

# milano MOM'S

IDEE, STILI E TENDENZE PER LE MAMME A MILANO

## DESIGN

Spazi flessibili,  
acquisti smart

## ESSERE GENITORI

E tu,  
che stile sei?

## LET'S PARTY

Idee per feste  
e compleanni

## WEEKEND E VACANZE

Trentino  
Alto Adige e  
Liguria per  
le famiglie

*Finalmente  
primavera!*

**MODA**

# Scopri il mondo viaggiando con Bugaboo

Tutto ciò di cui hai bisogno dalla macchina all'aereo fino alla culla

Viaggiare con un bambino non é mai semplice ma grazie ai prodotti Bugaboo renderai ogni avventura piú confortevole per te e il tuo bambino.



## Bugaboo Owl by Nuna

Il seggiolino auto che cresce con il tuo bambino. Utilizzabile da zero a quattro anni (circa), offre un comfort e una sicurezza superiori.



## Bugaboo Stardust

Il lettino da viaggio leggero e compatto che si apre in 1 secondo. Utilizzabile da 0 a 15 Kg si trasforma facilmente anche in un'area gioco.

## Bugaboo Butterfly Borsa per il trasporto

La borsa che protegge il tuo passeggino leggero da graffi e sporco durante i viaggi. Compatta, resistente e compatibile IATA per riporla in cappelliera.

## Bugaboo Butterfly

Il passeggino leggero che si chiude in 1 secondo per spostamenti vicini e lontani. Compatibile IATA si puó riporre nella cappelliera degli aerei.



scopri di piú su [bugaboo.com](https://www.bugaboo.com)



Laura Della Badia  
direttrice



**Vi anticipo  
alcune parole  
chiave  
per il numero  
di Giugno:  
Natura, Viaggi,  
Beauty!**

PRIMAVERA. Parole chiave? Fioriture, weekend, gite fuori porta, ma anche...programmazione dell'estate, dei summer camp, compleanni da festeggiare, cerimonie da organizzare, cambio guardaroba, magari anche qualche rinnovamento in casa! Eh sì, mamme, non ci fermiamo mai. Il relax è dietro l'angolo, ma insieme a una lista interminabile di impegni e scadenze. Comunque, inutile dire che conoscendo bene la situazione in cui tutte ci troviamo, abbiamo preparato un numero ricchissimo e fitto di informazioni. Qualche esempio?

Un bel servizio dedicato alle feste, con idee belle e originali; tante segnalazioni di summer

camp in città e non solo; qualche bel posticino in cui fare una rilassante colazione salata; ma anche il design per i bambini e la casa in generale; e poi la sezione vacanze con tante pagine dedicate a due regioni che amiamo: il Trentino Alto Adige e la Liguria.

Venendo invece al ruolo di noi genitori, non perdetevi l'articolo della nostra pedagogista Maruska D'Agostino che a pag. 10 affronta un argomento molto importante: gli stili genitoriali. La consapevolezza del nostro modo di rapportarci ai bambini è il primo passo per migliorare e potenziare il rapporto con i nostri figli. Un tema attualissimo in un momento storico in cui i giovani mostrano spesso molta fragilità e insicurezza, a cui solo un approccio improntato alla comunicazione aperta e al rispetto reciproco, può offrire un sostegno.

Non vi resta che ritagliarvi la vostra mezz'ora di relax, in compagnia di Milano MOMS!

*Scrivetemi per suggerire argomenti o tematiche che vorreste trovare sulla rivista! (redazione@milanomoms.it)*

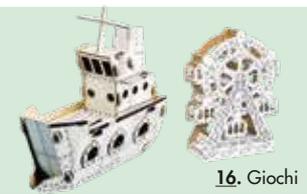
 **Vi aspettiamo anche sui social @milanomoms**  
Iscrivetevi alla nostra newsletter su  
[www.milanomoms.it](http://www.milanomoms.it)

