N.9
FEBBRAIO - MARZO 2016
FREE PRESS

milano MOMS

IDEE, STILI E TENDENZE PER LE MAMME A MILANO



speciale
GRAVIDANZA

inglese
per i piccoli
CON JOHN PETER SLOAN

Urban sport
MODA

design
SEDUTE ERGONOMICHE

asilo
e materna
REGGIO APPROACH

gita
fuori porta
OASI ZEGNA

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



Gusella

MILANO DAL 1932

Via della Spiga, 31 - Milano

www.gusella.com

ADVERTISING | GAIA AVALLONE

EDITORIALE

di Valentina Valente e Laura Della Badia



benvenuti nuovi bebè!

A giugno nella nostra redazione appenderemo un fiocco rosa… è in arrivo un altro bebè! Questa bella notizia ha ispirato una buona parte di questo numero, nel quale abbiamo dedicato un'ampia sezione al tema della **gravidanza**, quei 9 mesi indimenticabili che accompagnano la donna verso un traguardo speciale. Abbiamo cercato informazioni utili per affrontarli al meglio: un percorso di life coaching dedicato proprio alle future mamme, una tecnica speciale per aiutare a gestire il dolore nella fase del parto, o, ancora, notizie sulle cellule staminali. Abbiamo scoperto un metodo efficace per tenersi in forma col pancione, si chiama Acquago e vi invitiamo a provarlo! (coupon a pag. 39!) E poi la parte più divertente… lo shopping dedicato al bebè in arrivo!

Su questo numero abbiamo voluto dedicare spazio anche alle famiglie che desiderano accogliere un bambino tramite l'**adozione**, un gesto d'amore per tante coppie, che possono trovare in Ai.Bi (Associazione Amici dei Bambini) un valido sostegno.
Per tutte le lettrici "già" mamme, invece, abbiamo affrontato come sempre tanti argomenti che riguardano la nostra città. Innanzitutto vi segnaliamo un **corso utile e divertente**, che abbiamo organizzato in collaborazione con La Scuola di Cucina di Sale e Pepe e Silviadeifiori; trovate tutte le informazioni a pag.12. Un'occasione per imparare a decorare la tavola in vista della Pasqua!
Vi presentiamo poi un bellissimo asilo, nuovi e rivoluzionari **corsi d'inglese per bambini** e un modo originale per tenersi in forma: la pole dance! E poi negozi nuovi, consigli per le feste e la rubrica W IL DESIGN, questa volta dedicata alle **sedute ergonomiche**, indispensabili per il benessere di bambini e genitori.
La nostra sezione MODA propone dei look sportivi per il tempo libero e strizza l'occhio alla bella stagione!
Per la gita fuori porta, ecco un'idea all'insegna della natura: l'Oasi Zegna, con un calendario fitto di **eventi per la famiglia**.
Infine, non perdetevi l'Open Day che abbiamo organizzato con l'Agenzia Moda Modà, specializzata in **casting per bambini**! L'appuntamento è il 12 marzo (invito a pag. 52).
Iscrivetevi alla nostra newsletter tramite il sito www.milanomoms.it, per essere sempre aggiornate sui prossimi eventi!

BUONA LETTURA!



OSSERVATORIO
• CHICCO •
BABY RESEARCH CENTER

chicco
dove c'è un bambino

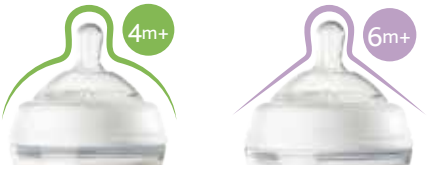
Con il progetto **Chicco di Felicità**,
Chicco in Italia sostiene **Ai.Bi.**,
Associazione Amici dei Bambini.

È nata
una nuova forma d'amore.

Cambia la forma, non la magia del vostro momento. Da Chicco nasce NaturalFeeling, la linea di biberon con la rivoluzionaria tettarella che garantisce al tuo bimbo una suzione corretta e istintiva come al seno, e a te tutta la serenità di cui hai bisogno.

Innovativa. L'unica con l'esclusiva tettarella inclinata anti-colica, per poppate tranquille.
Evolutiva. Tre biberon studiati per seguire la sua crescita.
Amata dai bambini. 9 su 10 l'hanno accettata fin da subito*.





NaturalFeeling

MADE IN ITALY

CHICCO.IT

* Studio pilota, USA 2014-2015.

Il latte materno è il nutrimento ideale per il neonato e l'allattamento al seno è sempre consigliato. Quando questo non è possibile scegli Chicco.

SOMMARIO





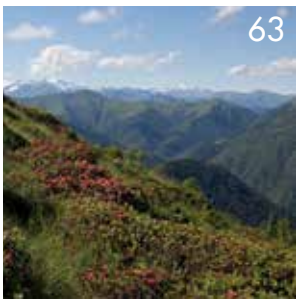












8 **MOMS STORIES**
Valentina Mainetti, Silvia Bonecchi. UnodiUno.

10 **FOCUS**
Marco Griffini - Ai.Bi
Adozioni Internazionali.

INSIDE THE CITY

14 **FACCIAMO FESTA**
Associazione Didattica Museale

16 **FOOD & CO**
Dulcipedia
Mamma M'ama

18 **WE LEARN *NIDO+MATERNA***
Clorofilla

20 **IN LIBRERIA**
OPEN More Than Books

23 **TO DO *BIMBI***
John Peter Sloan kids

24 **LET'S MOVE *MAMME***
In forma con la pole dance

26 **WE FEEL GOOD**
Mommy Makeover!

28 **SHOPPING**
Scarpine da JOI

30 **EVENTS**
12 dicembre. Simonetta

SPECIALE GRAVIDANZA

34 Un parto meno doloroso e più sereno
36 Cellule staminali
38 Life coaching per mamme
40 Milk Bar. Negozio e molto di più
42 Apple pie. American Baby Boutique
44 Cocoonababy. Per il riposo del bebè
45 Piccole Sorprese. Cofanetti regalo
46 Chicco. Per i primi mesi

W IL DESIGN

49 **SEDUTE ERGONOMICHE**
Più che comode!

MODA

53 **URBAN SPORT**

OUTSIDE THE CITY

63 **OASI ZEGNA**
Appuntamenti per la primavera



In copertina. Martina (Agenzia Moda Modà). Maglia in cotone, gonna in tulle, **Liu Jo Junior**; calze **Tiger**, sneakers vintage, berretto **Brekka**; Hula Hoop rosa, **Die Spiegelburg**, Hula Hoop multicolor, **Tiger**
Foto: Jaime Londoño
Stylist: Ilaria Remezzano
Make up artist: Matilde Davolio

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
marketing2@milanomoms.it

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.

SCEGLI
TRIO LOVE
SUBITO IN REGALO
fino a 100 €
in buoni sconto

Operazione valida
dal 10 gennaio al 31 marzo 2016
nei migliori negozi
di infanzia

TRIO LOVE

Tutto il nostro comfort, per tutto il vostro amore.



Passeggino reversibile
da 0 a 3 anni



Seggiolino auto
con base inclusa



Navicella con kit per auto
incluso

Massimo comfort,
carrozzina XL



Chiusura
ad una mano



Novità 2016





Con Chicco Trio Love c'è ancora più amore. 1 sistema modulare prezioso e raffinato grazie alle **nuove finiture nei tessuti** e alle **innovative ruote aperte**.
4 diverse configurazioni: navicella, seggiolino auto, passeggino reversibile da 0 a 3 anni.

Tutti gli accessori inclusi.

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



FOTO SCATTATA PRESSO TEO BOUTIQUE

UNODIUNO
VALENTINA MAINETTI
E SILVIA BONECCHI
AMICHE E SUPERMAMME

UnodiUno!

DUE SUPERMAMME, UN PROGETTO UNICO E ORIGINALE.

di Laura Della Badia

Valentina e Silvia: amiche, mamme, un'idea in comune. Hanno dato vita a UnodiUno. Cos'è? Un progetto creativo, con cui nascono quadretti personalizzati: per la nascita, per ricorrenze speciali o anche per regalare alle persone care un oggetto che non sarà mai simile ad altri.
Scopriamo il loro mondo in questa intervista!

Di cosa vi occupavate prima di dar vita a UnodiUno?
Entrambe arriviamo dal mondo della comunicazione e del marketing con un'esperienza pluriennale in grandi agenzie di pubblicità e servizi. Abbiamo gestito clienti internazionali in diversi settori merceologici per inseguire carriera e soddisfazione professionale. L'interesse per moda, design e grafica ha plasmato la nostra creatività anche in questa nuova avventura.

Come e quando nasce l'idea di un'attività alternativa?
Dopo le nascite dei nostri bimbi, 7 figli in 2, la nostra vita si è completamente rivoluzionata. Volevamo essere prima di ogni cosa delle mamme presenti e quando non ci si può più adeguare ai ritmi del mercato del lavoro, non resta che ribaltare la visuale.
Pensando a qualcosa di unico e particolare da realizzare con i nostri bimbi, abbiamo provato a mettere le loro creazioni al centro, facendo diventare loro i veri artisti. Le sorprese, in questi casi, sono sempre infinite.

Cos'è, in sintesi, UnodiUno?
Fissare nel tempo ricordi preziosi attraverso prodotti autentici, in modo che l'emozione di alcuni momenti legati ai figli possa sempre tornare tangibile come, ad esempio la nascita riportando su un quadretto i dati fondamentali del piccolo e l'impronta dei piedini o della manina, oppure il nome in un bellissimo quadretto che ne svela il carattere e le peculiarità.
Altre volte, al centro del lavoro c'è la creatività del bambino. Quante volte avete accumulato cartellette stracolme di disegni perché ovviamente ogni disegno è unico e ci ha regalato sorrisi e commozione?. Il primo disegno che il vostro bimbo ha fatto della sua mamma o del suo papà, la prima volta che ha scritto il suo nome oppure un piccolo biglietto per voi: UnodiUno li







trasforma in prodotti da usare o da ammirare come ad esempio quadretti in legno o tessuto, borse, cartelle per i documenti etc. Prodotti unici e personalizzati, con un ingrediente segreto: l'emozione.

Sono quindi pezzi unici?
Assolutamente sì e da qui anche la scelta del nome UnodiUno che nel mondo dell'arte indica la copia unica, fatta esclusivamente per te. Rilasciamo infatti anche un certificato di autenticità per ogni pezzo realizzato che attesta che tu sei l'unico proprietario di un pezzo originale.

Ricordate il primo oggetto realizzato?
Sì, ci ha riempito di emozione perché abbiamo prodotto sartorialmente una borsa in tessuto per una maestra, con disegni e dediche dei suoi alunni, generando commozione ed entusiasmo. Tutte le mamme ci hanno sommerso di ringraziamenti e hanno voluto a loro volta una shopper con le opere dei loro bimbi.

Quali sono state le difficoltà iniziali?
Le difficoltà sono sempre presenti perché non è semplice far capire il valore unico di questi prodotti, ben diversi da quelli standardizzati. La difficoltà è anche il conciliare gli impegni di mamme con questo progetto che richiede una creatività effervescente e la ricerca costante di nuove idee.



Qual è la tipologia più richiesta?
Molto richiesti sono i quadretti nascita che racchiudono il ricordo magico di quel momento e rimangono prodotti senza tempo, adatti sia al neonato che al bimbo più grande. Abbiamo avuto molte richieste anche per i nuovissimi "Racconti di piccole stelle" che sono fatti in collaborazione con una professionista astrologa che, dai dati di nascita del bimbo, traccia il profilo astrologico sotto forma di piccolo racconto.

Come fare per ordinare i vostri quadretti?
Basta curiosare sul nostro blog unodiunobimbi@blogspot.com per trovare l'ispirazione e contattarci via mail mintbema@gmail.com o su facebook Unodiuno oppure chiamandoci direttamente. Siamo inoltre presenti in alcuni bellissimi punti vendita o spazi dedicati al mondo mamme di Milano e Monza nei quali abbiamo anche organizzato degli eventi di presentazione dei nostri prodotti come ad esempio: Teo Boutique, Salina, Rosalba, Rue des Enfants, Mammamondo, Nove Passi oppure su Monza ci trovate da I Cavoli e le Rose e Libreria Tuttigiùperterra.

i quadretti

TUTTE LE TIPOLOGIE

- **Nascita:** con i dati importanti della nascita del bimbo e l'impronta dei piedini o della manina.
- **Nome:** con significato didascalico del nome oppure in versione personalizzata con le caratteristiche, le espressioni e i sogni del bimbo.
- **Famiglia:** punto di partenza è il disegno fatto dal bambino, dell'intera famiglia o di uno dei componenti. Il disegno viene riprodotto sul quadretto e personalizzato con il nome e l'aggettivo più adatto al soggetto.
- **Maestra** parte dal disegno della maestra fatto da un bimbo oppure dal nome della maestra e viene poi personalizzato con l'aggettivo più adatto.
- **"Racconti di piccole stelle":** descrivono, sotto forma di un racconto poetico ed emozionale, il ritratto astrologico del bimbo partendo dalla sua data e ora di nascita.

Si possono avere anche fuori Milano?
Assolutamente sì, spediamo con facilità ovunque sia richiesto.

Siete delle super mamme, 3 e 4 figli. Avrete un'organizzazione impeccabile per conciliare lavoro e famiglia...
Parafrasando il titolo di un famoso libro, potremmo dire che siamo " Mamme acrobate" perché per organizzare la quotidianità di tutti i nostri bimbi con sport, attività, scuola, bisogna essere super efficienti e programmate ma avere sempre una buona dose di inventiva per escogitare soluzioni ogni giorno diverse. Per la cabala dei grandi numeri, puntualmente quando abbiamo qualche evento importante per UnodiUno c'è sempre l'imprevisto famigliare dietro l'angolo. Ogni volta bisogna saper inventare rocamboleschi piani alternativi per tamponare l'emergenza.

UNODIUNO
SILVIA 348.7119811
VALENTINA 338.5389720
UNODIUNOBIMBI@BLOGSPOT.COM
MINTBEMA@GMAIL.COM



Adozioni internazionali

Ai.Bi Associazione Amici dei bambini

di Valentina Valente

Adottare un bambino è un'esperienza di vita molto intensa, una scelta di grande responsabilità e amore, alla pari della decisione di mettere al mondo un figlio in modo naturale. Il percorso per adottare un figlio richiede pazienza e dedizione, poiché spesso i tempi sono lunghi e la burocrazia non semplice, soprattutto nel caso di adozioni internazionali. È necessario affidarsi a persone competenti e ad organismi autorizzati per essere accompagnati in questo percorso nel modo migliore, con tutta l'assistenza legale, psicologica e logistica necessaria.
Abbiamo incontrato Marco Griffini, Presidente di Ai.Bi, Associazione Amici dei Bambini, ente che dal 1986 opera affinché sia garantito ad ogni bambino abbandonato il diritto a una famiglia. Ai.Bi infatti, è un'organizzazione non governativa, nata da un movimento di famiglie adottive e affidatarie, tra cui quella di Griffini, che ha una sede nazionale a Mezzano in provincia di Milano e **10 sedi regionali, 3 punti informativi e 13 spazi famiglia.** Ai.Bi è presente in circa **30 Paesi** con sedi operative in **Europa dell'Est, Asia, Americhe e Africa**.

Adozioni internazionali: in che momento entra in campo Ai.Bi nella vita di una coppia che decide di adottare?
Ai.Bi segue le coppie che hanno ottenuto il decreto di idoneità e che hanno concluso il percorso necessario con i servizi sociali, di modo da entrare subito nel vivo del progetto adottivo. Tuttavia, organizziamo dei corsi formativi gratuiti, presso le nostre sedi, che si chiamano "I primi passi" per tutte quelle famiglie che ancora devono iniziare l'iter e che hanno scarse o nulle notizie in merito ma desiderano acquisire il maggior numero di informazioni possibili sul tema.
Quali sono le tappe più importanti del percorso di adozione internazionale?
In sintesi le tappe che portano allo sviluppo di un progetto di adozione sono: l'incontro informativo, il conferimento dell'incarico, l'accompagnamento e infine l'abbinamento e la partenza.

