che già erano state sottoposte a procedure invasive, hanno riferito un minor fastidio rispetto alle esperienze precedenti.

M.I.A. è eseguibile anche sulle gravidanze gemellari?

È già stata eseguita su gravidanze gemellari ed è possibile eseguirla sia quando è necessaria l'inserzione unica, sia ove sia necessario ricorrere alla doppia inserzione dell'ago. Non ci sono in generale controindicazioni. Le uniche limitazioni sono rappresentate dall'esigenza di una maggiore esperienza da parte dell'operatore e riguardo al BMI (indice di massa corporea) della paziente: donne con BMI elevati richiedono un'attenzione e una superiore capacità tecnica di esecuzione.

Dove è disponibile attualmente questa nuova tecnica?

Presso la Clinica Ostetrica Ginecologica dell'Ospedale Sacco e presso il Centro Medico Monterosa. Il costo dell'indagine eseguito presso struttura pubblica è nullo in caso di gravidanza a rischio. Presso la struttura privata il costo è uguale a quello dell'amniocentesi tradizionale.

CENTRO MEDICO MONTEROSA
VIA MONTE ROSA, 3 (M1 BUONARROTI)
TEL. 02.48001155
WWW.CENTROMEDICOMONTEROSA.IT



NEGOZI CHICCO DI MILANO

CORSO VERCELLI - LARGO SETTIMO SEVERO, 2 | VIA DANTE, 6 | CORSO BUENOS AIRES, 75

chicco

dove c'è un bambino

CHICCO.IT



CLAUDIA FINK
CON UN PASSATO COMPETITIVO IN PIÙ DISCIPLINE, CLAUDIA FINK È ENTRATA NEL MONDO DEL PILATES NEGLI ANNI '90, DOPO UNA SERIE DI INFORTUNI SPORTIVI, IN FORMA POST-RIABILITATIVA. OGGI È SENIOR INSTRUCTOR TRAINER, VIVE IN CANADA DOVE SI È FORMATA PRESSO LA SEDE CENTRALE DELLA STOTT PILATES, A TORONTO. INSEGNA E FORMA GLI ISTRUTTORI DI PILATES IN TUTTO IL MONDO.

PILATES
ANCHE IN GRAVIDANZA!

di Laura Della Badia

Una disciplina dalle enormi potenzialità, che durante i 9 mesi di attesa può aiutarci a vivere meglio questa fase così delicata: parliamo di Pilates in gravidanza con Caludia Fink, una delle maggiori esperte internazionali sull'argomento, titolare di The Studio, palestra specializzata in via Conca del Naviglio 18.

Iniziamo dalla gravidanza. Da quale mese è possibile praticare il Pilates?
È possibile sempre, quindi anche da subito, a meno che non sia stato consigliato, per motivi di salute, il totale riposo.

Quali sono i vantaggi per la futura mamma?
Innanzitutto garantirsi un corpo in forma e resistente, per affrontare il travaglio e il parto.
Oltre all'importanza dell'equilibrio muscolare su tutto il corpo, particolare importanza e attenzione va portata al tono del pavimento pelvico che sostiene le viscere ed è fondamentale per prevenire incontinenza ed eventuali rischi di prolasso dell'utero. Ma non bisogna sottovalutare l'importanza del rafforzamento dei muscoli delle braccia e dei polsi che serviranno a sollevare il neonato. Ci sono poi i muscoli posteriori, cioè della schiena, e quelli posteriori alla spalla, come il deltoide posteriore, che vano allenati per evitare di curvarsi in avanti a causa della pesantezza del seno che è cresciuto, e poi per la postura che

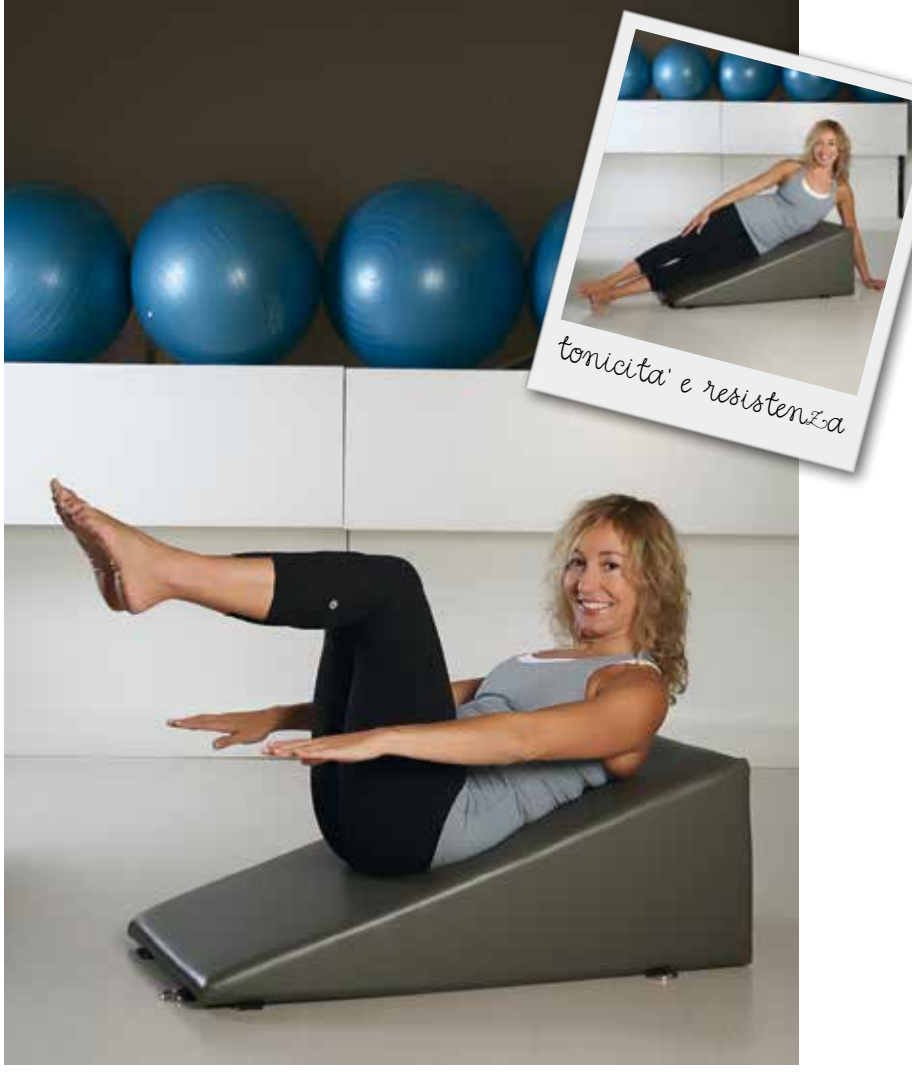
si assume durante l'allattamento. Altri muscoli fondamentali sono: il grande gluteo, muscolo posturale/anti gravità che deve sostenere lo scheletro quando a causa della crescita della pancia il centro di gravità si è spostato in avanti, nonché i muscoli delle gambe, delle caviglie e dei polpacci, per sostenere l'aumento generale di peso corporeo.