# MOMŠ

## SOMMARIO



10. Storie



16. Giochi



22 Bambini a cavallo



30 Svezziamento



38 Design

### NEWS

6 Curiosando...

### STORIE

8 La mia vita a Milano, il mio nuovo progetto  
Chiara Gensini.

### FOCUS

10 E tu, che genitore sei?

12 Disturbi del comportamento alimentare.

### LIBRI

12 Letture per scoprire il mondo.



34. Moda

### GIOCHI

16 Se costruisco mi diverto di più!

### CREATE YOURSELF by Crayola

18 Fiori speciali.

### INSIDE THE CITY

20 Segnare in Agenda!

21 International Kindergarten.

22 Bambini a cavallo.

20 Organizziamo una mostra!

24 Let's party!

26 Colazione Milanese.

27 Pesce fresco a casa. Fishmi.

### NEW BORN

28 Non tenerlo sempre in braccio. Gli equivoci sui bisogni del neonato.

30 Dubbi e perplessità sullo svezzamento.

31 Dai pasti alla nanna, soluzioni per il massimo comfort.

32 La vitamina D nei neonati.

### MODA & DESIGN

34 Moda.  
A lezione di botanica.

35 Moda.  
Giovani esploratori.

36 Spazi da vivere in libertà.  
Nidi.

38 Un nuovo e-commerce.  
Dmora.

### OUTSIDE

42 Alto Adige:  
le attività per la primavera ed estate.

46 Trentino: in Val di Sole.

47 Musei e percorsi sensoriali in Trentino.

48 Family Hotel a Livigno.

50 A Finale Ligure,  
Medusa Hotel.

# milano MOMŠ

IDEE, STILI E TENDENZE PER LE MAMME A MILANO

Puoi scaricare la rivista in pdf sul sito [www.milanomoms.it](http://www.milanomoms.it)

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

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

**Direttore responsabile**  
LAURA DELLA BADIA  
[l.dellabadia@milanomoms.it](mailto:l.dellabadia@milanomoms.it)

**Redazione**  
[redazione@milanomoms.it](mailto:redazione@milanomoms.it)

**Pubblicità**  
Cecilia Zoppola  
[marketing@milanomoms.it](mailto:marketing@milanomoms.it)

**Progetto grafico**  
GAIA AVALLONE  
[g.avallone@milanomoms.it](mailto:g.avallone@milanomoms.it)

**Proprietario ed editore**  
MILANO MOMS S.R.L.  
Via Giacomo Boni, 26 -  
20144 Milano  
P.IVA 09027230961

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

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

**Hanno collaborato**  
Maruska D'Agostino  
Veronica Di Nardo  
Ombretta Mottadelli  
Francesca Panizzo  
Francesca Zardin  
Cecilia Zoppola



Foto di copertina.  
Nanán. Graziosa blusa in popeline bianca, impreziosita da un'elegante fiore sul fronte. Resa romantica dalle maniche con balze.  
Art director: Catrinel Marlon  
Fotografo: Anna Bergonzini



# Magia di primavera

allo Schneeberg - Family Spa Resort 4 stelle

TOP OFFERTA

## 4 giorni da 319€\* p.pers.

con "All-Inclusive Light"

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



\*prenotabile dal:  
28/04 - 16/05/2024 da 319 €  
3 giorni (gi-do) o 4 giorni (do-gi)



  
**Schneeberg**  
FAMILY SPA RESORT  
☆☆☆

Tutta la varietà dell'Alto Adige sotto  
un unico nome [www.schneeberg.it](http://www.schneeberg.it)



+39 0472 656232

info@schneeberg.it

# Curiosando...

TENDENZE, NOVITÀ, BELLE IDEE!

## PER PICCOLI FOTOGRAFI. SCATTA E DIVERTITI!

Fotocamera ideale per i piccoli creativi, già dai 3 anni. La custodia intercambiabile di silicone, oltre ad essere divertentissima, regala una presa salda e sicura. Ha anche divertenti filtri, cornici digitali e riconoscimento facciale.

Rookie Moss di Hoppstar.

[www.gioconaturalmente.com](http://www.gioconaturalmente.com)



IDEA  
REGALO

## BELLEZZA DALLO ZAFFERANO. UN POTENTE ANTIETÀ

Red Saffron è una start up innovativa italiana che ha sviluppato una gamma completa di **dermocosmetici anti-età**, con la collaborazione di biologi e chirurghi plastici. L'ingrediente prezioso è lo zafferano, presente nell'intera gamma di prodotti per le sue caratteristiche curative, antinfiammatorie e lenitive. Un vero elisir, ricchissimo di vitamine e potere idratante.