Può spiegarle in dettaglio?
Il primo step è l'incontro informativo gratuito che Ai.Bi organizza in tutte le sedi al termine del quale, chi lo vorrà, potrà consegnare – o inviare successivamente – il decreto di idoneità e la relazione dei servizi sociali per un'analisi della documentazione di coppia, al fine di individuare il possibile progetto adottivo.
Seguirà un colloquio gratuito di restituzione e approfondimento e, per le coppie che lo desidereranno, il conferimento dell'incarico.
Da qui si entra nel cuore del progetto: la coppia dovrà frequentare, presso una delle sedi, un percorso di accompagnamento propedeutico all'individuazione del Paese e alla preparazione dei documenti.

L'accompagnamento dunque in cosa consiste?
Personalmente ritengo che una coppia che si vede madre e padre di un bambino non suo è una grande risorsa e di per sé quindi già idonea ad amare un bambino. Può però non essere ben consapevole di cosa davvero significhi accogliere un bambino abbandonato che vive in un Paese straniero. Lo scopo dell'accompagnamento è proprio questo. Attraverso un percorso formativo, un'equipe psico-sociale di specialisti in adozione internazionale e famiglie adottive esperte, nonché psicologi e pediatri aiuteranno la coppia a misurarsi rispetto alla realtà, ai vissuti e ai problemi dei bambini stranieri in stato di abbandono. La coppia sarà quindi messa in grado di valutare verso quali

Paesi di origine indirizzare il proprio cammino adottivo. I bambini in stato di abbandono possono soffrrire di malattie o sono stati vittime di maltrattamenti: anche queste delicate tematiche vengono affrontate dai team di esperti. Finito questo percorso, la coppia potrà maturare la sua idea ed esprimere la preferenza verso un Paese.

Che ruolo ha Ai.Bi in questa fase?
L'esperienza maturata da Ai.Bi in un trentennio di adozioni internazionali è al servizio delle coppie per aiutarle nella valutazione del Paese, non solo in relazione alla situazione contingente (situazione geopolitica, ecc.) ma anche alle tempistiche legate alla burocrazia. Ogni Paese ha infatti regole differenti, che possono in alcuni casi rallentare notevolmente il percorso che porta all'adozione effettiva.

Cosa succede una volta definito il Paese?
A questo punto le autorità competenti del Paese decidono l'abbinamento possibile di uno o più bambini ed inviano la proposta che verrà presa in carico e valuta dalla coppia, sempre seguita da Ai.Bi. La fase successiva, una volta accettato l'abbinamento e preparati i documenti, è quella della partenza per raggiungere il bambino. Qui la coppia viene seguita nel Paese straniero dal "nostro" personale per lo svolgimento dell'iter burocratico, in modo particolare negli incontri in tribunale o presso le autorità competenti per le interviste con l'équipe psico-sociale; inoltre viene offerta assistenza logistica e sostegno durante il periodo di conoscenza e convivenza con il bambino.

Quali sono i tempi stimati per arrivare ad avere un bambino in adozione?
I tempi variano a seconda dei Paesi, nel nostro sito vi sono dati aggiornati sui tempi stimati di attesa per ogni Paese e informazioni utili che possono aiutare le coppie a capire meglio le singole realtà.



AI.BI È ANCHE SOSTEGNO A DISTANZA!
È POSSIBILE AIUTARE UN BAMBINO E L'INTERA COMUNITÀ IN CUI VIVE, CON UN IMPEGNO ECONOMICO MENSILE DI 25 O 50 EURO. UN GESTO IMPORTANTE, PER COMBATTERE L'ABBANDONO ALLA RADICE. TUTTE LE INFORMAZIONI SUL SITO.



MARCO GRIFFINI
PRESIDENTE DI AI.BI, ASSOCIAZIONE AMICI DEI BAMBINI

Parliamo di costi, cosa significa intraprendere un cammino di adozione internazionale?
Le adozioni internazionali richiedono uno sforzo economico importante, che varia anche in questo caso in base ai Paesi. Mediamente si parte dai 5.000 euro per l'iter relativo ad Ai.Bi, che gode di particolari agevolazioni fiscali, a cui si aggiungono poi i costi relativi alla parte internazionale, che possono essere di entità simile o superiore in base ad ogni Paese.

Ai.Bi svolge un ruolo importante anche nel post adozione. Come?
Quando si torna a casa con un bambino adottato, l'inserimento in un nuovo contesto è una fase delicata che può, a volte, evidenziare le prime problematiche. Ai.Bi supporta le famiglie in vario modo, esistono dei gruppi di post adozione, molto utili per un confronto diretto tra famiglie che affrontano la stessa esperienza, ma vi sono anche dei percorsi di consulenza con psicologhe/i e psicoterapeute esperte di psicologia dell'età evolutiva e di psicologia clinica con pluriennale esperienza nell'adozione internazionale maturata con Ai.Bi.
Il servizio si rivolge in primo luogo alle coppie che hanno adottato sia con Ai.Bi che con altri Enti autorizzati, per avere informazioni e per ricevere un sostegno su come affrontare le diverse fasi e difficoltà dell'inserimento del proprio figlio in famiglia. Sono però utili anche ai genitori di bambini in età scolare che necessitano di sostegno nella fase delicata dell'inserimento scolastico e ai genitori di ragazzi adolescenti adottati che si sentano impreparati a fronteggiare i numerosi cambiamenti propri di questa età ed ai ragazzi stessi, per avere un confronto su qualsiasi argomento, uno spazio per parlare liberamente.

Un messaggio personale per le mamme che leggono la nostra rivista e che stanno pensando all'adozione?
La mia personale esperienza di vita, come padre di 3 figli adottivi, mi ha insegnato a vedere l'infertilità non come una disgrazia ma come una grazia, cioè come un'apertura verso un altro tipo di fertilità. Ancora oggi, dopo 30 anni di esperienza nel campo delle adozioni internazionali, rimango a bocca aperta nel vedere come un bambino abbandonato possa credere ancora nell'amore di un'altra mamma e di un altro papà. È una cosa stupenda e meravigliosa.

AI.BI
ASSOCIAZIONE AMICI DEI BAMBINI
TEL. 02.988221
WWW.AIBI.IT

Amici dei Bambini
IL DIRITTO DI ESSERE FIGLIO

la Scuola di Cucina

sale&pepe

Una novità sta per fiorire al centro della tua tavola!

Un esclusivo corso ti aspetta il 19 marzo alle 10:30
presso la Scuola di Cucina di Sale&Pepe nel centro di Milano:
il corso di silviadeifiori® una tra le più apprezzate wedding designer
specializzata in Arte Floreale, che ti svelerà i segreti delle splendide decorazioni
personalizzate per la tavola dei tuoi sogni e ti guiderà alla creazione
di un raffinato centrotavola che realizzerai con le tue mani e che porterai a casa tua!

Un'esperienza imperdibile nata in collaborazione con

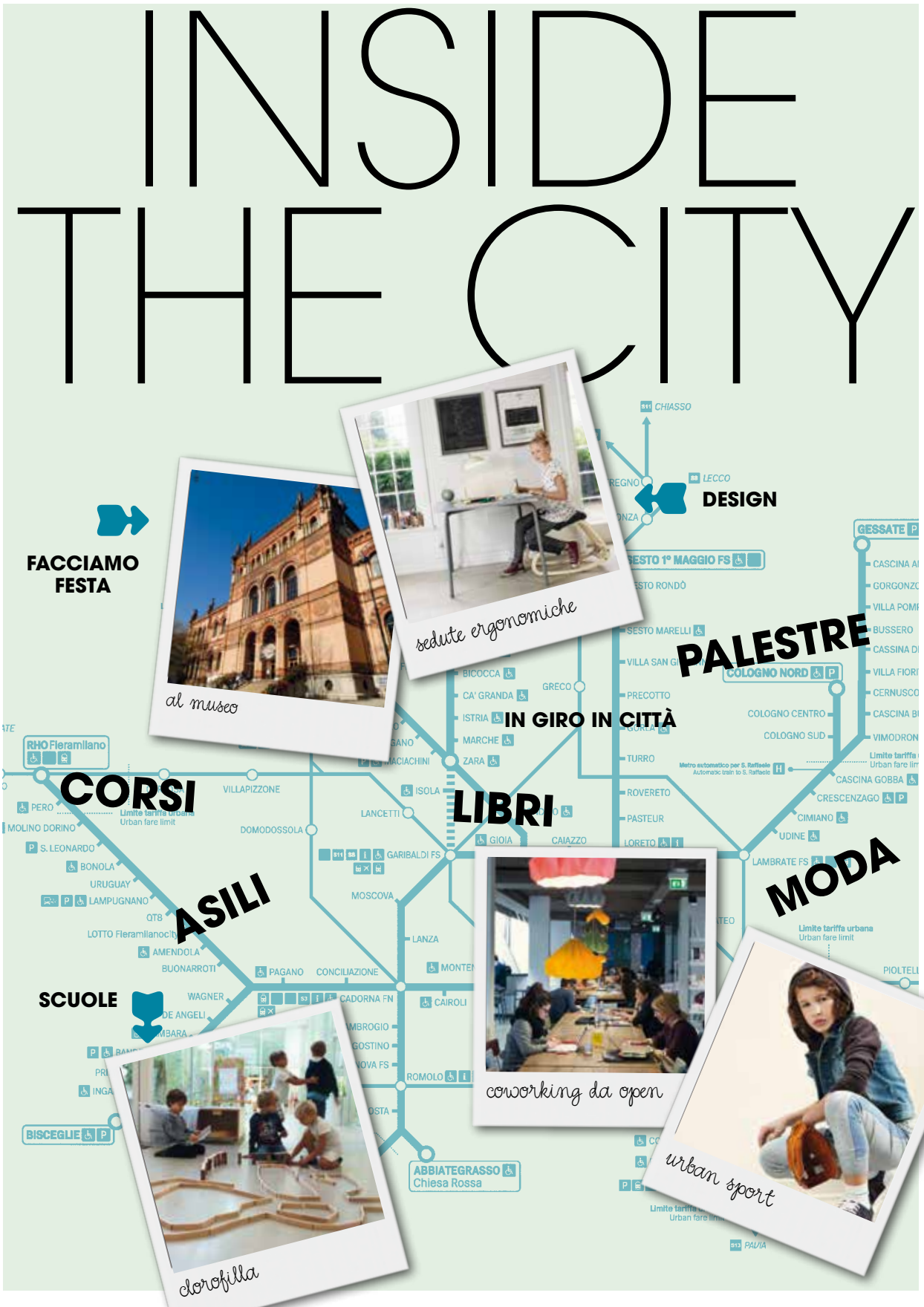
CASA facile *e* milano MOMS
IDEE, STILI E TENDENZE PER LE MAMME A MILANO





Per info e prenotazioni scrivi a info.scuoladicucina@mondadori.it
o chiama il numero 02 75423300 da lunedì a venerdì.
Scopri tutti i dettagli su: **www.scuoladicucina.it**

INSIDE THE CITY





FESTEGGIARE IMPARANDO!

LE PROPOSTE DELL'ASSOCIAZIONE DIDATTICA MUSEALE PER UN COMPLEANNO ORIGINALE

Come trasformare una festa di compleanno in un momento ludico ma anche educativo? Con le proposte di ADM, Associazione Didattica Museale, che si svolgono nei Giardini di Porta Venezia, presso il Biolab e il Paleolab. Un'idea originale e fuori dagli schemi per far divertire i bambini in un contesto insolito e stimolante.
Ecco le feste più richieste!

AL BIOLAB

PRATOPARTY
dai 3 ai 6 anni
DURATA 1 ORA E MEZZA
È possibile mettersi nei panni di una coccinella? Sì! Si possono così incontrare tutti gli amici insetti, tra alti fiori colorati e fili d'erba, entrando in contatto con il mondo del prato e divertendosi in mille avventure.

PIRATAPARTY
DURATA 1 ORA E MEZZA
Il temerario pirata Esteban recluta la sua ciurma per una nuova missione… ci sono tante prove da superare che richiedono abilità e coraggio, lo scopo è scoprire dove si nasconde il forziere!

AL PALEOLAB

PALEOPARTY
DURATA 1 ORA E MEZZA
Chi vuole diventare un vero paleontologo alzi la mano! Si parte con i compagni di festa alla volta di un'isola misteriosa seguendo la mappa e superando ostacoli e avversità, alla ricerca delle ossa dei dinosauri! Quante sorprese sono previste durante la ricerca…



DINOPARTY
dai 3 ai 6 anni
DURATA 1 ORA
Un'impronta misteriosa, un viaggio nel tempo, un antico mondo da scoprire… C'è un piccolo dinosauro che ha bisogno di aiuto, che fantastica avventura!

ARCHEOPARTY
DURATA 1 ORA E MEZZA
Alla ricerca di civiltà perdute e tesori nascosti, proprio come un vero esploratore. Gli indizi? Dentro ad uno zaino, insieme agli strumenti indispensabili per la spedizione e per ripercorrere le avventurose scoperte di famosi archeologi. Tanti giochi di abilità per arrivare infine al tesoro!



UNA NOTTE AL MUSEO

Vuoi festeggiare con i tuoi amichetti in un modo davvero unico? Torce alla mano e sacchi a pelo pronti, puoi passare una notte intera al Museo di Storia Naturale, dalle 20.30 alle 10 del mattino successivo, accompagnato dallo staff che oltre a farti divertire saprà prendersi cura di te per ogni esigenza!
Per bambini dagli 8 ai 12 anni.

ASSOCIAZIONE DIDATTICA MUSEALE
PUNTO INFORMAZIONI: TEL. 02.88463337
TUTTI I GIORNI: ORE 9.00-13.00 / 13.30-17.00
INFO@ASSODIDATTICAMUSEALE.IT
WWW.ASSODIDATTICAMUSEALE.IT

Tentazioni Morbidissime!

Qualcosa di originale e dolcissimo per la tua festa? Le creazioni di marshmallow e caramelle gommose di **Nicoletta Maffioli**, fatte su misura per qualsiasi evento! Sono realizzate in un laboratorio artigianale, su richiesta, ma alcune proposte sono in vendita anche da La Rinascente, dove c'è un corner dedicato al settimo piano.

NICOLETTAMARSHMALLOW@GMAIL.COM
CELL. 347.5879142





Il tuo KIT FESTA è pronto!

PARTIES&LEISURE PROPONE UNA VERA E PROPRIA COLLEZIONE DI KIT PER LE FESTE DA ORDINARE E RICEVERE A CASA! ECCONE DUE DEDICATI AL TEMA PRINCIPESSE



Tutti gli elementi sono realizzati a mano e personalizzabili con tema a scelta su richiesta.

1 kit Party Regal Princess

(45 euro)

- **1 ghirlanda** "HAPPY BIRTHDAY" in cartoncino
- **10 palloncini rosa** e **10 palloncini bianchi** da gonfiare
- **10 cavalieri segnaposto** o per dolcetti e panini
- **confetti** di carta velina per decorare il tavolo
- **20 toppers** in diverse forme e dimensioni
- **10 bicchieri** di carta personalizzati a mano
- **10 cannucce**

2 Play Kit for Princess

(euro 55)

- **un tutù** gioco in tulle
- **una bacchetta** magica
- **una coroncina** glitterata

PARTIES&LEISURE FAI IL TUO ORDINE SU: WWW.PARTIESANDLEISURE.COM/IT/PARTY-KIT



PRIMO PUNTO VENDITA A MILANO DEL CIOCCOLATO BIOLOGICO ED EQUOSOLIDALE ZOTTER, PRODOTTO ARTIGIANALMENTE IN AUSTRIA: UNO DEI MIGLIORI CIOCCOLATIERI AL MONDO!



È ARRIVATA DULCIPEDIA!