Quali parti del corpo è necessario allenare maggiormente in questo periodo così particolare?
Tutto il corpo. Non ci sono dei muscoli più importanti di altri, o zone più importanti di altre, ma sicuramente la tendenza è di sentirsi affaticate sulla zona lombare, spalle e gambe. Quindi un'attenzione particolare va dedicata a quelle zone, perché siano toniche e resistenti.

Questo tipo di attività aiuta anche poi ad affrontare il travaglio?
Sicuramente il movimento e la resistenza aiutano tantissimo.

Fino a quale mese è possibile fare Pilates?
È possibile farlo fino alla fine. Le linee guida nordamericane vietano le posizioni supine dal secondo trimestre in poi perché svolgere esercizi in questa posizione, mantenendola a lungo, può creare pressione sulla vena cava che toglie ossigeno a mamma e bambino. Bisogna anche fare molta attenzione allo ''stretching''.

E dopo il parto? Quando riprendere l'attività?
Di solito dopo un parto naturale consigliamo di riprendere quando il sanguinamento è terminato. Nel caso dei cesarei bisogna aspettare che l'incisione sia cicatrizzata del tutto, di solito consigliamo di aspettare 3 mesi circa.



Quali i vantaggi del post parto?
Oltre al vantaggio psicologico di svago dal compito di neomamma, la ripresa di attività significa un ripristino del tono muscolare che farà stare meglio tutto il corpo ma anche la mente. Ritrovare la forma velocemente è sicuramente motivante.

Nel vostro centro seguite le mamme in un percorso pre e port parto con programmi specifici?
Tutti gli allenamenti di livello base sono idonei per le donne in gravidanza, sia di corpo libero che con i macchinari. Quindi, più che altro seguiamo le linee guida che sono necessarie per evitare rischi.

THE STUDIO
VIA CONCA DEL NAVIGLIO, 18
TEL. 02.97382804 - INFO@THESTUDIOPILATES.IT
WWW.THESTUDIOPILATES.IT



L'ESPERIENZA DI IRENE ZERBETTO, GINECOLOGA

Non è stato facile vedere cambiare il mio corpo, notare delle rotondità che magari prima non c'erano, giorno dopo giorno mi sono guardata allo specchio con occhi diversi. Non potevo però rinunciare alla mia forma fisica, per questo dopo un'accurata ricerca su internet ho trovato praticamente la mia seconda casa da The studio. Il pilates è la forma di attività fisica che si presta maggiormente alla gravidanza e alla fase post-parto, per recuperare nel minor tempo possibile tonicità e benessere fisico. Il corpo deve essere pronto ad uno stress fisico come il parto, ed i muscoli pronti a reagire ad ogni cambiamento repentino. Da ginecologa, oltre che da mamma, sono molto attenta alla dieta ed attività fisica delle mie pazienti, il benessere fetale passa anche attraverso il benessere fisico della madre.

PROTETTI E COCCOLATI

3 OGGETTI UTILI PER LA SICUREZZA DENTRO E FUORI CASA





TUTTO SOTTO CONTROLLO!
IL NUOVO BABY MONITOR EYEON

Bastano uno smartphone o un tablet per vedere i nostri bambini anche quando non siamo con loro. Come? Con il nuovo **EyeOn Baby Monitor HD 360** pensato da D-Link per i genitori che cercano tecnologia e praticità. Scaricando l'app **mydlink™ Baby Camera Monitor**, qualsiasi smartphone e tablet (iOS e Android) può diventare un ricevitore e controller del baby monitor, per essere allertati immediatamente in caso di movimenti o rumori e poter orientare a 360° l'obiettivo per una vista completa dell'ambiente, anche nella totale oscurità. Grazie all'audio a due vie, i genitori possono sia ascoltare che parlare, per tranquillizzare il bambino come se fossero presenti. Per facilitare la delicata fase della "messa a letto", 5 ninne nanne classiche sono già preregistrate nel dispositivo ma è possibile anche aggiungerne altre. Infine, è possibile connettere lo smartphone direttamente alla rete Wi-Fi generata dal baby monitor, per poterlo utilizzare anche in vacanza o in assenza di altre connessioni. 169 euro.