[www.redsaffronmilano.com](http://www.redsaffronmilano.com)



BEAUTY  
ROUTINE



SUMMER  
VIBES

## AL SOLE. NON I SOLITI OCCHIALI

Aru Eyewear Smeraldo sono gli **occhiali da sole** in acetato verde che renderanno inconfondibile il tuo look estivo! Colori e fresature, sia interne che esterne, esaltano la forma quadrangolare con intensi giochi di luce.

<https://arueyewear.it/>



NATURA

## LA GUIDA PRATICA AL VERDE. COME COLTIVARE

Ogni spazio verde, di qualunque dimensione sia, non è solo quello che appare. È un ponte steso tra noi e la natura. In questo **libro** scoprirai come:

- organizzare il tuo spazio verde in base al tempo e al luogo di cui disponi;
- renderlo florido e ricco di biodiversità;
- coltivare in modo sostenibile;
- seminare e mantenere sane le tue piante;
- prenderti cura del terreno, limitando malattie e parassiti.

Gian Marco Mapelli (@amicodellepiante),  
*Il mio spazio verde, 2024.*



HOME  
DECOR

### A TAVOLA. COLORI E FANTASIE

Plumeria è un brand toscano che realizza articoli per la casa tra cui queste **tovaglette in fibra di legno**, sughero naturale, tessuto di cotone con bellissime fantasie. Verniciatura con protettivo trasparente.

Da [Itzi Hub](#).

Via Rasori, 4 o su [itzihub.com](#)



MOBILITÀ  
URBANA

### L'E-BIKE DA CITTÀ. BELLA E INTELLIGENTE

L'e-bike **CGO009** è l'ultimo contributo di [Tenways](#) alla promozione degli spostamenti sostenibili attraverso **biciclette elettriche** di alta qualità, volte a soddisfare sempre più le esigenze dei ciclisti urbani. Estetica elegante, tecnologia intelligente, motore silenzioso, comandi a sfioramento e parafranghi su misura.

[www.tenways.com](#)

### CREATIVITÀ OUTDOOR. CON IL SET DA GIARDINO

[Garden Fun](#) è composto da una **borsa colorata**, un **annaffiatoio** e un **rastrello e scavatrice**; è perfetto per il giardinaggio e il gioco! Con questo set, i bambini possono lavorare accanto a mamma e papà in giardino o dare libero sfogo alla loro creatività in spiaggia.

Garden Fun set green di [Quut](#).

[www.gioconaturalmente.com](#)



GIOCHIAMO!

### IL BUCATO?

#### HA IL PROFUMO DEL MARE!

Chiudi gli occhi e immagina di essere in riva al mare, con la brezza che ti accarezza il viso e il profumo salmastro che ti inebria. Il profumatore per bucato **MARE** racchiude questa sensazione per donare al tuo bucato un'inconfondibile fragranza di freschezza e vitalità. Mare è una delle 25 profumazioni del brand italiano [Profumiamo](#), specializzato nella creazione di **profumazioni per bucato e ambiente**.

[www.profumiamoprofumiamo.com](#)



FRAGRANZE



Provato  
da noi!

Chiara Gensini

# LA MIA VITA A MILANO, IL MIO NUOVO PROGETTO

@*chiaragensini*

di Laura Della Badia

Questa intervista nasce da alcune coincidenze, quelle speciali che ti fanno venir voglia di raccontare una storia. A fine estate stavo rivedendo con i miei bambini la famosa serie TV "Un medico in Famiglia", quando un giorno noto su IG l'account dell'attrice Chiara Gensini che inizia a seguire Milano MOMS. Mi incuriosisco e scopro che ora Chiara vive a Milano e che oltre ad essere mamma, ha uno studio di Pilates

in zona CityLife. Le scrivo e lei mi risponde entusiasta, perché (coincidenza) proprio quel giorno stava pensando di contattarmi.

Così ci siamo incontrate nel suo studio, per parlare di percorsi di vita, scelte e cambiamenti.