UN MONDO DEDICATO A CHI AMA PREPARARE E GUSTARE I DOLCI

Ha aperto da pochi mesi ed è già un punto di riferimento per tutti coloro che amano i dolci, gustarli ma soprattutto prepararli. Dulcipedia nasce per soddisfare le esigenze di **cake designer** esperti ma anche di chi semplicemente ama cimentarsi in cucina con creazioni sempre nuove, buone e belle da vedere. Il negozio, infatti, propone un'ampia gamma di prodotti, accessori e materie prime per realizzare **ogni tipo di dolce** e decorarlo attraverso le tecniche più classiche o più di tendenza. Dalla farina allo stampo, insomma, ognuno troverà la soluzione adeguata per realizzare torte, biscotti, muffin, cake pops, cupcakes, crêpes, creme brûlé, cialde belghe… La comodità è avere, finalmente, tutto a portata di mano!

Lo spazio si articola in due sezioni, una di utensili e accessori e una dedicata a ingredienti e ghiottonerie con una selezione di brand di alto livello, italiani ma anche francesi, inglesi, austriaci.

Tra la scelta di alimenti, oltre agli ingredienti di base possiamo trovare le lussuose spezie della ditta francese Terre Exotique e i Tè della Royal Tea Company, farine, zuccheri (sciolti, in zolletta, canditi, di canna, aromatizzati…), cacao in barrette e dischi di cioccolato, cioccolato da cucina e specialità di Bronte (tra cui la meravigliosa crema di pistacchio), marmellate, frutta candita, frutta secca, decorazioni di zucchero, marron glacé, torrone, lecca lecca… Non mancano **prodotti speciali** come lieviti e ingredienti per dolci vegani e gluten free.

Per la sezione decorativa vi sono essenze ed emulsioni per dolci, pasta di zucchero, ghiaccia reale, marzapane e pasta di mandorla, coloranti (anche naturali) oro alimentare, ingredienti professionali (gomma adragante, isomalto, CMC…), acqua di rose e acqua di fiori d'arancio, grano cotto per fare la pastiera.

La parte dedicata agli accessori è altrettanto ricca, con una grande varietà di stampi per torte, tagliapasta e mattarelli, sotto-torte, sac à poche, accessori per la pralineria, per le marmellate… Insomma Dulcipedia è davvero un mondo da scoprire con calma, uno di quei negozi in cui è meglio prendersi un po' di tempo, per guardare, imparare, farsi attirare dai colori e chiacchierare con lo staff alla ricerca della giusta soluzione. Un luogo dove coltivare una passione a tutto tondo, che, a breve, diventerà anche una location per eventi e momenti di incontro interessanti su questo tema affascinante!



PER I BAMBINI? UNA SEZIONE SPECIALE!

- KIT PER CUCINARE ADATTI AI PIÙ PICCOLI
- STAMPI A FORMA DI GIOSTRA, MACCHINA, AEROPLANO, TRENO, ORSACCHIOTTO…E MOLTI ALTRI
- TAGLIA BISCOTTI
- TUTTO PER FARE UNA TORTA A TEMA CALCIO, PIRATI, ECC
- SPUMANTI PER BAMBINI, ANALCOLICI AL SAPORE DI PESCA, NATURALI E SENZA ZUCCHERO
- CIALDE E DISCHI IN PASTA DI ZUCCHERO CON I PIÙ AMATI PERSONAGGI DISNEY, PIXAR E MARVEL
- PERSONAGGI DISNEY E MARVEL DI ZUCCHERO

DULCIPEDIA
VIA LUIGI SETTEMBRINI, 11
TEL. 02.48670874
INFO@DULCIPEDIA.IT - WWW.DULCIPEDIA.IT

MAMMA M'AMA

LA PRIMA PAPPA PER LO SVEZZAMENTO FRESCA, BIOLOGICA, PRONTA DA MANGIARE

Pensate dalle mamme per le mamme: le proposte di pappe per lo svezzamento Mamma M'Ama si distinguono per la qualità e la praticità.
Mamma M'Ama è un'idea d'impresa nata proprio da tre giovani mamme che sviluppa la produzione e la vendita di pappe fresche, bio, complete di tutti i principi nutritivi necessari e pronte da mangiare, dedicate ai bimbi dai 4 ai 36 mesi. Comode, pratiche e sicure, si devono solo riscaldare a bagno maria o nel forno a microonde e possono essere portate in viaggio con una borsa termica. Cucinate in modo artigianale con prodotti controllati di stagione, provenienti da allevamenti e coltivazioni biologiche, le pappe Mamma M'Ama sono al 100% Made in Italy. Tre le linee di prodotto: First Steps, dai 4 ai 36 mesi, pochi e selezionati ingredienti adatti ai primi 2 mesi di svezzamento, Second Steps dagli 8 ai 36 mesi, porzioni più abbondanti e ampia varietà di ingredienti, con cereali in chicchi), Gourmet dagli 8 ai 36 mesi, pappe speciali per piccoli gourmant, con mix particolari.
All'interno del pack del prodotto è presente il calendario dello svezzamento per frutta e verdura di stagione.



first steps

VELLUTATA DI VERDURINE DELL'ORTO CON CREMA DI RISO

Ricetta che unisce alle migliori verdure, un brodo vegetale con farina di riso, cereale che in sé ha tutte le sostanze indispensabili per l'organismo umano: minerali, enzimi, vitamine, proteine e grassi.

second steps

CHICCHI DI AVENA SU PUREA DI CAROTE E PISELLI

Avena e piselli: generosi portatori di acido folico, vitamine e minerali, soprattutto potassio e magnesio. L'avena è il cereale più proteico e ricco di acidi grassi essenziali, fonte di carboidrati a lenta digestione, vitamine del gruppo B, enzimi, minerali (calcio e fosforo) e vari oligoelementi. In aggiunta tanti vegetali oltre alle carote, che con la loro dolcezza conquistano tutti.





gourmet

RISOTTINO CON STORIONE E ZUCCA

Il riso di altissima qualità è stato spezzato, per far provare al bambino in tutta sicurezza nuove consistenze, e poi mantecato con una dadolata di zucca per dare dolcezza e vitamina A. Lo storione conferisce un gusto delicato, è ricco di omega 3 e vitamine A e D.

DISPONIBILI NEL BANCO FRIGO DEI PRINCIPALI PUNTI VENDITA **CARREFOUR** A MILANO, QUESTE PAPPE SI TROVANO ANCHE ONLINE SU **CORTILIA.IT** E NEI SUPERMERCATI **BIO C' BON**. **PER SCOPRIRE DOVE TROVARE I PRODOTTI MAMMA M'AMA:** WWW.MAMMAMAMA.IT/ACQUISTA



CLOROFILLA. CHE SCUOLA!!

VI SPIEGHIAMO IL REGGIO APPROACH

di Laura Della Badia

Entrando nella scuola Clorofilla, asilo nido e scuola materna, la prima sensazione che si avverte è quella della bellezza. Una bellezza a 360 gradi, che non è soltanto dell'ambiente fisico (ampie vetrate, aule trasparenti, una cucina a vista immensa, un patio con un'enorme canfora, un orto giardino) ma è anche dell'atmosfera, gioiosa e tranquilla, dei bambini che giocano in autonomia nella grande piazza centrale o sono impegnati nelle varie attività in classe con le maestre.
Incontro Giovanna Gulli, ideatrice e titolare di questa scuola: "Ho una formazione umanistica e per tanti anni mi sono occupata di ricerca sociale, realizzando progetti speciali per nidi e scuole dell'infanzia. Durante questo percorso sono venuta a contatto con l'approccio educativo presente da più di 40 anni nelle scuole di Reggio Emilia e me ne sono innamorata. Così è nata l'idea di realizzare una scuola che lo rispecchiasse".



PERCHÉ
clorofilla?

- **Reggio Emila Approach**, una delle esperienze educative più importanti nel mondo
- **Bilinguismo**, con insegnanti madrelingua anglofona
- **400 mq di giardino** pensile
- **Piscina** interna
- **Cucina a vista** e **Atelier del gusto** per scoprire i sapori attraverso il fare e il cucinare.
- **Palestra** in morbido tatami, anche con parete per l'arrampicata
- **Atelier della creatività** per sperimentare con la creta, la tempera, gli acquerelli e i colori ad olio

Quali sono i punti cardine?
"Innanzitutto la centralità del bambino, considerato come individuo che ha in sé tutte le potenzialità per svilupparsi, in base all'ambiente e alle occasioni di esplorazione che gli vengono offerte. In secondo luogo vengono presi in considerazione tutti i linguaggi espressivi: grafici, pittorici, manipolativi, del movimento, della comunicazione verbale e non verbale, pensando sempre ad un bambino che conosce con tutto se stesso. Infine il valore dell'educazione, come percorso di crescita non solo individuale ma sociale e collettivo. L'ascolto da parte dell'adulto è un elemento fondamentale, poiché il suo ruolo non si limita alla trasmissione del sapere ma diventa un percorso di crescita e di scambio. Il Reggio Approach, nato nelle scuole di Reggio Emilia nel secondo dopoguerra, è riconosciuto come una delle migliori esperienze pedagogiche del mondo. Siamo in continuo rapporto con Reggio Children per garantire all'equipe

di Clorofilla formazione e aggiornamento costanti". La specificità del progetto educativo e le caratteristiche dello spazio consentono alla scuola Clorofilla di proporre attività particolari. Qualche esempio? Le abbiamo osservate e ve le raccontiamo!

La natura: al secondo piano c'è un grande giardino pensile, con una serra al suo interno; questo ambiente sollecita curiosità, domande ed esperimenti a partire da piccoli eventi quotidiani, come la nascita di un fiore, le gocce di rugiada sulle foglie, il volo di una farfalla.

La creatività: all'interno di ogni classe, c'è un mini-atelier, dedicato all'espressione artistica. La creatività infatti è considerata una modalità di apprendimento che ciascun bambino possiede.

Il libro: lo spazio dedicato alla lettura, presente in ogni aula, è concepito come luogo di sosta, dove i bambini possono costruire la propria "biblioteca". Qui le insegnanti si raccolgono per leggere a voce alta e costruire, insieme ai bambini, nuove storie.

Il corpo: gli ambienti di Clorofilla sono stati progettati facendo in modo che i bambini possano essere liberi di agire, in movimento o in sosta, senza barriere. Per questo c'è una palestra, dove ci si può anche arrampicare e lasciarsi andare nel vuoto, e una piscina, dove tuffarsi e giocare con l'acqua.

Bilinguismo: il team educativo, composto anche da insegnanti di madrelingua anglofona e/o bilingui, in stretta connessione con gli insegnanti di lingua italiana, mette i bambini nella condizione di vivere un contesto bilingue in una dimensione di quotidianità e naturalezza. La presenza della lingua inglese si intensifica nel passaggio dal nido alla scuola dell'infanzia attraverso attività quotidiane di esplorazione e gioco.

La natura è quindi uno dei punti centrali delle attività che proponete. Anche il nome Clorofilla ne è un segno.

"Certamente, il nome vuole evocare l'idea della linfa vitale che rigenera. Il riferimento è anche ad un libro "Clorofilla dal cielo blu" che racconta di una bambina-pianta che riesce a far rinascere una città invasa dallo smog. Un riferimento alla natura, quindi, ma anche al mondo letterario, altro cardine del nostro approccio educativo. Crediamo fortemente che la fruizione quotidiana dei libri da parte dei bambini, anche molto piccoli, li accompagni positivamente nelle scoperte che compiono ogni giorno.



GIOVANNA GULLI
IDEATRICE E TITOLARE
DELLA SCUOLA CLOROFILLA



laboratori creativi...





la piscina



pensare alla tavola con cura

L'Ambiente

Clorofilla si trova in un edificio storico di fine '800; una cornice suggestiva ma anche funzionale alla creazione di ambienti di ampie dimensioni. Lo spazio, in questa scuola, non è un elemento secondario nel definire il percorso educativo. Tutti gli ambienti sono infatti funzionali alle autonomie che si vogliono offrire ai bambini e lasciano le insegnanti nella condizione di poter osservare i giochi e le scoperte dei bambini. Le aule si affacciano tutte su una "Piazza centrale" e hanno pareti trasparenti. La ristrutturazione è avvenuta con la consulenza di Reggio Children. Secondo Loris Malaguzzi, ispiratore dell'approccio educativo di Reggio Emilia, lo spazio viene considerato il "terzo educatore" (dopo famiglia e insegnanti), fondamentale quindi nei percorsi di crescita.

CLOROFILLA
VIA CESARE DA SESTO, 5 - TEL. 02.58110091
WWW.NIDOSCUOLACLOROFILLA.IT



OPEN
MOLTO PIÙ DI UNA LIBRERIA!

In Viale Monte Nero (zona Porta Romana), OPEN More Than Books è un'inedita libreria. Qui, infatti, oltre ad un'ampia disponibilità di volumi, per adulti e per bambini, si può anche lavorare, sorseggiare un caffè, fare un pranzo di lavoro o un aperitivo. E non solo: questo ampio spazio, di oltre 1.000 mq, ospita un ricco calendario di eventi, con un'attenzione mirata anche al mondo dei bambini e della famiglia. Ecco qualche spunto interessante!



letture per i piccoli



il tablet per imparare

OPEN
VIALE MONTE NERO, 6
(M3 PORTA ROMANA)
WWW.OPENMILANO.COM

TUTTE LE ATTIVITÀ!

LEGGERE
I libri sono tutti in vendita, ma è possibile leggere anche i propri su comodi divani, poltrone e sedie.

LAVORARE
Ci sono due aree: una "friend" aperta a tutti dove "condivisione" è la parola d'ordine, e una "business", chiusa, per chi vuole un ambiente più tranquillo. Le postazioni possono essere affittate per ogni esigenza: un giorno, un mese o un anno.
Per gli incontri di lavoro ci sono le meeting room da 6 o 12 posti ma anche una sala da 40 posti.

EVENTI
Eventi settimanali aperti al pubblico. Ascoltare, incontrare e contaminarsi con nuove idee.

CAFÈ GOURMET
Il piacere di una pausa gourmet ad ogni momento della giornata. Colazioni, spuntini, pranzi, merende e aperitivi.

GLI APPUNTAMENTI PER LA FAMIGLIA

BAMBINI
- **Tablet:** giocare e imparare. 5-10 anni
Una volta al mese, all'ora della merenda, si potrà scoprire un uso del tablet anche per imparare. Dai numeri alla geografia, dalla scienza alla storia dell'arte e della letteratura!
- **Matematica Kumon:** dai 4 anni
Il Kumon è un programma di apprendimento della matematica, nato in Giappone. Mira a sviluppare le potenzialità degli studenti in campo matematico rendendoli dei selflearners.
Per le prenotazioni:
enquiries@matematicakumon.it
- **Laboratori Farò:** attività manuali con gli esperti di bricolage. In collaborazione con Leroy Merlin.

DONNE E MAMME
- **Face Gym:** ginnastica facciale.
- **Conversazioni in inglese** di vario livello tenute da English Corner.
- **Presentazioni di libri** con l'autore.

NONNI
- **Corso:** l'arte di essere nonni oggi

OGNI DOMENICA: BRUNCH CON MENÙ BIMBI!

Consulta il sito per conoscere le prossime date dei corsi e degli eventi!
www.openmilano.com



DAI VITA AI SUOI SOGNI

CI SONO SOGNI CHE CONTINUANO ANCHE AD OCCHI APERTI.
SONO QUEI DESIDERI CHE CHIEDONO DI DIVENTARE REALTÀ E POSSONO TRASFORMARSI
IN UN'ESTATE INDIMENTICABILE **CON GAZZETTA SUMMERCAMP**.

Sports Promotion
SOCIETÀ SPORTIVA DILETTANTISTICA

Regala ai tuoi figli un'avventura fantastica con Gazzetta Summer Camp.
Scegli uno tra i tanti pacchetti vacanza da vivere in Italia o all'estero.
Dalla fotografia all'equitazione, dal calcio alla danza,
fino alla musica e alle lingue straniere.
Ogni soggiorno è unico, a misura di desiderio.