Nei negozi **Prenatal**

PORTA BEBÈ
LA FASCIA ELASTICA E SUPER TRASPIRANTE

Una fascia speciale, in materiale Stretch 4D di alta qualità, cotone super-traspirante e incredibilmente morbido. Si avvolge in quattro diverse direzioni e garantisce uno stretto contatto con il bambino, essenziale nei primi giorni e mesi di vita. Semplice e veloce da avvolgere. Altri punti di forza? Fornisce sostegno duraturo, garantisce massima elasticità. Di **Ergobaby**. 79,90 euro.

Da **Salina**, Viale Abruzzi 51







CIUCCIO SEMPRE PULITO!
CON LE ALETTE RICHIUDIBILI

Il succhietto ortodontico di **Lulabi**, grazie a un particolare sistema di chiusura automatico, assicura la massima igiene senza ricorrere al portaciuccio. In caso di caduta accidentale del succhietto, la chiusura a conchiglia permette l'assoluta protezione della tettarella. 4,50 euro.

Nei negozi **Prenatal**

PROMOZIONE Feste di compleanno!!

LA TUA FESTA PERSONALIZZATA

Spettacolo e animazione personalizzata e concordata con il festeggiato, 4 animatrici a disposizione per tutta la durata della festa. Sala allestita e decorata. Bibite (coca-cola senza caffeina, aranciata, succhi di frutta, acqua), patatine, popcorn, dixi, wafer, caramelle gommose, bicchieri, piattini, cucchiaini, tovaglie e tovaglioli. La torta a vostro carico.
Valido per max. 20 bambini.
Promozione valida dal lunedì al venerdì.
Per ogni bambino in più la tariffa è di €9,00.

PROMOZIONE "TUTTO INCLUSO"
€ 300,00 anzichè € 350,00

DOVE VUOI TU, COME VUOI TU...

Facciamo della tua festa ESTERNA una cosa FANTASTICAMENTE DIVERTENTE che non potrai più dimenticare. Non perdere l'occasione di prenotare anche tu la tua esperienza unica, con noi!

Animazione completa con
2 TATE per 2 ore a € 180,00







WWW.CIAOTATA.IT - INFO@CIAOTATA.IT

Ludoteca CiaoTata

VIA L.SETTALA, 59 - TEL. 02.87063296 - TEL 02.91477605
M1 Lima - M2 St.Centrale - Tram 1 (fermata Scarlatti)



LA LUNANUOVA PORTE APERTE

DAL 21 AL 26 SETTEMBRE, UNA SETTIMANA DEDICATA ALLE DONNE, ALLE MAMME, ALLE FAMIGLIE

La Lunanuova apre le porte per una open week ricca di eventi, al rientro dalle vacanze. La sede dell'associazione, punto di riferimento storico per le future e neo mamme a Milano, si prepara ad accogliere chi già la conosce e chi vuole scoprire tutte le attività pensate per le donne, i bambini, la famiglia. Il programma sarà scandito ogni giorno da interventi di esperti, lezioni prova o trattamenti individuali. Si parlerà di femminilità e benessere, gravidanza, parto e sessualità senza dimenticare la genitorialità e la cura del neonato. Verranno sancite due importanti collaborazioni con due associazioni milanesi: baby360 e Small Families.

UNA GIORNATA TIPO?
ECCO IL PROGRAMMA DI
GIOVEDÌ 25 SETTEMBRE

ORE 11.00-13.00
Allattare insieme
S. ZANONI, OSTETRICA
Storie di latte da 0 a 48 mesi… Da dove partire e dove arrivare attraverso le testimonianze delle mamme. Incontro aperto per mamme con bebè e in gravidanza.

ORE 15.30-17.00
Cranio-sacrale in gravidanza
GRUPPO DORA KLEIN FISIOTERAPISTE
Aspetti fisiologici della gravidanza secondo i principi del pensiero osteopatico.

ORE 17.30-19.00
Spazio Gemelli
P. SCAVELLO, OSTETRICA,
A. AVANZI, PSICOLOGA
Possiamo farcela, incontro di condivisione tra genitori di gemelli e genitori in attesa.

ORE 19.00-20.30
Una buona nascita
PROIEZIONE DEL CORTO:
"LA PRESTAZIONE.SEX LIKE BIRTH"
Riflessioni sul tema.

ORE 19.00-20.30
Yoga in gravidanza
S. ZANONI, OSTETRICA
La pratica dello Yoga produce benessere per sé e per il bambino che cresce.

ORE 21.00-22.00
Il massaggio in gravidanza
N. BELLANTUONO OPERATRICE SHIATSU PSICOSOMATICO
Scoprire e provare in coppia l'utilità e il piacere del massaggio.

ORE 21.00-22.30
La valigetta rossa
Una serata diversa per viaggiare nell'eros chiacchierando tra donne.

E ANCORA, TRATTAMENTI DI LINFODRENAGGIO, COLLOQUI INFORMATIVI OSTETRICI, CONSULENZE.



LA LUNANUOVA
VIA SETTEMBRINI, 3
TEL. 02.66984453
INFO@LALUNANUOVA.IT
WWW.LALUNANUOVA.IT

RICORDATI
Consulta il programma completo di ciascuna giornata su www.lalunanuova.it
Per prenotare: info@lalunanuova.it oppure 02-66984453



Dott.ssa Paola Polacco

Studio di Ortodonzia e Odontoiatria Infantile

TRATTAMENTI

- Ortodonzia intercettiva
- Ortodonzia tradizionale
- Ortodonzia prechirurgica
- Ortodonzia invisibile (linguale e allineatori trasparenti)
- Ortodonzia dell'adulto
- Trattamento dei problemi relativi all'articolazione temporo-mandibolare
- Prevenzione e fluoroprofilassi
- Sbiancamento
- Trattamento del digrignamento e del bruxismo
- Cure dentali nei bambini e sigillature



DOTT.SSA PAOLA POLACCO

Si laurea in Odontoiatria presso l'Universitá degli Studi di Milano e consegue la Specializzazione in Ortodonzia con lode presso la stessa Universitá. Si occupa esclusivamente di Ortodonzia e di Odontoiatria dell'infanzia da oltre 20 anni, aggiornandosi di continuo, frequentando corsi in Italia e all'estero ed in particolare quelli proposti dalla Roth - William Orthodontic Foundation, dal gruppo FACE (Functional And Cosmetic Excellence) la cui filosofia di trattamento si basa sul raggiungimento dell'armonia tra occlusione dentale, funzione masticatoria ed estetica del viso.