**Ti abbiamo vista in TV, in serie di successo come *Un Medico in famiglia, I Cesaroni, Rex, Capri*. Ora siamo nel tuo studio milanese di Pilates. Raccontaci del tuo percorso...**

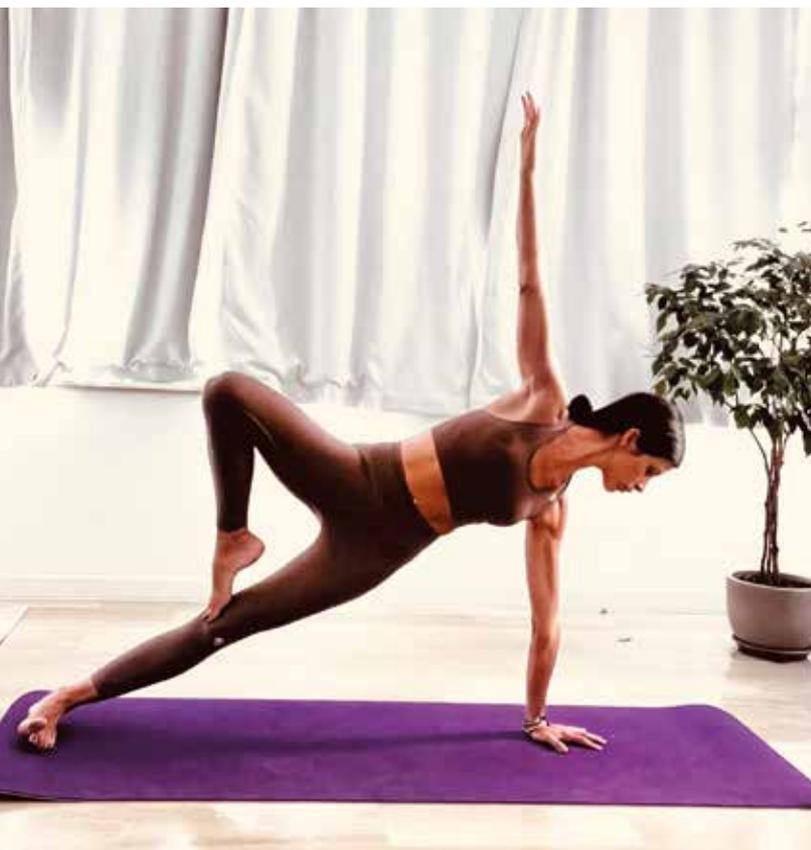
Sono metà romana e metà greca (da parte di madre) e ho sempre desiderato fare un'esperienza all'estero, così dopo il liceo mi sono trasferita a Londra dove oltre a studiare comunicazione, ho inseguito un mio primo sogno: la recitazione. Mi sono iscritta alla London Drama School e poi ho preseguito gli studi di teatro anche a Roma. Nel frattempo ho iniziato a fare i primi provini e a lavorare. Tutto è successo in modo molto naturale. Ero soddisfatta, facevo l'attrice, ma la mia personalità è sempre stata piuttosto riservata e timida.

**Come vivevi allora i momenti sul set e la vita da attrice?**

Ero felice e mi sono sempre messa in gioco ma sentivo che c'era anche una parte di me da coltivare, da ascoltare. Forse desideravo anche la tranquillità e, perché no, una sana routine.

**Quando è arrivato il cambiamento?**

Nel 2019 si sono sovrapposti tanti eventi: io e mio marito ci siamo trasferiti a Milano, abbiamo comprato casa e affrontato la ristrutturazione e, nel frattempo, io ero incinta della mia prima bambina. Quando siamo finalmente entrati in casa... è arrivato il covid, con tutte le sue complicazioni. Siamo andati via da Milano e, al rientro, ho iniziato a riorganizzare qui la mia vita anche da mamma.



### Come è nata l'idea del Pilates?

Sono una grande appassionata di questa disciplina che pratico da anni. Mi affascina la possibilità di far allenare nello stesso tempo mente e corpo, di migliorare il benessere muscolare e la concentrazione. Per questo motivo, quando ho deciso di dedicare una nuova fase di formazione a me stessa, ho scelto il Pilates, già sognando di avere un giorno un mio studio.