SCOPRI DI PIÙ SU **GAZZETTASUMMERCAMP.IT**

La Gazzetta dello Sport
Tutto il rosa della vita

John Peter Sloan®

la Scuola

FOR KIDS

THE REVOLUTION IS HERE!



IL CORSO ORIGINALE.

Aperte le iscrizioni.
info su *kids.jpscuola.it*

02 2024 2154
Via Boscovich 61
(angolo c.so Buenos Aires)
MM1 Lima
info.milano@jpscuola.it



JOHN PETER SLOAN KIDS

ARRIVA LA RIVOLUZIONE!

Sono stati annunciati come una vera e propria "Revolution" i nuovi corsi di inglese dedicati ai bambini, che John Peter Sloan ha inaugurato a febbraio. Sfruttando il suo spiccato sense of humour e le sue doti comunicative John ha stravolto i canoni dell'insegnamento della lingua inglese in Italia! Noi di Milano MOMS lo abbiamo incontrato.

John, è arrivato il momento di dedicarsi ai più piccoli, perché?
Dopo il grande successo di "English da zero" ho deciso di realizzare un desiderio che ho da tempo e che si è rivelato essere la sfida più importante della mia vita. Ho lavorato tanto nel mondo degli adulti e mi sono detto: perché non eliminare un approccio sbagliato fin dall'inizio e far capire ai bambini che l'inglese si può imparare in maniera divertente? Dopo un paio d'anni di studio e un grande impegno questo è il risultato!

Perché si parla di "Revolution"?
Questo corso è davvero rivoluzionario perché a differenza degli altri, già dopo poche lezioni i bambini saranno in grado di formulare delle frasi e non impareranno soltanto vocaboli banali. Inoltre daremo grande importanza alla pronuncia che verrà affrontata in modo super originale con dei simboli ideati proprio da me, ad esempio per pronunciare bene parole come CAR bisogna fare "il dottore" cioè il verso che fai quando il dottore ti deve guardare le tonsille.

L'insegnamento con il sorriso è alla base del tuo metodo, immagino che con i bambini questo valga ancora di più!
Quello che i bambini non sanno è che divertendosi e giocando imparano in modo naturale la materia più importante per il loro futuro: l'inglese. Per far questo durante il corso impareremo nuove parole e studieremo la grammatica giocando, useremo la musica, faremo delle grandi sfide di pronuncia; amiamo far mettere in pratica quanto stiamo insegnando, ad esempio ci improvviseremo attori con dei giochi di ruolo e faremo la merenda in inglese così da imparare in modo spontaneo e naturale a fare delle richieste, a ringraziare….a comunicare! Le attività sono tantissime, il trucco è non annoiarsi mai!

Perché le mamme dovrebbero scegliere questi corsi?
Il metodo è frutto di uno studio nuovo, pensato appositamente per bambini italiani; si insegna a parlare un inglese vero e vivo dando grande importanza, come dicevo, alla pronuncia. Abbiamo avuto modo di mettere in pratica questo corso la scorsa estate in Toscana, dove per un mese ho insegnato a 12 bambini di tutte le età giocando al mare, nelle colline, nel bosco, in piscina. Divertendoci abbiamo imparato senza nemmeno accorgerci e dopo due settimane i bambini sapevano già contare, leggere, presentarsi e tutto questo in un perfetto inglese!

Come saranno organizzati le classi e gli orari?
Il corso va da Ottobre a Gennaio e da Febbraio a Maggio, è adatto a bambini e ragazzi dai 4 ai 14 anni e si struttura in un appuntamento settimanale di 1h15 o 1h30 a seconda dell'età. In orario pomeridiano tutti i giorni della settimana. Le classi sono formate da 4/8 bambini, generalmente divisi per età. Ogni mese una lezione lascerà il posto ad un workshop.

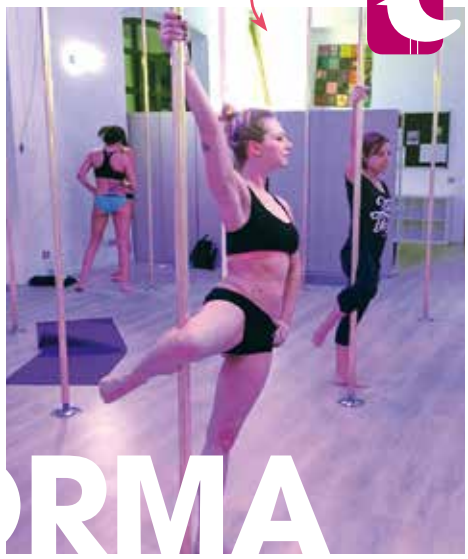
Un messaggio per le nostre lettrici?
Giocate in inglese con loro! Organizzeremo dei workshop apposta per voi in cui impareremo come tenere allenato il vostro bambino anche a casa e quali giochi si possono fare tutti insieme. Cogliete quest'occasione per imparare anche voi e ricordate che ENGLISH IS THE FUTURE.



JOHN PETER SLOAN - LA SCUOLA
TEL. 02.20242154
FACEBOOK:
JOHN PETER SLOAN LA SCUOLA FOR KIDS
KIDS.MILANO@JPSCUOLA.IT
KIDS.JPSCUOLA.IT

noi l'abbiamo provato!





IN FORMA CON LA POLE DANCE!

UN MODO DIVERTENTE PER ALLENARSI, SENTIRSI PIÙ FORTI… CON UN PIZZICO DI SENSUALITÀ

di Valentina Valente

Lo ammetto, quando mi hanno proposto di fare la lezione prova ero un po' titubante e anche intimorita. Il mondo della pole dance mi era totalmente sconosciuto fino a quando non ho incontrato Krystel Arbia, la titolare di **Milan Pole Dance studio**, che me lo ha fatto scoprire. "La Pole dance è a tutti gli effetti una disciplina sportiva, rappresentata da una federazione internazionale (IPSF) e italiana (FISAC). Ha una forte componente artistica e, ai livelli più alti, anche acrobatica" mi spiega Krystel, "in sostanza è un mix di ginnastica e danza con la pertica, spesso erroneamente confusa con un'altra attività che non è sportiva ma ludica d'intrattenimento, la lap dance, praticata negli strip club".

Nulla a che vedere con quest'ultima, la pole dance richiede impegno, costanza e garantisce risultati molto positivi sul corpo: maggiore flessibilità, tonicità, forza e resistenza, nonché maggiore autostima, tutto facilmente traducibile in benessere psicofisico a 360 gradi. È sicuramente una sfida con se stesse, questa la prima sensazione che ho provato cercando d'impostare con l'istruttrice i primi semplici movimenti, l'abc di figure che permette poi di acquisire la forza e la tecnica per avanzare di livello. Nel vedere le altre ragazze volteggiare attorno alla pertica e sollevarsi con facilità e grazia, sono rimasta incantata e mi è venuta la curiosità di vedere fino a dove potrei arrivare, perché, diciamolo, a tutte fa piacere vedere il proprio corpo così in forma, energico e femminile. Sono uscita dalla prova con molta carica positiva addosso. Milan Pole Dance Studio ha una proposta di corsi e lezioni studiata **per ogni livello** e per le esigenze d'orario di chi lavora o ha poco tempo, con la possibilità di abbonamenti o pacchetti di lezioni.

Più di 60 corsi settimanali, tra le due sedi, quella in Via Col di Lana, che offre la fascia oraria di pausa pranzo (13-14), quella serale(17-21) e il sabato, e quella di Via Giovanni da Procida che ha corsi serali dalle 18 alle 21. Ai corsi ci si può **iscrivere online**, sul sito, o scaricando la comoda app su smartphone o tablet; ogni lezione può ospitare un massimo di 15 partecipanti. Su richiesta sono disponibili anche lezioni one to one. Il percorso da principiante viene seguito da istruttrici professioniste che impostano le basi. Proprio per favorire questo percorso, vengono proposti in parallelo dei corsi di **flexy**, **TRX** (allenamento funzionale in sospensione) o **antigravity** che aiutano a sviluppare determinati movimenti e a potenziare la flessibilità e l'agilità muscolare. Il mio consiglio? Provare per credere, è un'esperienza divertente e diversa dal solito, che potrebbe aprire nuovi orizzonti!

POLE DANCE

- **Divertente**
- **Amenta l'autostima**
- **Tonifica**
- **Migliora la flessibilità**
- **Potenzia la resistenza**





il corso di TRX per rinforzare i muscoli!

MILAN POLE DANCE
VIALE COL DI LANA 14
E VIA GIOVANNI DA PROCIDA 7
TEL. 02.92863641
INFO@MILANPOLEDANCE.COM
WWW.MILANPOLEDANCE.COM

SCUOLA dei TALENTI

MEMENTO SOMNIARE ET AUDERE SEMPER

Come cambierebbe il futuro di tuo figlio se avesse oggi i migliori strumenti per la sua crescita ?

Apre a Milano la prima
Scuola Esperienziale per sviluppare i talenti di tuo figlio.
Percorsi pomeridiani, Compiti Facili con metodo di studio
e molto altro per la felicità della famiglia e il futuro dei tuoi figli.

NUMERO CHIUSO - SONO APERTE LE PREISCRIZIONI.
SEGNATI O FAI UNA FOTO AL LINK QUI SOTTO:

WWW.SCUOLADEITALENTI.NET/PERCORSO/MOMS

MOMMY MAKEOVER!

ANCHE IN ITALIA LE CURE DOLCI PER UN VISO PIÙ GIOVANE



Lo stress di accudire il figlioletto non fa bene alle neomamme. Soprattutto, non fa bene alla pelle del viso. Ma c'è il modo di tornare a splendere, e anzi diventare più belle di prima.
L'hanno già scoperto negli Stati Uniti, dove hanno chiamato "Mommy Makeover" l'insieme di piccole e mirate pratiche di chirurgia estetica pensate per rendere luce al viso con tecniche "dolci". Ora anche in Europa sono moltissime le mamme che si rivolgono al chirurgo estetico per recuperare la giovinezza del volto, cancellare le piccole rughe, e rendere più tonica la pelle intorno agli occhi. Il fenomeno è arrivato anche in Italia, soprattutto perché le tecniche utilizzate non sono molto impegnative sotto il profilo del costo e non implicano una separazione, sia pure breve, dal bambino. E c'è anche una ragione strategica, la possibilità di ottenere in fretta i risultati, senza dover seguire i tempi di un recupero naturale ma lento. Così si concretizza il sogno di tante donne che guardando le foto di attrici o cantanti famose si sono chieste con stupore e un po' d'invidia come avessero fatto ad essere di nuovo raggianti e perfette a poca distanza dal parto.
Ne parliamo con il dottor Christophe Buratto, Specialista in Chirurgia Plastica e Medico Estetico, fondatore della Clinica del Viso di Milano, che dall'attrezzatissimo centro di piazza della Repubblica 21 riesce a captare i desideri (e anche i sogni) di chi si rivolge con fiducia alle nuove tecniche "soft".
Vediamo quali sono le affidabili risposte.



La **Biorivitalizzazione**, un vero e proprio cocktail di sostanze che vengono iniettate nello strato superficiale della cute. C'è l'acido ialuronico che ha un effetto idratante, ci sono gli antiossidanti che combattono i radicali liberi e sviluppano un'azione anti-age, ci sono elementi naturali che nutrono la pelle (come amminoacidi, vitamine e sali minerali) e infine biostimolanti per il rinnovamento cutaneo. La giusta associazione al tradizionale trattamento con filler riassorbibili all'acido ialuronico utilizzati per rimodellare il contorno del viso. Diversificati per ogni zona del viso per donare un natural look al contorno occhi, zigomi e labbra.
Molto efficaci sono i **Fili Liftanti**, anch'essi riassorbibili. Svolgono un doppio compito: biostimolazione della cute affinché si rinnovi, poichè composti da molecole biodegradabili e nutrienti, e delicato sostegno delle aree in cui la pelle ha ceduto.
Infine, il re delle tecniche innovative della chirurgia estetica mini-invasiva: il **Laser Clear + Brilliant**. È un laser frazionato non ablativo e cioè dolce, che permette un trattamento indolore e non aggressivo della cute, creando migliaia di microscopiche zone termiche, che andranno a rivitalizzare e a rallentare l'invecchiamento della pelle.

CLINICA DEL VISO
WWW.CLINICADELVISO.IT
INFO@CLINICADELVISO.IT

Clinica del Viso



ADVERTISING | GAIA AVALLONE

il nido di yaia

Il posto più bello dopo le braccia della mamma

Il Nido di Yaia è un nido per bambini da 6 a 36 mesi. E per le loro famiglie.

> È un nido biologico per davvero, dalle pappe agli arredi.
> È un grande giardino attrezzato per giocare in libertà.
> È una palestra morbida e una stanza dell'acqua.
> È una cucina interna dove tutto è bio e molto viene fatto a mano.
> È un mondo in cui crescere.

VIA HAJECH 6, ANG. C.SO XXII MARZO - WWW.ILNIDODIYAIA.COM



BOBUX
per i primi passi,
sicuri e in libertà



MICHELA LUPI
TITOLARE
DI JOI

SCARPINE NUOVE?

ANDIAMO DA JOI!

Joi è un negozio a misura di bambino, caldo e accogliente, dedicato interamente alle scarpe 0-12, nel vivace quartiere Isola.
Il progetto nasce dall'idea di Michela che ha unito entusiasmo, curiosità e ricerca di prodotti "diversi dal solito" con la sua esperienza di mamma-cliente. "Le mie priorità", dice Michela "sono il servizio, la qualità e soprattutto il comfort dei piccoli piedi. Ma a **prezzo equo**! Penso sia molto importante offrire non solo scarpe di qualità, ma anche una valida assistenza in fase di acquisto.
Ogni piede è diverso e ogni scarpa calza in modo diverso. Farsi consigliare bene, soprattutto quando si comprano le prime scarpine, è fondamentale!" Da Joi si possono trovare marchi originali e, spesso, con un'anima naturale ed ecosostenibile.
Accanto a marchi spagnoli come **El Naturalista**, **Biomecanics** e **Natural World**, troviamo le neozelandesi **Bobux**, studiate per garantire la massima libertà del piede, i modelli **Superfit** in GoreTex, le scarpe svedesi **Kavat** certificate EcoLabel, i coloratissimi stivali da pioggia Hatley e molto altro.
Particolare attenzione è riservata ai prodotti realizzati artigianalmente, come le menorquine originali. E accanto alle calzature anche le calze di super qualità 100% filoscozia marchiate JOI – rigorosamente prodotte in Italia - e altri utili accessori.
I piccoli piedi saranno soddisfatti…ma anche le mamme possono trovare qualcosa per loro, garantito!







I CALDI MODELLI
di El Naturalista
della serie Kepina

JOI
VIA MEDARDO ROSSO, 18 - TEL. 02.39820384 - ORARI: LUN, 16.00-19.30; MAR-VEN, 10.30 - 14.00 / 16.00 - 19.30; SAB, 10.00 - 13.00 / 15.30 - 19.30; CHIUSURA: DOMENICA E LUNEDÌ MATTINA
WWW.FACEBOOK.COM/JOIMILANO



VISITA GRATUITA
A TUTTI I BAMBINI FINO A 12 ANNI
presentando
QUESTO NUMERO DI **MILANO MOMS**,
FINO AL
30/04/2016

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



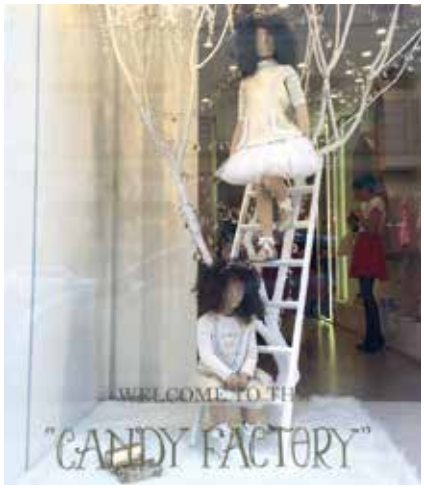
DOTT.SSA PAOLA POLACCO

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)

events







12 DICEMBRE

simonetta

CANDY FACTORY

Sabato 12 dicembre la boutique Simonetta, in via Manzoni 42 a Milano, si è trasformata in un Candy Factory: un laboratorio creativo di Natale che ha visto i bambini protagonisti assoluti della giornata. Occasione ideale per realizzare bellissimi decori per l'albero di Natale, l'evento si è svolto in un clima accogliente e giocoso. Per i piccoli invitati, in dono una scintillante calza Simonetta piena di dolci tentazioni. Un momento unico e di festa per tutti i piccoli clienti Simonetta.