CORSO PLEBISCITI, 11 • TEL. 02.70103392 - 366.2633968 • COME RAGGIUNGERCI: • LINEE AUTOBUS 54,61,62,90,91,92
• PASSANTE FERROVIARIO: FERMATA PIAZZALE DATEO, COLLEGAMENTO CON LINEA METROPOLITANA • PARCHEGGIO: A 300 MT DALLO STUDIO IN PIAZZALE DATEO
ORARI: LUNEDÌ: 13-19.30 MARTEDÌ-MERCOLEDÌ-GIOVEDÌ: 8-12 / 13-19.30 VEN: 8-12 SAB: 9-12 (UNA VOLTA AL MESE)

OPEN DAY

CORSI BAMBINI

join FAMILY CARE

MAMMA MI PORTI AL JOIN?



LUNEDÌ 21
SETTEMBRE 2015

ORE 16.30
Danza InGioco | *3-4 anni*

ORE 16.30
Danza InGioco | *4-5 anni*

ORE 17.00
Baby Hip Hop | *2-3 anni*

ORE 17.30
Hip Hop | *4-5 anni*

ORE 17.30
Hip Hop | *6-7 anni*

MARTEDÌ 22
SETTEMBRE 2015

ORE 16.30
Gioco Karate | *3-4 anni*

ORE 16.30
Gioco Karate | *4-5 anni*

ORE 17.00
Natural English | *3-5 anni*

ORE 17.30
Natural English | *1-3 anni*

ORE 18.00
DO RE MI FAvole | *3-5 anni*

MERCOLEDÌ 23
SETTEMBRE 2015

ORE 16.30
English Lab | *dai 6 anni*

ORE 17.00
English Lab | *3-5 anni*

ORE 17.30
Minichef | *3-5 anni*

GIOVEDÌ 24
SETTEMBRE 2015

ORE 16.30
Psicomotricità | *3-5 anni*

** Gli orari degli Open Day possono non corrispondere a quelli effettivi dei corsi. Per Informazioni info@webjoin.it*

PRENOTAZIONE OBBLIGATORIA

Per informazioni info@webjoin.it / **www.webjoin.it** / 02 36799630

Via Antonio Stradivari, 4 | 20131 Milano | tel 02 36799630 | info@webjoin.it | www.webjoin.it

W IL DESIGN

ECCO LE SCRIVANIE!

SPAZIOSE O MINI, PER GLI SCARABOCCHI DEI PIÙ PICCOLI O I COMPITI DI CHI VA GIÀ A SCUOLA. TRA DESIGN NORDICO E ISPIRAZIONE VINTAGE



BELLA E FUNZIONALE

Linee contemporanee, morbide e arrotondate. Sotto al piano ribaltabile c'è tanto spazio per conservare quaderni, libri e matite! **My Great Pupitre** è un progetto del brand francese **Jungle by Jungle**, 799 euro. In vendita a Milano da **UnduetrestellaSTORE**, Via Gian Battista Vico, 1



Comodo, il ripiano porta oggetti

A PARETE
Perfetto come soluzione salva spazio, si adatta a qualsiasi ambiente della casa. Scrittoio sospeso. Schiena e piano cenere. Divisori color limone. Disponibili anche altri colori. Di **Battistella**, 250 euro.
Da **UnduetrestellaSTORE**, Via Gian Battista Vico, 1

IO STUDIO QUI!

A SCUOLA, NEI BANCHI. E A CASA?
LA SCRIVANIA PUÒ DIVENTARE IL POSTO PREFERITO DOVE STUDIARE
MA ANCHE COLORARE E SBIZZARRIRSI CON LA FANTASIA! BASTA SCEGLIERE
QUELLA GIUSTA: COLORATA, COMODA E FUNZIONALE!

CON VANO CONTENITORE
Ideale per la camera dei ragazzi ma starebbe bene anche nello studio degli adulti. Comodo il vano per riporre libri e quaderni. Si può comporre abbinando diversi colori. Scrittoio **Vanny**, di **Battistella**. 570 euro.
Da **UnduetrestellaSTORE**, Via Gian Battista Vico, 1





ESSENZIALE
Elegante, sta bene in ogni angolo della casa. **Oriente Desk**, dell'azienda argentina Krethaus. 760 euro.
Da **UnduetrestellaSTORE**, Via Gian Battista Vico, 1



MINIMAL
Scrivania bambino in legno bianco **Berlingot**, 99 euro.
Su www.maisonsdumonde.com



COME UNA VOLTA...
Scrivania per bambini **Pupitre**, 149 euro.
Su www.maisonsdumonde.com

CON TANTI ACCESSORI
Il tavolo **Milky** è studiato per essere usato dai 2 ai 9 anni. Le gambe possono cambiare 3 diverse altezze per crescere con il bambino; il piano può anche essere inclinato per essere un tavolo da disegno. Accessori disponibili: portamatite e porta rotolo carta. Di **Lil'gaea**, 220 euro.
Da **Le Civette sul Comò**, Via Antonio Vannucci, 2
e su www.lecivettesulcomo.com