### Quali le difficoltà che hai incontrato?

Sicuramente la principale è stata trovare uno spazio. Desideravo uno studio in una zona centrale, abitata anche da famiglie, ma non troppo grande. Ho cercato a lungo e finalmente ho trovato il mio studio, un luogo raccolto e luminoso, con diversi ambienti, dove accolgo le mie clienti con lezioni individuali o di gruppo e specifici percorsi anche per la gravidanza o le neomamme.

Altri momenti difficili sono stati quelli in cui dovevo prendere delle decisioni, rimettermi in gioco in un nuovo settore ma sono fiera di questa scelta, di aver intrapreso una nuova strada e di essermi rimessa in gioco.

### Cosa ti piace della tua dimensione di oggi?

Sto vivendo una nuova fase, fatta di continua ricerca di equilibrio tra la vita di donna, professionista e mamma. Sicuramente la maternità è una priorità in questo periodo, soprattutto perché a luglio arriverà la mia seconda bambina. In questo periodo ho trovato la mia armonia, e, se vogliamo, anche una "routine" che mi dà stabilità: un lavoro che mi piace, nuove relazioni con

**MI AFFASCINA  
LA POSSIBILITÀ  
DI FAR ALLENARE  
NELLO STESSO  
TEMPO MENTE  
E CORPO**



**CHIARA  
GENSINI**  
IG: @chiaragensini

le clienti, tempo dedicato alla mia vita da mamma. Inoltre l'aver affrontato questa nuova sfida professionale mi ha dato nuove energie, come succede sempre quando si intraprende una nuova strada.

### Progetti e idee per il tuo Studio?

Il benessere delle mie clienti è la mia priorità e questo significa arricchire la mia offerta di corsi e migliorare gli spazi con nuovi angoli ad esempio per il relax, per una pausa prima o dopo l'allenamento. Inoltre mi concentrerò molto anche sul target neomamme, per esempio con orari in cui possono venire qui con i loro piccoli, trovando un ambiente protetto e accogliente. In una città grande è importante creare occasioni di incontro e confronto, soprattutto per donne che affrontano per la prima volta la gravidanza e hanno bisogno di condividere la loro esperienza.

Per tutte le clienti (e perché no, anche per gli uomini che desiderano allenarsi con il Pilates) avrò diverse fasce orarie differenziate, per andare incontro alle esigenze di tutti, dalla pausa pranzo al mattino presto!

### Ti piace vivere a Milano?

Qui sto bene, è una città in cui mi sono ambientata facilmente, e noto che anche le relazioni sono improntate all'apertura e alla disponibilità. Il lavoro, centrato anche sul rapporto personale con le clienti, mi ha portata poi a superare la mia riservatezza, ad aprirmi di più agli altri.

### LO STUDIO PILATES

Via Giovanni Prati, 2  
IG @chiaragensini  
gensinic@gmail.com

# E TU, CHE GENITORE SEI?

## Gli stili genitoriali e l'influenza sui nostri figli

di Maruska D'Agostino, pedagoga

Essere genitori è, senza dubbio, un viaggio straordinario, ma anche un compito estremamente impegnativo che ci vede protagonisti nella crescita e nello sviluppo dei nostri figli. In questo viaggio pieno di sfide e di gioie, uno degli aspetti più significativi riguarda il nostro stile genitoriale.

Ma di cosa si tratta? Per stile genitoriale s'intende la modalità con cui noi genitori decidiamo di educare e crescere i nostri figli; è come decidiamo di comportarci, di dare affetto, di stabilire le regole e di aiutare i nostri bambini a crescere e affrontare le difficoltà della vita. Che si sia amorevoli e gentili, severi o permissivi, ciascuno di questi modi di essere genitore costituisce uno stile genitoriale diverso e, in quanto tale, ha un impatto profondo sullo sviluppo emotivo, sociale e cognitivo dei bambini. Ne consegue che comprendere il nostro stile genitoriale e le sue influenze è fondamentale per guidare i nostri figli verso una crescita sana e felice.

### Ma quali sono i diversi stili educativi?

Gli stili genitoriali sono variegati e possono essere distinti in diversi approcci educativi, ognuno con le proprie caratteristiche distintive. Tra i principali si annoverano l'autorevole, l'autoritario, il permissivo e il trascurante-negligente.