Evento in partnership con Milano MOMS e Parties and Leisure.
Foto: Sara Anfossi

















La mia famiglia in vacanza

ITALY Family HOTELS

Dedicato ai lettori di "Milano Moms"

Publiredazionale

AREA38 www.area38.it

Italy Family Hotels ha selezionato per te 105 strutture alberghiere con elevati standard qualitativi in 12 regioni italiane, dandoti la possibilità di scegliere fra mare, montagna e terme, tante soluzioni diverse per tutti i gusti e per una vacanza 12 mesi l'anno!

Le mamme sanno di poter contare su aree sicure e attrezzate, adatte per ospitare i bambini, con servizi su misura per tutte le età. Ai bambini offriamo un'animazione giornaliera, orari comodi e flessibili ai pasti, tante attività e infinite soprese.

Italy Family Hotels da oltre 15 anni significa esperienza, qualità, serietà. E per questi motivi è la scelta giusta per la vacanza con tutta la famiglia!

Con un click puoi scegliere di partire quando vuoi e dove vuoi. Scopri le nostre ricche offerte!

www.italyfamilyhotels.it

Buono Sconto di € 100 in un Italy Family Hotels

Ricevere il buono è semplicissimo:
Collegati al link **www.italyfamilyhotels.it/milanomoms**
Inserisci il codice **ifh-milanomoms** e compila tutti i campi del form con i tuoi dati.
Scarica, stampa il tuo **buono sconto** di € **100,00** e presentalo in hotel.

CONDIZIONI DEL BUONO
Il buono sconto di € 100,00 è valido per un soggiorno di 1 settimana (6 notti e 7 giorni), presso gli hotel aderenti all'iniziativa, previa disponibilità della struttura. Il buono non è cedibile a terzi, né frazionabile, né cumulabile con altri buoni e/o con altre offerte/promozioni attive in hotel. Ricordati all'atto della richiesta preventivo di comunicare il possesso del buono a te riservato che dovrai consegnare una volta arrivato in hotel!
Buono valido fino al 30/11/2016.

Via Macanno, 38/Q - 47923 Rimini - Italy
fax +39.0541.390029
info@italyfamilyhotels.it - www.italyfamilyhotels.it

Tan'atara
giocosamente insieme

È GIOIA DI VIVERE, IN UNO SPAZIO DEDICATO ALLE MAMME E BAMBINI DA 0 A 9 ANNI.



Spazio cuccioli

CERCATE UNA ALTERNATIVA ALL'**ASILO NIDO**? **SPAZIO CUCCIOLI** (12-36 MESI), RICONOSCIUTO CENTRO PRIMA INFANZIA DAL COMUNE DI MILANO, È APERTO TUTTE LE MATTINE DALLE 8.30 ALLE 12.30, ORARIO FLESSIBILE.

E per il pomeriggio?

Con-Te-Sto
(10-24 mesi)
Lo spazio gioco mamma/tata bambino con una consulente pedagogica dedicata.

Giocosamente circo
(4-5 anni/6-9 anni)
Avvicina i bambini alle arti circensi in un progressivo gioco di abilità che sviluppa il coordinamento, l'attenzione e la autostima.

Naturalmente Arte & Riciclo
(3-5 anni/6-9 anni)
Con materiali e proposte differenti che stimolano la fantasia, la creatività e l'ingegno.

Giocosamente danza Danza creativa
(2-4 anni) | (5-8 anni)
Con Marta, psicomotricista e mediatrice artistica.

Gustosamente cucina
(2-3 anni/4-8 anni)
I bambini giocano e creano con i colori dei diversi alimenti, annusano e assaggiano, ascoltano il crocchiare delle verdure e del pane.

NOVITÀ

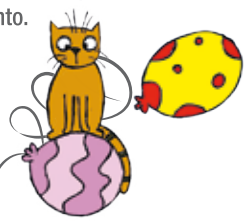
Hip Hop
(6-9 anni)
L'ascolto del ritmo e l'esplorazione del corpo attraverso le tecniche e l'improvvisazione, portano il bambino a scoprire la sua espressività unica e personale, dandole voce in modo creativo e naturale.

Semplicemente musica
(0-3 anni/3-6 anni/6-9 anni)
Basato sulla Music Learning Theory di Gordon, favorisce la curiosità e l'apprendimento musicale attraverso l'utilizzo della voce e del corpo in movimento.

Speciale mamme!



- IL FEMMINILE IN **GRAVIDANZA**
- **YOGA** MAMMA BAMBINO
- **MASSAGGIO NEONATALE** METODO AIMI
- **PRIMO SOCCORSO** NEONATALE E PEDIATRICO
- **CHIACCHIERE** CON LA PEDIATRA



LET'S PARTY

Tan'atara è anche il **luogo ideale** dove festeggiare le ricorrenze speciali quali **compleanni**, **battesimi**, **baby shower** divertendonsi con gusto.

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

SPECIALE *gravidanza*



APPROFONDIMENTI,
NEWS E SHOPPING
PER I 9 MESI

FACEBOOK: LA SCATOLA DEI RICORDI PHOTOGRAPHY - LASCATOLADEIRICORDIPHOTOGRAPHY@GMAIL.COM



Un parto meno doloroso e più sereno

L'AIUTO DELLE TECNICHE IPNOTICHE

di Laura Della Badia

Si può affrontare il momento del parto con una maggiore serenità, attraverso un controllo mirato dell'ansia e delle emozioni. Un valido aiuto può venire dall'ipnosi, una tecnica poco conosciuta e sulla quale spesso si hanno pregiudizi. Ne parliamo con la dott.ssa Elisabetta Bühne, ipnoterapista certificata, con una grande esperienza nel settore.

Cominciamo dall'ipnosi, a molti sconosciuta come tecnica. Ne esistono diverse forme?

Per prima cosa può essere utile fare un po' di chiarezza rispetto al concetto di ipnosi, termine che a volte suscita fraintendimenti, rimandando ad immagini di "perdita del controllo" o, al contrario, di "soluzione magica".

Con il termine ipnosi intendiamo uno stato particolare della coscienza, simile al pre-sonno, in cui le difese razionali sono abbassate, diciamo assopite, per cui si crea una via privilegiata per poter comunicare con la nostra mente inconscia, potendo così liberare emozioni imprigionate, per installare comportamenti più rispondenti alle esigenze del momento. È possibile anche utilizzare un nutrito gruppo di tecniche per il controllo del dolore, come nel caso della preparazione al parto in analgesia ipnotica.

Per quanto riguarda la profondità dell'ipnosi mi preme sfatare il mito della mancanza di controllo durante lo stato ipnotico.

La persona è sempre cosciente ed in grado di acconsentire o meno alle indicazioni che gli vengono fornite. Diciamo che ci si trova in uno stato di piacevolissimo abbandono, ma sempre pronta, se necessario, a rimettersi alla guida del proprio veicolo, della propria mente.

La profondità dello stato ipnotico varia durante la stessa seduta più volte. Abbiamo stati ipnotici più leggeri, ma già pienamente utili per gli scopi terapeutici, in cui il cervello produce a livello encefalografico onde alfa, fino a stati più profondi caratterizzati dalla produzione di onde delta e tetha.

Quale tipo d'ipnosi può essere utilizzata durante il parto?

Durante la preparazione al parto vengono fornite alla donna, ed anche eventualmente al futuro papà, una serie di tecniche specifiche per il controllo del dolore. La donna impara ad isolare le sensazioni dolorose e a "spostarle" distaccandosene, fino a neutralizzarle. Ci sono moltissimi modi per ottenere questo risultato, facendo costruire alla futura mamma un luogo magico ed incantato in cui restare legata mentalmente durante tutto il parto, o attraverso la visualizzazione del dolore sotto forma di un'immagine che poi viene frantumata o spostata in luoghi fuori



DOTT.SSA ELISABETTA BÜHNE
IPNOTERAPISTA
CERTIFICATA

dal corpo. Sarà l'operatore a scoprire con la propria cliente quale strategia può essere maggiormente funzionale.
La profondità dello stato ipnotico raggiunto con queste tecniche è generalmente mediamente profonda, ma dipende da persona a persona. Certo è che è molto piacevole osservare una donna che partorisce in ipnosi in quanto appare mediamente molto calma, serena, rilassata e collaborativa, lontana da quelle immagini a volte un po' conturbanti che associamo abitualmente alla parola "parto".

Cosa deve fare una futura mamma che vuole avvicinarsi a questa tecnica?
La futura mamma dovrà scegliere un operatore qualificato che sia stato formato in particolare nelle tecniche di analgesia ipnotica. Ogni operatore ha poi un suo particolare stile e modus operandi. Io fornisco, durante le sedute di preparazione, delle registrazioni che possono essere ascoltate a casa per predisporsi a restare a lungo nello stato ipnotico. Garantisco poi la mia presenza durante il parto, se desiderata dai futuri genitori, o strutturo una lunga registrazione che possa essere usata durante il travaglio.

Sono previsti degli incontri di preparazione? Quanti? In che epoca gestazionale?
Il numero degli incontri e i contenuti varia da operatore ad operatore. Nel mio caso, è previsto un percorso di circa 5/6 incontri per la preparazione della donna ed eventualmente della coppia, anche se alcune donne desiderano avere la presenza dell'operatore durante il parto invece di seguire una preparazione preliminare specifica. Gli incontri hanno cadenza settimanale ed è consigliabile cominciare il percorso dalla ventiquattresima settimana in avanti.

Su quali aspetti si lavora, durante questi incontri?
Vengono affrontati molteplici aspetti relativi al parto ma anche alla fase successiva e all'allattamento. Oltre a fornire infatti le tecniche di analgesia ipnotica si lavora sulle eventuali ansie della coppia e della donna rispetto al parto, ma anche rispetto alla genitorialità. Vengono suggeriti anche esercizi specifici di tipo fisico per raggiungere uno stato ottimale pre e post partum, fornendo un ascolto anche per quanto riguarda eventuali dubbi sullo stile alimentare e di vita della gestante. Naturalmente l'attenzione principale degli incontri è volta a fornire alla donna le competenze rispetto alla gestione del dolore e dell'ansia legata al momento del parto.

Come ci si sente durante lo stato di ipnosi? Quali sono i vantaggi specifici per il parto?
Ci si sente molto rilassati, come se ogni cosa, ogni sensazione, ogni pensiero fosse lontano, quasi indifferente. Regna generalmente uno stato di pace e di quiete. Si è pienamente in contatto con se stessi e non è raro che in questi momenti si possano avere anche intuizioni importanti. Il corpo, dal canto suo, lavora in armonia come un'orchestra ben accordata. Nel caso del parto, la trance ipnotica agevola tutti i processi fisiologici connessi, dalla dilatazione fino all'espulsione, rendendo il parto maggiormente rapido, confortevole e sicuro. Il parto in sé risulta inoltre più breve, poiché in ipnosi i processi fisiologici di dilatazione del collo dell'utero e poi di espulsione del bambino sona agevolati dal rilassamento muscolare.

Si fa quindi a meno dei farmaci e dell'anestesia?
Sicuramente è possibile ridurre drasticamente il ricorso ai farmaci e all'anestesia. Si può proprio farne a meno, ma questo dipende molto dalla soglia di tollerabilità del dolore della donna.

L'ipnosi viene utilizzata anche per i parti cesarei?
Non di prassi e non in Italia, anche se potrebbe essere possibile in un contesto ospedaliero costruito ad hoc. Ad ogni modo, già negli anni '70, all'Ospedale Regina Elena di Milano, venne effettuato in parte un cesareo sostenuto esclusivamente dall'analgesia ipnotica, ad opera del mio maestro, illustre Ginecologo Ostetrico ed Ipnologo Virgilio Zema.

Esistono controindicazioni?
Esclusivamente in alcuni disturbi psichici importanti come quello bipolare o schizofrenico.

È una tecnica riconosciuta in ambito medico ed impiegata presso gli ospedali?
In Europa e negli USA già dal 2005 l'ipnosi è riconosciuta e utilizzata da figure specialistiche in ambito ospedaliero in modo regolare. In Italia la situazione è un po' meno regolamentata, anche se inizia ad essere utilizzata anche in sala operatoria, come è accaduto non molto tempo fa all'Ospedale di Padova, dove una donna intollerante ad ogni tipo di anestesia è stata operata per l'asportazione di un tumore cutaneo solo con il ricorso alla trance Ipnotica.
Possiamo dire che ad oggi in ambito ospedaliero non c'è un vero e proprio protocollo di utilizzo dell'ipnosi, ma un uso sporadico. Ci sono realtà mediche in ambito privato, invece, dove l'ipnosi è utilizzata in molteplici modi e anche per la preparazione al parto in maniera strutturata.

C'è personale qualificato negli ospedali italiani?
Sicuramente c'è personale che si qualifica. Esistono infatti diversi corsi di formazione sul tema ipnosi che forniscono crediti ECM (Educazione Continua in Medicina) indirizzati proprio al personale paramedico. Differente poi la possibilità che il personale possa utilizzare le proprie competenze sul lavoro in maniera riconosciuta e dichiarata.

PER INFO
DOTT.SSA ELISABETTA BÜHNE
STUDIO DI IPNOLOGIA
TEL. 329.1160107 - WWW.IPNOSOMATICA.IT
C.M.M. CENTRO MEDICO MONTEROSA
VIA MONTE ROSA, 3 (M1 BUONARROTI)
TEL. 02.48001155



Cellule staminali

PERCHÉ CONSERVARE QUELLE DEL CORDONE?

Sempre più spesso sentiamo parlare dell'utilizzo delle cellule staminali in campo medico. Sappiamo davvero come possono aiutarci? E quelle del cordone ombelicale perché sono così preziose? Ne parliamo con Alessio Trevisani, project manager di Sorgente, società specializzata nella conservazione delle cellule staminali cordonali.

Iniziamo dalle staminali: che tipo di cellule sono?
Sono cellule che posseggono tre caratteristiche esclusive:
› sono indifferenziate, ossia non hanno un'identità funzionale definita
› sono capaci di autorinnovarsi, originando altre staminali
› sono in grado di dare verosimilmente origine a tutte le cellule che costituiscono un individuo adulto.

Dove si trovano?
Sono virtualmente presenti in qualsiasi tessuto e vengono distinte in:
› Staminali embrionali: cellule pluripotenti presenti nell'embrione, il loro utilizzo tuttavia è legato a problematiche etiche in quanto la loro raccolta implica la distruzione dell'embrione stesso.
› Staminali del cordone ombelicale: sono cellule multipotenti presenti nel sangue cordonale. Possono essere raccolte in modo del tutto indolore e sicuro sia per il neonato che per la madre.
› Staminali adulte: sono virtualmente presenti in tutti i tessuti e gli organi che costituiscono un individuo adulto.

Cosa distingue le staminali cordonali da tutte le altre?
L'interesse verso queste cellule è dovuto principalmente sia alla loro ampia capacità differenziativa e proliferativa (ossia di dar vita ad altre linee cellulari), sia alla loro "immaturità" immunologica proprietà che le rende ben tollerate nel corso di trapianti da donatore.

Come vengono utilizzate le staminali del cordone?
Ad oggi le staminali del cordone, come definito dal Ministero della Salute nel 2009 , sono utilizzate per il trattamento di oltre 80 patologie. Fra queste citiamo ad esempio leucemie, linfomi, emoglobinopatie. Nel 2014, il Ministero ha aggiunto altre 3 patologie che possono avvalersi del trapianto di sangue cordonale, in quanto predisponenti a neoplasie, ovvero sindrome di Down, neurofibromatosi di tipo le immunodeficienze acquisite.