Con portamatite, portadisegni e rotolo di carta



Posizione lavagna



Posizione scrivania

COME A SCUOLA
Ricorda i mobili di scuola e infatti l'azienda belga **Declercq** fornisce molte scuole dal 1952.
La scrivania si abbina alla sedia della stessa collezione.
Tubi disponibili in tantissimi colori! 460 euro.
Da **Le Civette sul Comò**, Via Antonio Vannucci, 2
e su www.lecivettesulcomo.com



SEGUE LA CRESCITA
La scrivania è stata progettata per seguire lo sviluppo del bambino dall'infanzia fino all'adolescenza. Il piano è un elemento modulare flessibile a seconda delle varie fasi della crescita: nei primi anni può essere fissato in posizione lavagna. Quando il bambino inizia la scuola si trasforma in un ripiano orizzontale, posizionabile a diverse altezze. **Limbo Desk**, di **Dot and Cross**. 363 euro.
Da **ERRECI ABITA**, Corso Sempione, 96



Milano MOMS - PÈPÈ SHOES - AMELIA MILANO

TI INVITANO

SABATO 26 SETTEMBRE 2015

In Via Nirone (angolo Via Ansperto), dalle 10.00 alle 18.00

ALL'EVENTO "BACK TO SCHOOL"

Per l'evento
SCONTO
10%
sulla collezione
Autunno-Inverno

LABORATORIO DI SARTORIA CREATIVA:

REALIZZA IL TUO ASTUCCIO CON NOI!

BEATRICE, ARTISTA E CREATIVA, GUIDERÀ I BAMBINI NELLA REALIZZAZIONE DI ORIGINALISSIMI ASTUCCI IN TESSUTO, PRONTI DA PORTARE A SCUOLA!
SWEET TABLE, MERENDA E TANTE ALTRE SORPRESE

R.S.V.P. a redazione@milanomoms.it

È un evento Milano MOMS in collaborazione con Parties&Leisure

milano MOMS

Parties&Leisure
Kids Oriented

MODA



RUBACUORI
ALESSANDRO. Total look **Gusella**: cardigan in lana 139 euro, camicia 100% cotone, 89 euro, pantalone in cotone, 109 euro, scarpe stringate, 210 euro. Coppola in tessuto di lana **Amelia Milano**, 59 euro; calze **Gallo** da 20 euro; zainetto **Tuc Tuc**, 31 euro.

Pronti per la scuola!

Foto di Sofia Riva - Stylist Carmen Carone

Baby models: Alessandro, Sofia, Joshua, Lorenzo, Noemi, Tatiana, Elena, agenzia Moda Modà - Art direction: Milano MOMS
Make up and hair stylist: Carmen Vilardo - Si ringrazia la Bes (Bilingual European School - www.beschool.eu) per la location.



STUDIOSA
SOFIA. Abito in caldo cotone, con balza scozzese e pizzo, 79 euro, collant in caldo cotone, lavorato jacquard, 22 euro, **Amelia Milano**; polacchini argento **Chicco**, da 49,90 euro. Notebook Idea Fantasy di **Favini**. Mappamondo, 39,95 euro e Abacus (pallottoliere orizzontale in legno), 19,95 euro, **Imaginarium**.



FRIENDS

A sinistra, JOSHUA. Pantalone chino blu, 111 euro, polo con collo in maglia, 72 euro, **Hitch Hiker**; berretto bicolore in pura lana vergine, **Amelia Milano**, 35 euro; calze **Gallo**, da 20 euro; sneakers con fodera in tessuto **Primigi**, da 44,90 euro.
A destra, LORENZO. T-Shirt a maniche lunghe con disegno Charlie Brown, **Fay Junior**, 115 euro; pantalone a quadri con polso in fondo in calda tecnolana, **Il Gufo**, da 102 euro; scarponcini nabuk con fodera piquet **Primigi**, da 59,90 euro.



CHE GRINTA!
NOEMI. Felpa a girocollo con applicazioni di strass, 70 euro, jeans, 120 euro, **Diesel Kid**; scarponcini con fodera in piquet, **Primigi**, a partire da 59,90 euro.



FUN AND CASUAL
A sinistra, TATIANA. Maxi pull in lana lavorata con ricamo Lucy, **Fay Junior**, 240 euro; calze **Gallo** da 20 euro; scarpe stringate, **Chicco**, a partire da 46,90 euro. A destra, LORENZO. Felpa camouflage con maniche a contrasto e cappuccio, 100 euro e Jogg Jeans, denim all'esterno e jersey all'interno,120 euro, **Diesel Kid**; calze **Gallo**; sneakers doppio velcro **Chicco**, a partire da 49,90 euro.

Sul banco: pennarelli Turbo Giant e pastelli Stilnovo bicolor, GIOTTO, **F.I.L.A.**; quaderni **Favini** I Color.



DREAMER
ELENA. Maglioncino a pois con fiocchi, 111 euro, jeans, 93 euro, **Monnalisa**; scarpe rosse in vitello, con applicazioni floreali, **PèPè Children Shoes**, 130 euro. Tra i capelli: calza in lana multicolor **Gallo**. Mappamondo, **Imaginarium**, 39,95 euro.



CHE STILE!
SOFIA. Total look **Simonetta**: maglioncino mezzo gomito in lana rosa e bianco con mele rosse, 140 euro, pantaloni in denim grigio con applicazioni paillettes bianche/oro, 226 euro, stivaletti rossi in pelle, chiusura zip e inserto glitter multicolor, 180 euro.
Calze, **Gallo** da 20 euro.
Tra i capelli, pastelli GIOTTO Stilnovo bicolor, **F.I.L.A.**; quaderno **Favini** I Color.