#### AUTOREVOLE

I genitori autorevoli sono caldi, responsivi e coinvolti nella vita dei propri figli, ma stabiliscono anche regole chiare e aspet-

tative adeguate all'età, permettendo e promuovendo l'indipendenza, l'autonomia e una buona autostima nei bambini. Essi tendono ad avere figli emotivamente stabili e sicuri di sé. I bambini cresciuti in un ambiente autorevole tendono ad essere più socievoli e capaci di relazionarsi positivamente con gli altri.

#### AUTORITARIO

Questo stile genitoriale è caratterizzato da regole rigide e disciplina severa e, quasi sempre, non lascia molto spazio all'ascolto attivo dei bisogni dei propri figli, al dialogo o alla flessibilità. I genitori autoritari esigono obbedienza estrema senza spiegazioni, andando a minare in profondità la fiducia e l'autostima dei loro figli e a causare, dal punto di vista emotivo, ansie e insicurezze. I genitori che non incoraggiano la curiosità e il pensiero critico nei loro figli minano il loro sviluppo cognitivo.

«Un genitore saggio permette al figlio di fare degli errori. È un bene, per loro, che di tanto in tanto si brucino le dita».

(Gandhi)



**MARUSKA D'AGOSTINO**  
Mamma, docente di Scuola Primaria e dell'Infanzia, pedagoga presso Nisaba - Studio pedagogico, Via Ettore Brambilla, 18 Cantù (CO)

maruska.dagostino@gmail.com  
IG: @maruskadagostino

#### PERMISSIVO

I genitori permissivi sono molto calorosi, accoglienti e accettanti, ma spesso evitano di stabilire limiti o regole chiare, portando i propri figli a gestire le proprie emozioni in modo difficoltoso, a non accettare le piccole frustrazioni e a non identificare i comportamenti appropriati da adottare nelle diverse situazioni che gli si pongono davanti. I bambini cresciuti in un ambiente permissivo, inoltre, potrebbero avere difficoltà a rispettare le regole sociali.

#### NEGLIGENTE

Il genitore negligente o trascurante è un genitore che non si lascia coinvolgere e non si cura della vita del proprio figlio. Questo stile è caratterizzato da una mancanza di coinvolgimento emotivo e di controllo da parte della figura parentale. I genitori trascuranti possono causare problemi di fiducia e sicurezza nei propri figli e limitare la creatività e l'autonomia decisionale.

E nella pratica? Ecco alcuni consigli

### SIATE CONSAPEVOLI DEL VOSTRO STILE GENITORIALE

Riconoscere il proprio stile educativo è un processo fondamentale che richiede una riflessione sincera e approfondita su se stessi; ogni genitore ha un approccio unico, basato sulle proprie esperienze, valori e convinzioni. Chiedersi quale sia il proprio stile genitoriale è il primo passo per comprendere come influenziamo i nostri figli e per identificare eventuali aree di miglioramento, apportando cambiamenti positivi che possano favorire la loro crescita e il loro sviluppo.

### SIATE COERENTI E CHIARI

Essere coerenti e chiari nelle regole e nelle aspettative è essenziale per creare un ambiente familiare strutturato e sicuro. La coerenza offre ai bambini una guida costante su ciò che è accettabile e cosa non lo è, aiutandoli a sviluppare un senso di sicurezza e stabilità.

### COMUNICATE NEL GIUSTO MODO

La comunicazione aperta e rispettosa è un pilastro fondamentale della genitorialità positiva. Favorire un dialogo aperto con i nostri figli crea un ambiente in cui possono esprimere liberamente le proprie opinioni, preoccupazioni e emozioni senza timore di critiche. Ascoltarli attivamente senza interruzioni o giudizi permette loro di sentirsi valorizzati e rispettati, rafforzando il legame affettivo tra genitori e figli e facilitando il superamento delle difficoltà.

### TROVATE IL GIUSTO EQUILIBRIO

Trovare l'equilibrio tra l'autonomia e il supporto è importante per favorire lo sviluppo dell'indipendenza e della responsabilità nei nostri figli. Consentire loro di prendere decisioni e fare esperienze autonomamente li aiuta a sviluppare fiducia nelle proprie capacità e a imparare dalle proprie esperienze. Tuttavia, è importante essere presenti per offrire sostegno e orientamento quando necessario, guidandoli lungo il percorso della crescita e dell'apprendimento.