Come avvengono la raccolta e la conservazione di queste preziose cellule?
Al momento della nascita, il sangue del cordone ombelicale viene raccolto attraverso procedure del tutto sicure e indolori sia per il bambino che per la madre.
Personale ostetrico adeguatamente formato, utilizzando un apposito ago, trasferisce il sangue cordonale ad una sacca ematica che contiene un anticoagulante. Il campione raccolto viene quindi sottoposto ad opportune analisi ematologiche che, oltre a parametri quali cellularità e volume, valutano l'eventuale presenza di batteri o altri contaminanti che potrebbero causare problemi nella conservazione. Terminate le analisi, il campione viene sottoposto ad una serie di trattamenti che ne consentiranno la crioconservazione entro una banca del cordone ombelicale.

Per quanti anni possono essere conservate queste cellule?
Recenti studi scientifici hanno dimostrato che è possibile crioconservare le cellule staminali del cordone ombelicale per oltre 20 anni senza alterarne le caratteristiche.

Dove si trovano le banche che conservano queste cellule?
La bio-banca in cui vengono conservati i campioni raccolti da Sorgente, Vita 34, ha sede a Lipsia dove sono conservati più di 140.000 campioni.

Che conoscenza c'è in Italia su questo argomento?
In Italia capita frequentemente che le famiglie non sappiano distinguere tra le diverse fonti di staminali o in generale non conoscano l'importanza di questo prezioso patrimonio biologico. Un sondaggio condotto da ISPO Ricerche ha mostrato che il 48% degli Italiani non è a conoscenza della possibilità di conservare il sangue cordonale e che il 29% ne ha sentito parlare ma non è a conoscenza della differenza tra donazione pubblica e conservazione privata. Tuttavia, il trapianto di cellule staminali è sempre più frequente. Ad oggi sono riportati oltre 30.000 trapianti di sangue del cordone ombelicale eseguiti in tutto il mondo.

PER INFO
WWW.SORGENTE.COM



Tieni caldo il tuo bambino.

Con il Winter Kit, il tuo bambino è tranquillo e protetto dal freddo mentre si gode le passeggiate invernali. I tessuti isolanti proteggono il bambino dal freddo. Il Winter Kit per i passeggini Stokke® si adatta al seggiolino di Stokke® Crusi™ e Stokke® Trailz™ oltre alla navetta e al seggiolino di Stokke® Xplory®. Disponibile in Pearl White e Onyx Black.

stokke.com

Stokke® Xplory® design: Bjørn Refsum/Hilde Angelsen. Design development in cooperation with K8 Industridesign AS. Product development in cooperation with Bård Eker Industrial Design AS.



Life coaching
PER FUTURE MAMME

di Valentina Valente

Un progetto rivolto alle donne, già mamme o in attesa, che desiderano migliorare la propria vita e quella delle future generazioni. Questa la mission dell'evento dedicato ed esclusivo dal titolo "Donna speciale… mamma eccezionale" che Barbara Ferrari, life coach con decennale esperienza, ha studiato focalizzandosi sulla figura materna e su come la crescita personale aiuti a divenire genitori consapevoli.
Il programma si sviluppa in 10 giornate: 2 giorni consecutivi con cadenza mensile, a Milano, a partire da sabato 12 e domenica 13 marzo.
Abbiamo incontrato Barbara per saperne di più.

Perché hai deciso di dedicarti alle future mamme?
Lavoro su me stessa da tempo (ho iniziato nel 1998) ed ho ottenuto grandi soddisfazioni e successi nel mettere in pratica le varie discipline e filosofie a cui mi sono appassionata.
Ho ideato questo percorso perché sono molto sensibile riguardo all'argomento maternità, infatti tra i miei progetti di vita c'è quello di diventare un buon genitore!
Inoltre la maggior parte delle persone che partecipa ai miei corsi sono donne e in prevalenza mamme.

Come è strutturato questo percorso?
Sono **5 workshop a tema**:
1. Autostima e gestione emozioni (12-13 marzo 2016)
2. Efficacia e potere personale (16-17 aprile 2016)
3. Comunicazione efficace (14-15 maggio 2016)
4. Autoconoscenza (11-12 giugno 2016)
5. Gestione stress e benessere psicofisico (09-10 luglio 2016)

In che cosa possono essere utili questi incontri?
❤ Il corso di **autostima e gestione emozioni** è utile per riconoscere il nostro valore e credere in noi stesse, questo ci consente di apprezzarci di più e farci apprezzare dagli altri.
Sperimenteremo tecniche pratiche per padroneggiare i nostri stati d'animo in modo da poter modificare consapevolmente il nostro umore. Le emozioni negative infatti, se non gestite correttamente, tendono ad essere somatizzate.



❤ Il corso di **efficacia e potere personale** ci aiuta ad amplificare le nostre potenzialità al fine di ottenere i risultati che desideriamo.
Stabiliremo le nostre priorità per gestire meglio il nostro tempo; i nostri obiettivi saranno più chiari e raggiungibili; miglioreremo la nostra capacità di prendere decisioni; impareremo ad ottimizzare le nostre azioni in base ai nostri scopi; saremo più intraprendenti e motivate, sicure e determinate.

❤ Il corso di **comunicazione efficace** ci consente di esprimerci meglio e comprendere i nostri interlocutori.
Imparando ad ascoltare attivamente saremo in grado di percepire il significato di una conversazione in modo profondo, riducendo le incomprensioni e gli attriti e rendendo più efficienti le nostre relazioni. Inoltre apprenderemo alcuni processi che ci saranno utili per avere maggior controllo su noi stesse e sulla nostra mente.

❤ Il corso di **autoconoscenza** ci permette di analizzarci profondamente e questo ci conduce ad un miglioramento costante e continuo.
Riconosceremo i nostri punti di forza per consolidarli ed individueremo i nostri punti deboli per irrobustirli.

❤ Il corso di **gestione stress e benessere psicofisico** sviluppa la capacità di mantenere in equilibrio il corpo e la mente per vivere più serenamente.
Faremo esercizi base di yoga, respiro e meditazione, proposti in modo stimolante e divertente.
I benefici sono immediati ed evidenti: ci sentiamo da subito più rilassate, calme e in pace con più forza…
Abbiamo quindi più forza e resistenza per affrontare le "avventure" quotidiane.

La tua attività è modulabile sulle esigenze di singole mamme?
Si, oltre ai corsi in gruppo è possibile pianificare le sessioni individuali di Life Coaching.
Si tratta di un percorso specifico e calibrato in base alle singole esigenze.

PER INFO
CELL. 333.4445701
WWW.BARBARAFERRARILIFECOACH.COM
BARBARAFERRARILIFECOACH@GMAIL.COM

acquago
il piacere di essere in forma



TU PENSA A LUI
IL NOSTRO GUSCIO A TE

LA DOLCEZZA DI 22 GETTI D'ACQUA TI SORPRENDERA'

Con acquago ti mantieni in forma durante l'attesa e dopo la nascita del tuo bebè.

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

Per te una prova gratuita portando questo coupon.

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

www.acquago.it

Future mamme, conoscete il Milk bar?

NEGOZIO… E MOLTO DI PIÙ!


kathy e amy

Un punto di riferimento per tutte le future e neomamme, milanesi o appena arrivate in città: il Milk Bar è un negozio tutto speciale perché qui si può fare molto più dello shopping mamma-bebè!

Se siete in attesa, potete trovarvi una selezione di ricercati brand di abbigliamento. Solo aziende con una forte attenzione all'impatto ambientale: cotone biologico, lyocell, bamboo rayon. Capi multifunzionali, che possano essere indossati anche per l'allattamento e dopo la gravidanza.

Volete fare shopping per il bebè in arrivo? Ci sono marsupi, fasce e passeggini, copertine, bavaglini, sacchi nanna, giochini multisensoriali e abitini. La filosofia è sempre la stessa: solo pochi brand selezionatissimi e a prova di mamma.

Alla guida del Milk Bar ci sono infatti Kathy e Amy, canadesi trapiantate a Milano, supermamme appassionate del proprio lavoro, che testano tutto prima di metterlo in vendita.

E poi ci sono i corsi, dal classico corso preparto a quelli di pilates e yoga, nonché incontri gratuiti per l'allattamento e con la doula, quella preziosa ma poco conosciuta figura professionale che può offrire un grande sostegno emotivo e pratico alla futura e neomamma.

Alcuni dei corsi e degli incontri sono tenuti anche in inglese, per facilitare la vita alle mamme straniere! Dopo la nascita, troverai anche tante attività da fare con il tuo piccolo!

UN PUNTO DI INCONTRO

Qui sarai sempre benvenuta e potrai fermarti anche solo per allattare o per cambiare il tuo bambino, in un ambiente a misura di mamma!





shopping premaman!




corsi yoga

THE MILK BAR
VIA CONCA DEL NAVIGLIO, 5
TEL. 02.5810 8973
MILANO@THEMILKBAR.IT
WWW.THEMILKBAR.IT

Dolcemente usato

Oltre ad abiti nuovi, qui trovi anche vestiti di qualità, già indossati ma ancora in ottimo stato, a prezzi scontati. Puoi comprare o vendere. Scopri come funziona, sul sito del Milk Bar

PRIMIGI®

un'avventura straordinaria

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





ergonomic shape	easy fitting	antishock	sky effect	flexible action
Punta arrotondata e vestibilità comoda	Facile da calzare	Ammortizzatore posteriore	Sottopiede superleggero	Suola flessibile

removable insole	lightness	soft-comfort	nickel-free	chrome VI-free lining
Sottopiede estraibile	Leggerissime	Soffice benessere	Parti in metallo non contenenti nichel	Fodera esente da cromo VI

Da 40 anni con i bambini e le mamme di tutto il mondo.



Per la lista nascita, e non solo!

FATE UN SALTO DA APPLE PIE, L'AMERICAN BABY BOUTIQUE NEL CUORE DI MILANO!

Nel 2008 nasce una bimba, Sophia, che riceve tanti regali dai parenti che vivono negli USA. Oggetti belli, utili ma inesistenti in Italia, così molte mamme chiedevano alla sua, newyorchese trasferitasi a Milano, dove li avesse trovati. Ecco come è nata Apple Pie! Jennifer, la mamma di Sophia, ha così iniziato a importare dagli Stati Uniti gli oggetti per bebè più originali, funzionali, dal design divertente ed eco-friendly. Negli anni, non è cresciuta solo la famiglia di Jennifer, a cui si sono aggiunte altre due bimbe, ma anche il suo progetto. Oggi Apple Pie è un fornitissimo e speciale shop on line, ma anche una boutique a due passi dall'Arco della Pace a Milano. Per le future mamme abbiamo selezionato alcuni prodotti, originali e utili, che potrete acquistare dal sito o direttamente in boutique, prima dell'arrivo del bebè!



1

LE MUSSOLE MORBIDISSIME

Le mussole di Aden e Anais sono così versatili, che possono essere usate per coprire il fasciatoio, per asciugare la pelle delicata del bambino o per avvolgerlo nei primissimi giorni.

Da 20 euro.

IL CUSCINO-GALLINA!

Una simpatica gallina fa da cuscino per l'allattamento! Poi diventerà un morbido compagno di giochi.

35 euro.

2





3

IL PELUCHE CHE PRODUCE SUONI

Questo simpatico peluche riproduce 4 suoni distensivi: battito del cuore materno, piogge di primavera, onde oceano e suoni di balene. Si spegne dopo 23 o 45 minuti ma si riattiva appena il bambino vocalizza.

39,90 euro.

LA FASCIA SUPER COMODA

Il portabebè Baby K'Tan è una fascia pronta da indossare, che tiene il bimbo al sicuro e al tempo stesso comodo, mentre dà sostegno alla schiena di chi la indossa. Può essere utilizzata in modi diversi a seconda delle varie posture ed unisce in sé i benefici di una fascia, di un marsupio e di un portabebè.

74,90 euro.

6





4

LA CULLA CHE SI TRASFORMA

Miniguum è una comodissima culla con rotelle, ideale per i primi 6 mesi. Dopo si trasforma in una cesta per riporre i giochi o in un pratico tavolino!

Da 315 euro.

LE TUTINE CON LE CALAMITE!

Le tutine di Magnificent Baby, da 0 a 9 mesi, si distinguono per le chiusure a calamita! Facilissime quindi da aprire, si chiudono praticamente da sole. In 100% cotone

32,90 euro.

5



apple pie
the American baby boutique

APPLE PIE VIA CIRILLO 14 - TEL. 02.87067095 INFO@APPLEPIE.EU - WWW.APPLEPIE.EU

YOGA

SPAZIO
GARIBALDI77
Milano

PILATES



Yoga

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

Pilates

Lezioni di gruppo e individuali
Percorsi mirati con "Reformer"



Trattamenti Olistici:

Trattamento Indiano del Viso - Zen Shiatsu - Riflessologia Plantare

Abbigliamento, Accessori e Gioielli

Shop at **WWW.WEARESSENTIAL.COM**

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

SPAZIO
GARIBALDI77

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

*I coupon non sono cumulativi – validità 30 Giugno 2016



Cocoonababy

LA SOLUZIONE PERFETTA PER IL RIPOSO E LO SVILUPPO DEL BAMBINO

Alla nascita, un bambino può dormire fino a 20 ore al giorno. È quindi importante creare un ambiente favorevole al sonno, in cui possa sentirsi sicuro.
Il Cocoonababy® di Red Castle è un nido ergonomico che il bambino può utilizzare in ogni momento di riposo. Consente di assumere la posizione semi-fetale del grembo materno e fornisce uno spazio ben definito, molto sereno e rassicurante. Così rilassato, il bambino si addormenta e i cicli di sonno si susseguono in maniera più naturale.



QUAL È LA POSIZIONE IDEALE DA ASSUMERE DURANTE IL SONNO, NEI PRIMI MESI DI VITA?



RANNICCHIATA E CONTENUTA, COME IN UN NIDO.



LE GAMBE PIEGATE, LE GINOCCHIA SOLLEVATE SOPRA IL SEDERINO.



LA SCHIENA LEGGERMENTE SOLLEVATA (CIRCA 20°).



LE MANI VICINO AL VISO.

QUALI SONO I BENEFICI?

Il Cocoonababy® permette una transizione graduale dal grembo materno al mondo esterno.
Inoltre aiuta a:

- Migliorare la qualità e la durata del sonno
- Ridurre i bruschi risvegli (Riflesso di Moro)
- Limitare i problemi di reflusso
- Limitare il rischio del fenomeno della testa piatta (plagiocefalia)
- Incoraggiare lo sviluppo a tutto tondo, agevolando i movimenti del bambino e quindi aiutandolo a costruire uno schema corporeo migliore (portando le mani al viso e il corpo in una posizione leggermente flessa).

QUAL È L'ORIGINE DI COCOONABABY®?

Progettato su iniziativa di Danièle Salducci, fisioterapista pediatrica, in collaborazione con l'ospedale Nord di Marsiglia, il Cocoonababy® è il risultato di 10 anni di meticolosi studi in ambiente medico. Oggi è utilizzato in ospedali, cliniche per la maternità, e da molti professionisti del settore.



RED CASTLE Life. Together.

RED CASTLE È DISTRIBUITA IN ITALIA DA DIIDO SRL - WWW.DIIDO.IT

DOVE A MILANO?
DA **SALINA**, IN VIALE ABRUZZI, 51
BIMBO' VIA SUZZANI, 18

Un regalo originale?

UN'EMOZIONE IN UN COFANETTO!



Un'idea utile e originale: un cofanetto che contiene un voucher per esperienze e attività rivolte al neonato e alla mamma. Si chiama **Piccole Sorprese** e non poteva che nascere dall'intuizione, semplice quanto geniale, di due mamme: Martina e Veronica.