LET'S GO OUT!

Da sinistra, NOEMI. Giubbotto in nylon cangiante taglio asimmetrico,135 euro, **Save The Duck**; Jogg Jeans, denim all'esterno e jersey all'interno, modello super slim, **Diesel Kid**, 110 euro; polacchino girl blu a fiori di **Chicco**, a partire da 47,90 euro; JOSHUA. Giubbotto con cappuccio in nylon stampa "toons" blu, 135 euro, **Save The Duck**; pantalone chino blu,111 euro, **Hitch Hiker**; sneakers in vitello, **PèPè Children Shoes**, 148 euro; SOFIA. Giubbotto con cappuccio in nylon stampa "toons" rosa, 135 euro, **Save The Duck**; pantalone in denim grigio con paillettes, 226 euro e stivaletti neri, 200 euro, **Simonetta**.

TATIANA. Giubbotto con cappuccio in nylon opaco e zip a contrasto, **Save The Duck** , 95 euro; jeans a gamba dritta, **Fay Junior,** 129 euro; anfibi in vitello, **PèPè Children Shoes**, 160 euro. LORENZO. Biker bicolore in nylon opaco, 125 euro, **Save The Duck**; pantalone a quadri, 102 euro e sneakers alta in pelle con dettagli in velour e suola in gomma, a partire da 182 euro, **Il Gufo**.





DOVE...

Amelia Milano Via Nirone angolo via Ansperto - **Chicco** Via Dante, 6, Corso Vercelli, Largo Settimio Severo, 2 (angolo Via Soresina), Corso Buenos Aires, 75 - **Diesel Kid** Piazza San Babila, 1-3 - **Fay Junior** Via della Spiga 15 e da La Rinascente - **Gallo** Corso Vercelli, 31, Via Manzoni, 16 e Via Durini, 26 - **Gusella** Via della Spiga, 31 - **Il Gufo** Via San Pietro all'Orto, 22 - **Imaginarium** Via Dante angolo Via Casati 1, Corso Buenos Aires, 22, Corso di Porta Romana, 63, Largo Augusto 10 e in tutti gli altri punti vendita - **Monnalisa** e **Hitch Hiker** Via della Spiga 52 - **PèPè Children Shoes** Via Nirone angolo via Ansperto - **Primigi** Nei Primigi store e in tutti i rivenditori autorizzati - **Save The Duck** da **Pupi Solari**, Via Mascheroni, 12 e da **Amedeo D**, Galleria di Corso Vercelli, Via Angelo Mauri, 6 - **Simonetta** Via Manzoni, 42 - **Tuc Tuc** da **La Casa de Pepa** Via Sacco, 5, Foro Bonaparte, 69, Via Anfossi, 19.

Cerchi le scarpine giuste?

JOI

ti aspetta!

SCARPE PER BAMBINI

0 - 12 ANNI e più!

Un negozio all'Isola, tutto nuovo, dall'animo un po' "green" e con un'attenzione particolare alla crescita e allo sviluppo naturale dei piccoli piedi.

Da JOI puoi trovare tantissimi modelli super originali e qualità garantita al 100%.

BOBUX, SUPERFIT, EL NATURA LISTA, BIOMECANICS, HATLEY, KAVAT, PUMA... e molto altro.

via Medardo Rosso, 18 (a.ze piazza Fidia) - 20159 Milano | t. 02.39820384 | c. 334.6757095

joi.milanoisola@gmail.com facebook.com/joimilano

BACK TO SCHOOL

COMODA E DI TENDENZA, LA LINEA **TO BE** NASCE PER LE ESIGENZE DI TUTTI I GIORNI, PERFETTA PER LA SCUOLA! MATERIALI DI QUALITÀ, COLORI E TESSUTI INTERCAMBIABILI, PER TANTI LOOK!



JUST FOR **BOYS**

LOOK **1**



GIUBBINO
Reversibile con cappuccio staccabile in nylon, da 44,90 euro.



T-SHIRT
Allegra, in jersey con stampe colorate, da 14,90 euro.



PANTALONE
Comodo, in felpa, da 19.90 euro.

POLACCHINO
Grintoso, con zip da 36,90 euro.



LOOK **2**



GIUBBINO
Unisex in nylon, da 39,90 euro.



T-SHIRT
In cotone stampata, da 17,90 euro.

PANTALONE
Bull stretch, da 29,90 euro.





SNEAKER
Pratica con doppio velcro, da 49,90 euro.

LOOK **1**



CARDIGAN
Felpa stretch,
da 24,90 euro.

JUST FOR **GIRLS**



T-SHIRT
In jersey stretch
stampata,
da 14,90 euro.



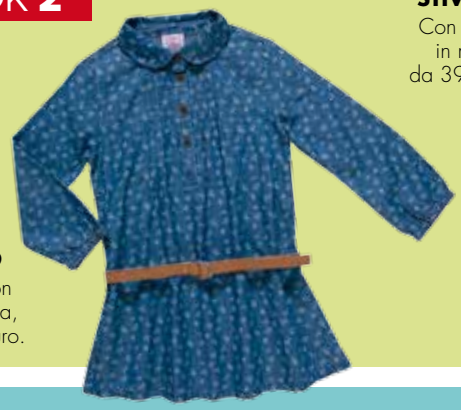
GONNA
Romantica
in pizzo,
da 24,90 euro.



POLACCHINO
A tutto colore,
da 47,90 euro.



LOOK **2**



ABITINO
In denim con
manica lunga,
da 32,90 euro.

STIVALETTO
Con gambale
in maglia,
da 39,90 euro.