### LIBRI CONSIGLIATI

› **“Dalla parte dei genitori: strumenti per vivere bene il proprio ruolo educativo”**

di Daniele Novar, Franco Angeli, 2009

› **“Invece di dire... Prova a dire... Le parole per educare i bambini con amorevole fermezza”**

di Ally Beltrame, Mondadori, 2019

### AMATELI APERTAMENTE

I bambini hanno bisogno di sentirsi amati, accettati e apprezzati per chi sono. Esprimere amore e apprezzamento per i nostri figli in modo costante è fondamentale per il loro benessere emotivo e per la costruzione di una forte relazione genitore-figlio. Riconoscere i loro successi, anche quelli piccoli, e celebrare i loro sforzi li incoraggia a sviluppare una sana autostima e fiducia in se stessi.

### CRESCETE INSIEME A LORO

Crescere con i propri figli è un concetto che sottolinea l'importanza dell'apprendimento continuo e della flessibilità nella genitorialità. Ogni fase dello sviluppo dei nostri figli presenta nuove sfide e opportunità di crescita, e come genitori dobbiamo essere disposti ad adattare le nostre strategie educative e a imparare dai nostri errori. Essere aperti al cambiamento e al continuo miglioramento ci permette di crescere insieme ai nostri figli, creando un legame più forte e profondo con loro.

In conclusione, gli stili genitoriali rivestono un ruolo di grande importanza nel plasmare la vita dei nostri figli, influenzando profondamente il loro sviluppo e il loro benessere. Comprendere appieno queste influenze è fondamentale per creare e mantenere un ambiente familiare sano e positivo. Scegliere un approccio educativo autorevole, improntato sull'amore, il rispetto reciproco e una comunicazione aperta rappresenta una strada preziosa per favorire la crescita di figli felici, sicuri di sé e armoniosamente equilibrati.



# DISTURBI DEL COMPORTAMENTO ALIMENTARE

## Come affrontarli nei bambini e ragazzi

I DNA sono i Disturbi della Nutrizione e Alimentazione, patologie complesse caratterizzate da un comportamento alimentare disfunzionale, un'eccessiva preoccupazione per il peso e un'alterata percezione dell'immagine corporea.

Ne abbiamo parlato con la dottoressa Paola Morosini, Neuro Psichiatra Infantile del Centro Welcomed.

### Quali fasce di età e sesso sono coinvolte?

I disturbi del comportamento alimentare, soprattutto post pandemia, hanno registrato un incremento preoccupante (+ 147 % dell'incidenza dei casi). In Italia il 5% della popolazione soffre di

Disturbi dell'alimentazione e l'insorgenza è sempre più precoce (2 pazienti su 10 hanno meno di 14 anni). La patologia investe anche il sesso maschile, 2 pazienti su 10 tra i 12 e i 17 anni sono maschi. All'anorexia nervosa è collegata la mortalità 5/10 volte maggiore di quella di persone sane della stessa età e sesso, e spesso la condizione acuta si trasforma in una condizione cronica.

### A quali altri sintomi sono collegati?

Spesso sono correlati ad altri sintomi psichici come disturbi d'ansia, disturbi dell'umore e spesso bassa autostima. La salute fisica viene quindi compromessa dalla restrizione o dall'eccessivo consumo

di cibo senza controllo e da condotte di eliminazione e/o compensatorie.

### Cosa spinge una paziente a mangiare troppo o a non mangiare più?

Spesso all'esordio c'è un meccanismo di compensazione del sentirsi in difetto, la percezione di una fragilità che viene combattuta con l'estremo controllo o, nella opposta polarità, con un lasciarsi andare senza controllo. Il corpo assume un valore che sostituisce la parola e la comunicazione di grandi sofferenze psicologiche, assecondando l'illusione che i problemi si risolvono con l'aspetto fisico.

### Possiamo dire che questi disturbi sono legati al periodo storico attuale o esistevano anni fa?

In realtà questi disturbi sono stati studiati già dagli anni 60, quando fu identificata nell'area della salute mentale il disturbo anoressico. Da lì, si è assistito a quella che alcuni autori come Gordon descrivono come "epidemia sociale" fino ai giorni nostri in cui la battaglia contro lo stigma che accompagna questi e altri disturbi mentali si sta facendo per fortuna più accesa.