"Quando Veronica ed io abbiamo frequentato il corso di acquaticità con i nostri figli – racconta Martina – ci siamo dette che lo avremmo apprezzato molto come regalo, ma è difficile che qualcuno ti regali per la nascita o il compleanno di un bambino un voucher stampato. Così cavalcando il vertiginoso successo dei cofanetti regalo, abbiamo pensato di creare la "scatola delle emozioni", che raccoglie una molteplicità di esperienze a misura di bambino. A Milano abbiamo contattato e visitato più di 200 strutture per bambini e ne abbiamo selezionate circa 60, secondo criteri di qualità, professionalità e sicurezza".

I cofanetti sono studiati per fascia di età, da 0 a 10 anni. Cosa contiene ad esempio quello per la nascita? Si va dal servizio fotografico per il bebè allo yoga mamma-bimbo, dalle lezioni di massaggio neonatale al corso di acquaticità, dall'ostetrica a domicilio ai laboratori musicali per i più piccoli. Le possibilità sono davvero tante e non resta che scegliere!







COME FUNZIONA

<u>Chi fa il regalo</u> deve semplicemente acquistare il cofanetto relativo alla fascia di età, in questo caso "Nascita 0-1 anno".

<u>Chi lo riceve</u> sceglie l'esperienza che piace di più, sfogliando il 'Libretto dei Desideri' contenuto nel cofanetto o consultando sul sito tutte le attività; non resta che prenotare contattando la struttura preferita e comunicando di essere in possesso del Buono Regalo Piccole Sorprese!

PUOI ACQUISTARE IL COFANETTO ONLINE O NEI PUNTI VENDITA CONVENZIONATI:
WWW.PICCOLESORPRESE.COM
INFO@PICCOLESORPRESE.COM

TOURING CLUB ITALIANO - CORSO ITALIA, 10
MOM'S BAR - VIA FOGAZZARO, 11
CORTECCIA LIBRERIA - VIA LANINO, 11

Gli indispensabili per i primi mesi!

ORGANIZZAZIONE È LA PAROLA CHIAVE! ECCO COSA NON DEVE MANCARE PER VIVERE SERENAMENTE L'ARRIVO DEL BEBÈ



La culla comoda
PER BEBÈ E GENITORI
Grazie a Next2Me la mamma può allattare ancora più comodamente ed entrambi i genitori possono facilmente coccolare il bambino durante la notte, facendolo sentire protetto. Studiata per favorire il co-sleeping nei primi mesi, ossia la possibilità di dormire con il bambino, rendendo il passaggio dalla vita uterina a quella extrauterina più dolce e graduale. La culla può essere attaccata a qualsiasi letto e poi può essere sganciata ed utilizzata come culla tradizionale. Disponibile anche un set di lenzuola dedicato. 229 euro





Il cuscino
PER L'ALLATTAMENTO
Boppy è ergonomico, comodo per la mamma e il bebè. Sfoderabile e pratico.
69,90 euro

I ciucci
ERGONOMICI
Physio Soft e Physio Comfort sono entrambi dotati di tettina attiva che garantisce il naturale posizionamento della lingua, per un corretto sviluppo orale.



Il tiralatte manuale
PRATICO ED EFFICACE
L'innovativo Chicco System assicura un flusso di latte continuo e una presa facile grazie alla maniglia ergonomica. Il morbido silicone e la speciale texture della campana sono studiati per un contatto delicato con la pelle del seno. Compatibile con tutti i biberon Chicco. 44,50 euro

I biberon
PER UNA POPPATA NATURALE
NaturalFeeling è la linea che favorisce una suzione naturale, proprio come al seno. Le tre tettarelle (0m+,4m+,6m+) sono infatti studiate con forme specifiche a seconda dell'età del bambino e del tipo di suzione. La tettarella in morbido silicone, garantisce una sensazione del tutto naturale.
Da 10,49 euro



PHYSIO COMFORT
Solo con 4 piccole zone convesse, per la massima delicatezza sul viso. 7,99 euro



PHYSIO SOFT
Extra morbidi al contatto con la pelle. In caucciù o in silicone, in diverse tonalità. 7,49 euro

Snow Paradise

in Valmalenco

@ HOTEL Roseg



Periodo: dal 22-02 al 31-03 a partire da 195€

3 Pernottamenti Trattamento 1/2 pensione

Modalità Family Friendly
(Primo bimbo fino a 10 anni gratis)

Merenda Pomeridiana per Tutti i Bimbi

Sauna e Area Relax per Mamma e Papà

Tavernetta con Area Gioco Bimbi

Servizio SkiBus

Giocolandia (A Pagamento)

www.hotelroseg.it

Tel 0342.454085

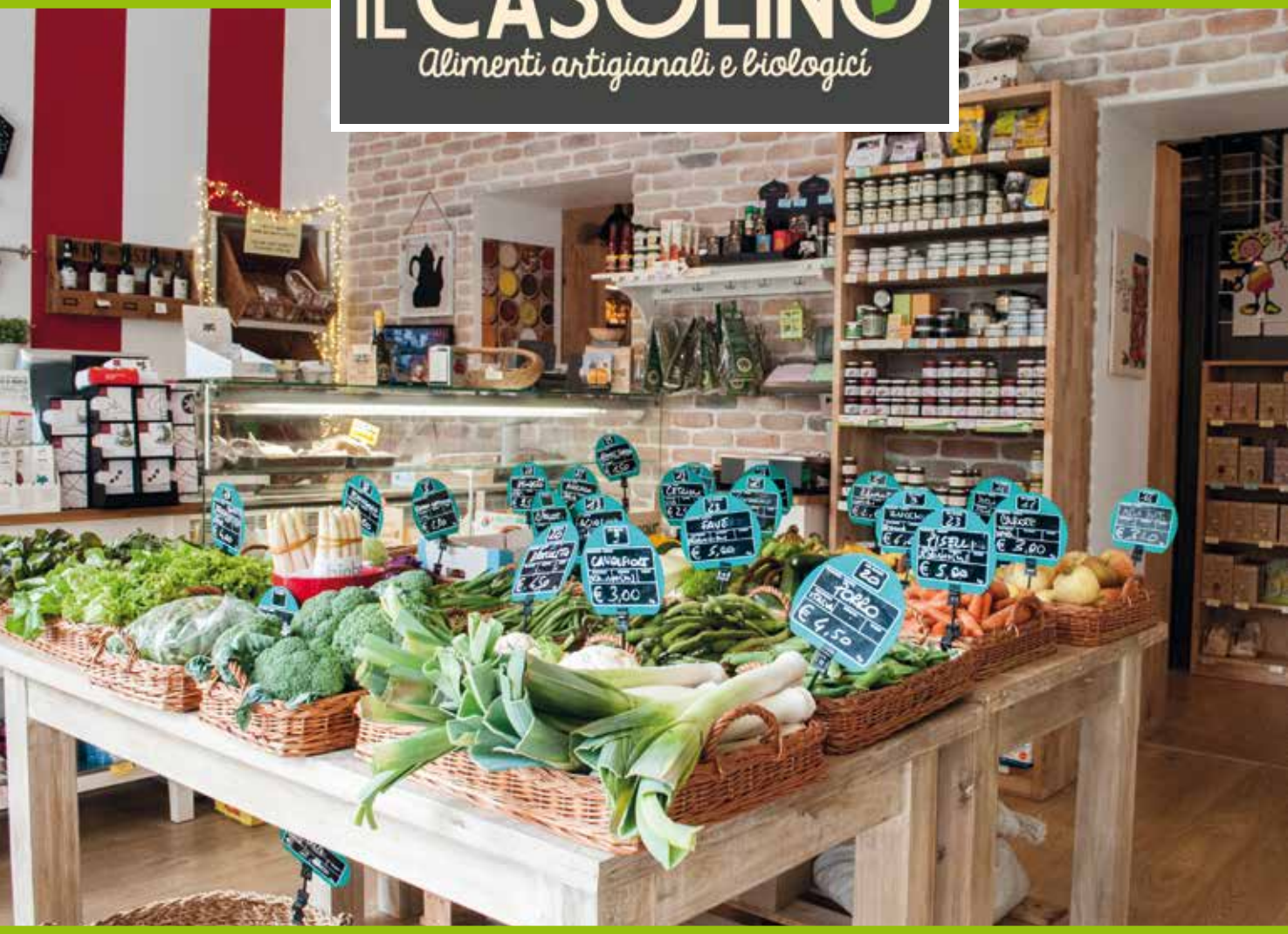






IL CASOLINO

Alimenti artigianali e biologici



Da noi puoi trovare: frutta e verdura biologiche e a KMO;
alimenti e cosmetica per l'infanzia; pane fresco a lievitazione naturale;
carne fresca biologica; formaggi e latticini di qualità; succhi e confetture;
pasta, cereali e legumi; sughi, creme e sottoli; biscotti;
alimenti senza glutine e per vegani; una ricca cantina di vini
e birre artigianali; detersivi biologici alla spina e tanto altro ancora.

Aperto dal Lunedì al Venerdì 9:30 - 14:30 e 15:30 - 19:30
e il Sabato 9:30 - 13:30 e 15:30 - 19:30

IL CASOLINO - Via Paracelso, 10 (M1 Lima - M2 Loreto e Piola) - Tel. 02.39443850
WWW.ILCASOLINOMILANO.IT - FACEBOOK\IL CASOLINO.

W IL DESIGN

SEDUTE ERGONOMICHE, PER TUTTA LA FAMIGLIA



VARIABLE

STUDIATA PER BAMBINI E RAGAZZI

Una volta "sedersi bene" significava stare fermi e composti. Oggi, lo sappiamo per certo, non esiste niente di più sbagliato. Le posture statiche sono dannose per tutti, ma in modo particolare per i bambini e gli adolescenti. La posizione migliore è quella che consente il movimento naturale del corpo. Variable di Varier è stata progettata per stimolare il movimento, permettendo di assumere posture differenti, lasciando sempre la colonna vertebrale in assetto fisiologico, con benefici sia per il fisico che per la mente.
A partire da 339 euro.

PIÙ CHE COMODE!

IN CLASSE, A CASA, AL LAVORO: QUANTE ORE TRASCORRIAMO SEDUTI? TROPPE! ECCO LE SEDIE ERGONOMICHE, PROGETTATE PER MUOVERSI INSIEME AL NOSTRO CORPO. PERCHÉ IL MODO MIGLIORE DI STAR SEDUTI È NON RESTARE MAI A LUNGO FERMI!



Per una postura eretta e dinamica

MOVE
VERSATILE, PER OGNI ESIGENZA
È la seduta ideale per scrivanie o tavoli ad altezza regolabile, da quando fai colazione a quando studi o lavori. La base leggermente arrotondata permette di inclinarla con movimenti uniformi e delicati. La seduta a sella favorisce una postura eretta e dinamica; appoggiare i piedi al pavimento consente di bilanciarsi e stabilizzarsi ma anche di inclinarsi, girarsi e ruotare di 360°, con grande facilità. 389 euro.





Relax
in sospensione

GRAVITY

IL RELAX PER MAMMA E PAPÀ

Questa poltrona è stata studiata per garantire una sensazione di relax assoluto. Lo schienale e gli appoggi per il collo sono stati progettati per accogliere il corpo, offrendo un profondo senso di benessere. Nella posizione reclinata, i piedi vengono sollevati ad un'altezza superiore a quella del cuore, migliorando la circolazione, per una sensazione di leggerezza e assenza di peso.
A partire da 1.979 euro.



Con la seduta a sella

HÅG CAPISCO PULS

ERGONOMICA E BELLA

Spesso il concetto di sedia ergonomica fa pensare a qualcosa di macchinoso, pieno di leve e manopole. Capisco Puls ha cambiato lo stato delle cose con una piccola, grande rivoluzione. Una sedia studiata in ogni particolare, dalla seduta a sella, che permette di scaricare a terra buona parte del peso, allo schienale che offre grande libertà alle spalle ed alle braccia, sostenendo nello stesso tempo la schiena. Un complemento alla propria postazione di studio o lavoro, certificata secondo le più restrittive normative internazionali e, unica nella categoria, con una certificazione ergonomica e garantita 10 anni. Elegante in nero, grigio o in total white, è disponibile anche nella versione colorata, perfetta per un ambiente giovane e dinamico, oppure per la camera dei ragazzi.
A partire da 482 euro.

LE SEDUTE SONO DI VARIER E HÅG.
IN VENDITA A MILANO DA:

SALINA, VIA MATTEUCCI, 4 E VIA MOLINO DELLE ARMI, 11



L'Agenzia Moda Modà e Milano MOMS

VI INVITANO

Sabato 12 marzo, Viale Umbria, 18 - dalle 10.30 alle 17.30

OPEN DAY

dedicato alla selezione di

nuovi volti

Il Casting è rivolto a neonati di 3-12 mesi e bambini/e di 4-10 anni.
I selezionati potranno iscriversi in agenzia il giorno stesso.

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

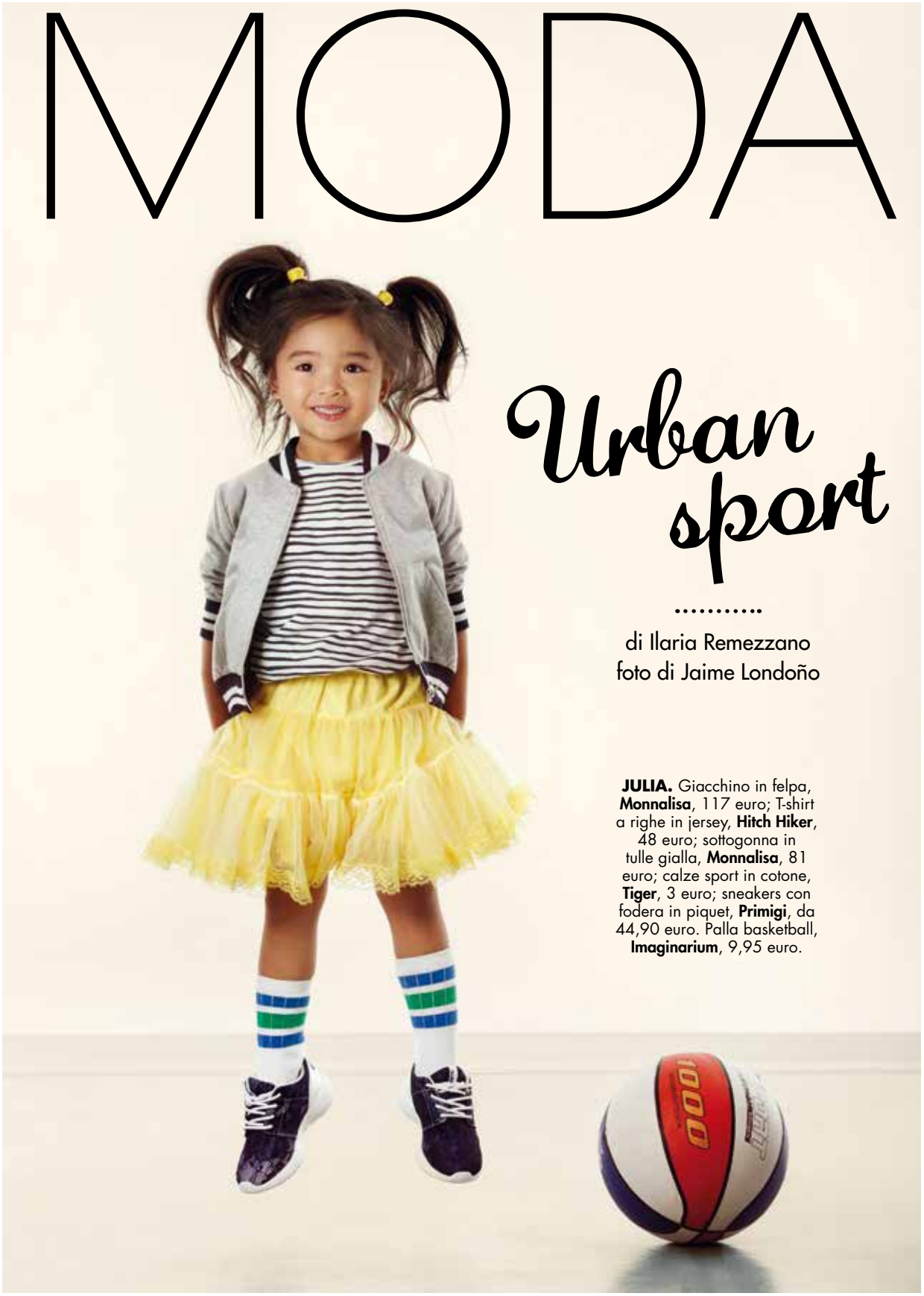
www.modamodakids.com - fb: ModaModà

moda modà milano MOMS

PER TUTTI I BIMBI UNA GUSTOSA MERENDA OFFERTA DA LOACKER E UN DIVERTENTE GADGET DA GIOTTO F.I.L.A.