POLACCHINO
Originale, in vernice,
da 47,90 euro.

Nei Chicco Store: Via Dante, 6, Corso Vercelli, Largo Settimio Severo, 2 (angolo Via Soresina), Corso Buenos Aires, 75

chicco
dove c'è un bambino

MAMMA COME PIOVE!

AFFRONTIAMO LE GIORNATE PIÙ GRIGIE CON TANTO COLORE!

Coloratissimi, allegri, pratici, ecco i nuovi impermeabili Tuc Tuc per il prossimo autunno, corredati da tanti stivaletti anti pioggia e bellissimi ombrellini!





MOOD ROMANTICO
per le bimbe

1 Impermeabile con cappuccio a fiori nei toni del verde, foderato in pile rosa. 61 euro. 2 Stivaletti in pvc verde a fiori con suola antiscivolo rosa. 30 euro. 3 Ombrellino in nylon a fiori nei toni del verde e rosso. 18 euro.





LOOK SPORTIVO
per i bimbi

1 Ombrellino in nylon a righe nei toni del blu, turchese, giallo e rosso con cagnolino. 18 euro. 2 Impermeabile blu con cappuccio. Chiuso da zip e bottoni a pressione colorati e foderato in pile azzurro. 61 euro. 3 Stivaletti in pvc blu con suola antiscivolo gialla. 29 euro.









PH: SOFIA RIVA

Tuc Tuc è disponibile nei negozi **La Casa de Pepa** Via Sacco, 5, Foro Bonaparte, 69, Via Anfossi, 19.

MAMMAMONDO

SPAZIO POLIFUNZIONALE MAMMA-BIMBO



AREA MEDICA


ZONA ATTIVITÀ

GIOCHI/ CORSI

ADVERTISING | GAIA AVALLONE

Servizi specialistici
- Osteopata
- Pediatra
- Ostetrica
- Nutrizionista
- Psicologa
- Consulente legale
- Arteterapeuta
- Musicoterapeuta

Attività per le future mamme
- Corso pre-parto
- Yoga
- Danza
- Linfodrenaggio
- Massaggio shiatsu
- Massaggio thai
- Baby shower

Attività per le mamme
- Pilates
- Hata Yoga
- Danza col bambino
- Massaggio infantile AIMI
- Massaggio di remise en forme
- Stretching e rieducazione perineale

Attività per i bambini
- Atelier artistici
- Attività fisica dai 2 ai 10 anni
- Inglese da 0 a 10 anni
- Musica dai 6 mesi ai 10 anni
- Coccole e giochi (alternativa al nido e al baby parking per bimbi e/o mamma-bimbo)
- Feste di compleanno

WWW.MAMMAMONDO.NET - MILANO, VIA CIMAROSA 4 - M1 PAGANO



The White Medispa è un piccolo angolo di relax nel cuore di Milano che offre trattamenti specializzati e innovativi dedicati alla salute ed alla bellezza in un ambiente elegante ed esclusivo.

Voucher

A settembre con l'acquisto di una manicure e pedicure ti regaliamo un massaggio di 20 minuti

voucher da presentare alla spa

Escape is the new luxury

The White Medispa Via Sebeto 1, Milano
02 87068204

SPECIALE

OUTSIDE THE CITY



ANDIAMO NEL PARMENSE!

LA NOSTRA SELEZIONE FAMILY FRIENDLY

VIAGGIAMO IN SICUREZZA!

Comodità e sicurezza in auto: **PALLAS M FIX** è il seggiolino 2 in 1 di **Cybex**, utilizzabile fino a 11 anni. Il cuscino regolabile offre il massimo comfort senza opprimere e distribuisce la forza in caso di urto. 349,95 euro.

Lo trovi da **Salina**, in Viale Abruzzi 51

A caccia di tartufi!



UNA GRANDE FESTA DI PROFUMI, SAPORI E COLORI, PER TUTTA LA FAMIGLIA



Dal **17 ottobre al 15 novembre** 2015 torna a Calestano, nella val Baganza (PR), la "Fiera nazionale del tartufo nero di Fragno" che, per cinque domeniche, proporrà mercatini, degustazioni ed eventi dedicati a uno dei più preziosi e ricercati prodotti della cucina parmense.
Un borgo in festa per un mese, un'occasione per visitare, con tutta la famiglia, luoghi suggestivi e conoscerne le tradizioni.
Per tutto il periodo ristoranti, trattorie e agriturismi del capoluogo e dei dintorni offriranno **menù appetitosi** per deliziare tutti i palati. **Tutte le domeniche** sarà possibile passeggiare lungo le strade del suggestivo borgo medievale, tra le bancarelle del **mercatino del tartufo** che ospiterà anche altri prodotti tipici dell'artigianato ma anche degustazioni e vendita di specialità enogastronomiche: dalle focaccine al tartufo alle caldarroste, dai "pattonini" (frittelle con farina di castagne) al vin brulè.
Nelle prime due domeniche sarà anche presente il ristorante **Giorgione's** di Varano de' Melegari con il suo street food a base di tartufo. Non mancheranno iniziative per gli amanti della ricerca del prezioso tubero: si potrà infatti assistere all'annuale "Trofeo Cinofilo Giuseppe Coruzzi", che premierà il miglior cane nella ricerca del tartufo e al "Trofeo Gran Tartufo Gino Tanzi" che premierà invece il tartufo più grande. La Pro Loco organizzerà inoltre visite guidate in alcune tartufaie, su prenotazione.
Per gli amanti della natura e delle escursioni il territorio di Calestano offre una fitta rete sentieristica nonché il Grande Giro in Mountain Bike che collega capoluogo e frazioni della terra del tartufo. Un'immersione nei boschi di pino silvestre, querce, carpini e faggi sormontati da un cielo punteggiato di tanto in tanto da poiane, gheppi o sparvieri. **Si effettuano anche itinerari su richiesta per escursionisti, scuole e famiglie** (www.terre-emerse.it).

DOMENICA 8 NOVEMBRE

- mercato
- mercato naturale
- castagne e vin brulé
- villaggio degli gnomi e gonfiabili
- gara cani da tartufo



PRO LOCO CALESTANO
TEL: 0525.520114
CELL: 327.7476467
info@prolococalestano.it

Per i più piccoli!

Per i più piccoli. Ogni domenica nel *Villaggio degli gnomi* (dietro la chiesa di Calestano) si svolgeranno attività ludiche e ricreative con animatori professionisti. Inoltre arte ed eventi a cura della Pro Loco. I camperisti sono i benvenuti: disponibile parking gratuito durante la fiera, (per maggiori dettagli: Comune di Calestano allo 0525.52121).





DOMENICA 18 OTTOBRE

Tutti i Musei del Cibo, in occasione della "Giornata mondiale dell'Alimentazione" (16/10) propongono l'apertura straordinaria con orario normale e ingresso gratuito per tutti. Eventi e iniziative (degustazioni, laboratori, conversazioni) in tutti i Musei.
Il programma completo delle iniziative su www.museidelcibo.it

IL CIRCUITO DEI MUSEI DEL CIBO

I Musei del Cibo della Provincia di Parma (www.museidelcibo.it) sono un circuito dedicato ai prodotti tipici del territorio. Ne fanno parte: il Museo del Parmigiano Reggiano a Soragna, del Pomodoro a Collecchio, del Salame a Felino, del Prosciutto e dei Salumi a Langhirano. Nell'anno di Expo, i Musei del Cibo si presentano al pubblico con un'offerta unica. Di rilievo le attività didattiche formulate ad hoc e proposte a famiglie e scuole, che permetteranno di conoscere le tradizioni dei prodotti tipici italiani diventati famosi in tutto il mondo.

ADVERTISING | GAIA AVALLONE

La Vispa Teresa

PARRUCCHIERE

PARRUCCHIERE MAMMA-BIMBO

CENTRO ESTETICO

Da un'idea di **Simona Tagli**







RITAGLIA E PORTA CON TE IL VISPA DOLLAR E AVRAI UNO SCONTO DI 10 EURO



Ambiente rilassante
e colorato.
Postazioni
con iPad, giochi,
fumetti, libri

Via Gian Battista Vico, 10
Tel. 02.89751195
Chiuso solo la domenica.
Orario: lunedì 9.00/19.00,
da martedì a sabato 9.00/20.00



DOVE MANGIARE

GIORGIONE'S
TRADIZIONE E RICERCA PER LA MATERIA PRIMA

Il ristorante Giorgione's accoglie i propri ospiti immergendoli in un'atmosfera che sa di casa. Qui tradizione, passione e ricerca della materia prima si fondono: le ricette sono quelle tramandate in ogni famiglia di generazione in generazione. Attraverso cibo e vino si vogliono trasmettere emozioni, aromi, sapori e colori in un'atmosfera calda e raffinata. Il menù è proposto dallo chef Paolo Cinquanta, che periodicamente tiene cooking lesson a Milano per chiunque voglia apprendere qualche segreto della sua cucina. Grande attenzione anche per i più piccoli, con menu dedicato. Alle porte di Varano De' Melegari, a circa 7 km dall'autostrada A15 Parma-La Spezia.

Giorgione's Via Martiri della Libertà, 2 - Varano de' Melegari (PR)
Tel. 0525.1783178
www.giorgiones.com - FB: RistoranteGiorgiones

L'OFFICINA DELLE FATE
TRATTORIA-ENOTECA

Le Fate, guidate da Irene, vi invitano a un viaggio tra i piatti della tradizione parmigiana, ma anche tra nuovi sapori, di mare, di terra, vegetariani, di carne o di pesce. Per le preparazioni si utilizzano materie prime di stagione e a km 0 puntando alla naturalità degli ingredienti bío.

L'officina delle Fate Strada Provinciale per Torrechiara, 5 - Pilastro di Langhirano - PR
Tel. 0521.639151





DOVE DORMIRE



ALBERGO DELLA ROCCIA
VARANO DE' MELEGARI (PR)

36 eleganti camere, suite, area fitness, giardino estivo e giardino d'inverno. L'hotel, interamente ristrutturato nel 2010, è situato in località di Varano de' Melegari (PR), a 5 minuti dall'autostrada A15 uscita di Fornovo (Parma-La Spezia). La posizione è strategica anche per chi vuole raggiungere il mare o fare una sosta per lo shopping all'outlet Fidenza Village. Prezzi a partire da 79 euro per la camera doppia, con pernottamento e prima colazione.

Albergo della roccia Via Martiri Della Libertà, 2
Varano de' Melegari - 43040 (PR)
Tel. 0525 53728
info@albergodellaroccia.it





JOOLZ TAILOR COLLECTION

Personalizza le tue passeggiate!

Crea il tuo passeggino personalizzato Joolz! Scegli il modello, il colore del tessuto, colore delle ruote e per ultimo scegli uno dei 20 set colorati per il manubrio, barra di sicurezza, logo e tiranti della zip.



reddot design award
best of the best 2015

my-joolz.it
facebook.com/JoolzItalia

JOOLZ POSITIVE DESIGN



Salina









1000 MQ DI ESPOSIZIONE.

LO SHOPPING PIÙ ESCLUSIVO PER LE FUTURE MAMME, LE NEOMAMME E I BAMBINI





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

ADVERTISING | GAIA AVALLONE

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