Loacker tratto CANCELLIK

MODA



Urban sport

di Ilaria Remezzano
foto di Jaime Londoño

JULIA. Giacchino in felpa, **Monnalisa**, 117 euro; T-shirt a righe in jersey, **Hitch Hiker**, 48 euro; sottogonna in tulle gialla, **Monnalisa**, 81 euro; calze sport in cotone, **Tiger**, 3 euro; sneakers con fodera in piquet, **Primigi**, da 44,90 euro. Palla basketball, **Imaginarium**, 9,95 euro.

Baby models: Julia, Augusto, Ludovico, Martina e Gherardo, Agenzia Moda Modà
Make up and hair stylist: Matilde Davolio - Si ringrazia Enrico Esposito per l'assistenza sul set

AUGUSTO. Giacca in denim, 165 euro; felpa e pantalone tuta, 150 euro; tutto **Armani Junior**; calze in spugna vintage; sneakers **Antony Morato Junior**, 129,99 euro. Guantone baseball, **Imaginarium**, 22,95 euro.

Nella pagina accanto, da sinistra.

LUDOVICO. Bomber in tecno jersey blu, **Il Gufo**, 115 euro; camicia **United Colors of Benetton**, 24,95 euro; T-shirt in jersey elasticizzato, **Il Gufo**, 47 euro; bermuda **United Colors of Benetton**, 14,95 euro; calze in spugna vintage; scarpe **Nike by Foot Locker**, 99,99 euro; berretto con visiera e lenti, **CP Company Undersixteen**, 19 euro; pallone da calcio Kipsta, **Decathlon**, 4,99 euro.

JULIA. Abito in cotone, 39,95 euro e felpa con zip, 29,95 euro, **United Colors of Benetton**; calze in cotone, **Tiger**, 3 euro; sneakers in tessuto jeans, **Chicco**, 39,90 euro.

MARTINA. Giubbino con zip, **United Colors of Benetton**, 49,95 euro; felpa **Armani Junior**, 110 euro; abito **United Colors of Benetton**, 39,95 euro; calze sport in cotone, **Tiger**, 3 euro; scarpe slip on, **Du Pareil Au Même**, da 22,50 euro; berretto vintage. Skateboard colorati, **Imaginarium**, 29,95 euro.







MARTINA. Gilet in denim con glitter, **Liu Jo Junior**, 99 euro; camicia bianca e pantalone fantasia, **Jakioo**, 111 e 135 euro; berretto **Brekka**, 19,90 euro; occhiali **Sons+Daughters**, da 78 euro.

Nella pagina accanto, da sinistra.

MARTINA. T-shirt **Bellerose Kids**, prezzo su richiesta; gonna in tulle bianco con bordo azzurro, fiori e inserti paillettes, **Simonetta** 160 euro; calze in cotone, **Collégien**, 11 euro; sneakers blu fantasia, **Pepe Jeans Footwear**, 60 euro; cappellino con visiera **New Era**, 28 euro. Mazza da baseball, **Imaginarium**, 14,95 euro.

AUGUSTO. Bermuda in denim, 69,90 euro; felpa, 59,90 euro; camicia, 39,90 euro; sneakers rosse, 129,90 euro, tutto **Antony Morato Junior**; calze in spugna vintage.




1000



Nella pagina accanto, da sinistra.

MARTINA. T-shirt in jersey a righe, **Il Gufo**, da 63 euro; salopette in denim, **Du Pareil au Même** da 28,99 euro; calze in cotone, **Tiger**, 3 euro; sneakers **Adidas by Foot Locker**, 69,99 euro; cuffie **Skull Candy**, 34,99 euro; palla basketball, **Imaginarium**, 9,95 euro.

LUDOVICO. T-shirt maniche lunghe in cotone **Sweet Years**, 26,50 euro; bermuda a righe, **Il Gufo**, da 102 euro; calze in spugna vintage; sneakers **Vans**, 45 euro; cappello **New Era**, 28 euro.

AUGUSTO. Felpa blue navy, 59,90 euro e camicia, 39,90 euro, **Antony Morato Junior**; bermuda **Armani Junior**, 100 euro; calze in spugna vintage; sneakers **Vans**, 50 euro; occhiali da sole, **NAU!**, 19,95 euro.

GHERARDO. Giacca in denim, **Hitch Hiker**, 117 euro; felpa **United Colors of Benetton**, 19,95 euro; bermuda, **Armani Junior**, 120 euro; sneakers **Vans**, 45 euro; calze in cotone, **Tiger**, 3 euro; berretto con lenti, **CP Company Undersixteen**, 23 euro. Skateboard colorato, 29,95 euro; palla baseball, 22,95 euro e casco Blackstar, 29,95 euro, tutto **Imaginarium**.

AUGUSTO. T-shirt, bermuda, cappello, tutto **Dsquared²**, prezzi su richiesta. Skateboard **Mikadosport**, 56 euro.



JULIA. Giacchino k-way, **Chicco**, da 19.90 euro; T-Shirt, **Primigi**; pantaloncini vintage; calze in cotone, **Tiger**, 3 euro; sneakers rosa **Pepe Jeans Footwear**, 45 euro; Bici Velobike Pink, **Imaginarium**, 99,95 euro.

DOVE...

Adidas by Foot Locker Via Speronari, 7 - **Antony Morato Junior** www.moratojunior.com - **Armani Junior** Via Manzoni,11 - **Bellerose Kids** www.bellerose.be - **Brekka** da Factory Store Via Brunelleschi, 8 - **Chicco** Via Dante, 6 - Corso Vercelli, Largo Settimio Severo, 2 (angolo Via Soresina) - Corso Buenos Aires, 75 - **Collègien** da Unduetrestella Via Vico,1 - **CP Company Undersixteen** FGF Store Piazza XXV Aprile,1- **Don Chisciotte** Via Col di Lana, 7a - **Dsquared²** Via Vincenzo Capelli, 1 angolo via De Cristoforis - **Du Pareil Au Même** Corso Buenos Aires, 49 - **Il Gufo** Via San Pietro all'Orto, 22 - **Imaginarium** Via Dante angolo Via Casati 1, Corso Buenos Aires, 22 - **Liu Jo Junior** Corso Vittorio Emanuele II, 30 - **Mikadosport e Die Spiegelburg** da Don Chisciotte Via Col di Lana, 7a - **Monnalisa**, **Hitch Hiker** e **Jakioo** Via della Spiga, 52 - **NAU!** Via Dante, 17 - Corso Buenos Aires, 43 - **New Era** da **Foot Locker** Via Speronari, 7 e da **Aw LAB** Via Torino, 22 - **Nike by Foot Locker** Via Speronari, 7 - **Pepe Jeans Footwear** www.pepejeans.com - **Primigi** nei Primigi store e in tutti i rivenditori autorizzati - **Simonetta** Via Manzoni, 42 - **Sons+Daughters** www.wearesonsanddaughters.com - **Skull Candy** da **Mondadori Megastore**, Piazza del Duomo,1 - **Sweet Years** da Corti srl - Via della Repubblica nr. 5 Olgiate Olona info@daddato.it - **Tiger** Via Meravigli, 1 - **United Colors of Benetton** Piazza Duomo angolo Via Dogana, 4 - Corso Vittorio Emanuele II, 9 - Corso Buenos Aires,19 - **Vans** Corso Lodi, 1

PER **LEI**

CAMICIA
chambray.
29,90 euro.





T-SHIRT
in jersey.
Da 15,90 euro.





LEGGINGS
in jersey stretch.
12,90 euro.

SNEAKER ALTA
con zip laterale.
39,90 euro.



CHE GRINTA!

ECCO LA NUOVA COLLEZIONE **TO BE**

Dall'asilo alla scuola al tempo libero: ecco la nuova collezione TO BE, pensata da Chicco per i bambini, da 0 a 8 anni. Parole chiave: praticità, personalizzazione, comfort, qualità. Crea il tuo look!





PER **LUI**



T-SHIRT
in jersey.
Da 15,90 euro.



K-WAY
in poliestere.
Da 19,90 euro.



SNEAKER ALTA
con zip laterale.
39,90 euro.



PANTALONE LUNGO
in denim stretch.
Da 29,90 euro.



OGNI FESTA DIVENTA UNO SPETTACOLO

SPAZIO DEDICATO AI GENITORI, DOVE RILASSARSI

VIVI L'AVVENTURA E AFFRONTA LE MISSIONI!

PERSONALIZZAZIONE DEGLI EVENTI

FESTAVVENTURA

VIVI LA TUA FANTASIA

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

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



ADVERTISING | GAIA AVALLONE

VIA ZURETTI 47/A -TEL. 02.89452485

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

OUTSIDE THE CITY



L'OASI ZEGNA

UN'AREA MONTANA PROTETTA DI 100 KMQ. ECCO GLI APPUNTAMENTI PER LA PRIMAVERA!







OASI ZEGNA

L'Oasi Zegna nasce nel 1993 come naturale sviluppo del "pensiero verde" di Ermenegildo Zegna, imprenditore filantropo che a partire dagli anni '30 finanziò e realizzò un'imponente opera di valorizzazione sociale e ambientale sulle montagne di Trivero (Biella), tutt'oggi sede del Lanificio Ermenegildo Zegna.
Oggi l'Oasi Zegna è un'area montana protetta ad accesso libero, estesa per circa 100 Kmq, dove praticare tutto l'anno attività dedicate al tempo libero e allo sport. Numerosi sono gli operatori sportivi, naturalistici, culturali e le strutture che offrono servizi e ospitalità tipiche della cultura e della tradizione di montagna, tutti raccolti in un Consorzio Turistico che opera per la promozione dell'area.
L'Oasi Zegna è l'unico luogo in Italia patrocinato dal FAI Fondo Ambiente Italiano.

ECCO UNA SELEZIONE DEGLI APPUNTAMENTI FAMILY FRIENDLY



marzo

SABATO 19
E DOMENICA 20 MARZO

Le Giornate Fai di Primavera

A Trivero, organizzate dal Fai per la valorizzazione e scoperta del nostro paese, la Fondazione Zegna propone aperture straordinarie con visite a: casa zegna, lanificio, piscina, cappella dell'ospedale e opera di Maloberti nell'ambito del progetto di arte contemporanea "All'aperto".
Speciale laboratori per bambini: sabato "Dalla pecora all'abito", domenica "A spasso con l'arte" in compagnia di un attore.
Info: Casa Zegna Tel. 015.7591463
www.casazegna.org - Menù speciali presso tutti i ristoratori del Consorzio Turistico Oasi Zegna.




caccia al tesoro


erbe spontanee


festa dell'aria

marzo

DOMENICA 27 MARZO

S. Pasqua

"Ricette del territorio" con menù speciali presso tutti i punti ristoro del Consorzio Turistico Oasi zegna.
Info: www.oasizegna.com

LUNEDÌ 28 MARZO

Caccia al tesoro botanico

Alla Brughiera, attività per bambini per scoprire divertendosi le specie botaniche del territorio in collaborazione con Grandi Giardini Italiani.
Info: Tel. 015.7591460 - info@oasizegna.com

PASQUETTA con il Gianconiglio

A Castagnea, giornata dedicata alle famiglie con una divertente caccia alle uova, giochi antichi, premi e dolcetti.
Info: Agriturismo Oro di Berta
Tel. 015.756501

aprile

DOMENICA 17 APRILE

Andar per erbe

A Castagnea di Portula, una giornata per riconoscere, raccogliere e gustare le erbe spontanee. Uscita guidata al mattino, pranzo a tema con baby sitter che intrattiene i bambini sul tema delle erbe.
Info: Agriturismo Oro di Berta Tel. 015.756501

maggio

SABATO 7 MAGGIO

"Pietro Porcinai a Trivero: giardini e paesaggio tra pubblico e privato"

A Trivero, a Casa Zegna i progetti di uno tra i più importanti architetti del paesaggio del secolo scorso, ideati mettendo in relazione i luoghi del lavoro con gli spazi della vita pubblica e familiare. Dalle ore 15.00 su prenotazione workshop per i bambini. La mostra è visitabile ogni domenica dalle 14.00 alle 18.00 fino al 10 luglio.
Info: Casa Zegna Tel. 015.7591463
www.casazegna.org


natura nell'oasi

DOMENICA 22 E 29 MAGGIO

Una passeggiata meravigliosa

A Trivero, domenica 22 maggio alle ore 10.30 escursione guidata nella conca dei rododendri in fiore (anche per i diversamente abili) con pranzo a tema.
Info e prenotazioni: ristorante Al Centro, Tel. 015.756100. Si replica domenica 29 maggio con un'escursione guidata alle ore 10.00 con pranzo a tema. Info e prenotazioni: Ristorante Castagneto Tel. 015.7158175

giugno

SABATO 25
E DOMENICA 26 GIUGNO

Festa dell'aria

A Bielmonte, un weekend per tutta la famiglia: dal "villaggio del vento" si alzano in volo aquiloni colorati con dimostrazioni e voli indoor. Per i bambini laboratori didattici e creativi.
Info: Club Free Vola Tel. 333.7130206
www.oasizegna.com - www. freesportkite.it
Menù speciali presso tutti i ristoratori del Consorzio Turistico Oasi Zegna.


la conca dei rododendri!

OASI ZEGNA
TEL. 015.7591460
INFO@OASIZEGNA.COM
WWW.OASIZEGNA.COM

COME RAGGIUNGERCI
A4 MILANO-TORINO USCITA CARISIO
A8 MILANO-LAGHI
USCITA ROMAGNANO SESIA
RAGGIUNGIBILE DA MILANO
CON UN'ORA E MEZZA D'AUTO

milano MOMS



VISITA
LA NOSTRA
fan page!

VAI SUL NOSTRO SITO
E ISCRIVITI ALLA *newsletter*

www.milanomoms.it



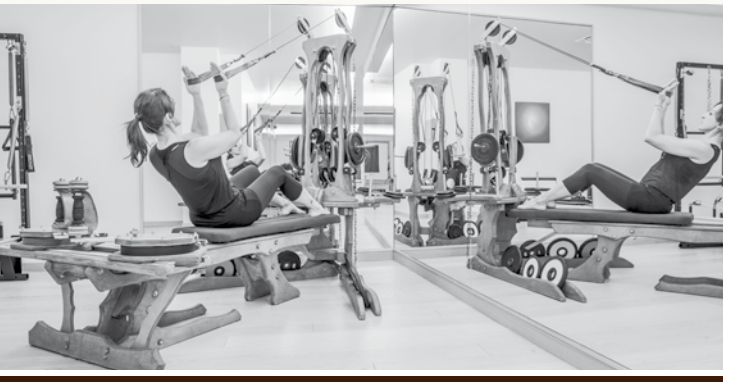
CALISTHENIC





YOGA

DAINAMI



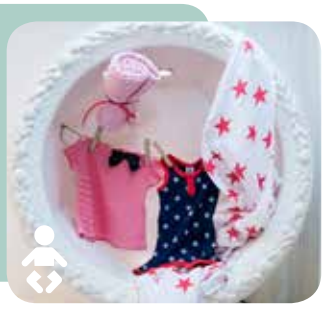
Molinetti S.r.l. • **IN | EX** - Via Molino delle Armi, 7 - 20123 Milano
Tel. 02 87338333 - Cell. 349 4621439 • info@inexpalestre.it - www.inexpalestre.it

Salina



ADVERTISING | GAIA AVALLONE

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









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