### Qual è l'approccio clinico e qual è l'equipe che dovrebbe occuparsi di un paziente con DNA?

Una diagnosi precoce e una presa in

carico multidisciplinare sono criteri di appropriatezza clinica e di efficacia fondamentali. La presenza di un disturbo che insorge in età evolutiva, ma che prevede una continuità di cura spesso nella giovane età adulta, richiede la figura del pediatra e del medico di medicina generale, del medico nutrizionista del neuropsichiatra infantile e dello psichiatra per adulti insieme allo psicologo clinico e allo psicoterapeuta e altre figure come arteterapista e a volte educatore. L'approccio è sempre individualizzato per il paziente e soprattutto per la famiglia, in quanto è stato provato che tutti gli approcci family based hanno un miglior esito.

### Quali sono i campanelli d'allarme da tenere sotto controllo?

Il primo campanello che anticipa spesso il disturbo è di tipo psicologico, come una difficoltà nell'autostima e nell'esprimere le proprie emozioni, spesso relative a traumi relazionali, a volte una certa mania di perfezionismo e il richiedere molto da se stessi. In sintesi ai giovanissimi mai far mancare l'ingrediente relazionale principale che è la disponibilità all'ascolto senza giudizio, l'incoraggiamento a non fare tutto da soli ma a rivolgersi prima ai familiari e poi a professionisti della salute mentale.

### CENTRO WELCOMED

Via degli Olivetani, 2A  
Via Lazzaro Papi, 20  
Via Lodovico Muratori, 32  
Tel. 02.84268020  
www.centrowelcomed.it



**DOTT.SSA PAOLA MOROSINI**  
neuro Psichiatra Infantile  
Centro Welcomed





# Speak Teens Summer Camp 2024



per teenagers dai 10 ai 16 anni



## Divertiti, impara e parla in inglese!

Nel nostro **Speak Teens Summer Camp** il numero degli studenti è lo stesso dei madrelingua: parlerai inglese in un contesto reale di vita quotidiana e vivrai un'esperienza incredibile.

Scopri un mondo in cui conversare con ragazzi **madrelingua da diversi paesi**, al fresco della piscina, passeggiando nel bosco o distesi su un prato, circondati dal verde della natura mozzafiato di **Valbonella (Emilia-Romagna)**.

Gli studenti condivideranno insieme alle **Anglo Guides** tante attività entusiasmanti in lingua inglese.

## DATE

1° Camp: **22 Giugno – 29 Giugno 2024**

2° Camp: **29 Giugno – 6 Luglio 2024**

Conversazioni One-to-One



Attività di gruppo



Trekking nella natura



**Tutto il giorno con madrelingua da tutto il mondo!**

Sport e giochi



Escursioni



+39 080 6454860

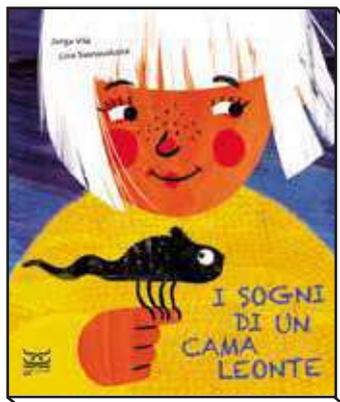
[teens@speakitaly.com](mailto:teens@speakitaly.com)

[speakitaly.com/teens](https://www.speakitaly.com/teens)



## Habitat

Jurga Vilė e Lina Sasnauskaitė,  
24 ORE Cultura, 2023.  
Dai 4 agli 8 anni  
www.24orecultura.com



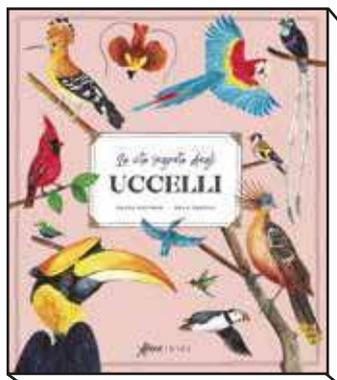
## I SOGNI DI UN CAMALEONTE

Pensato per avvicinare i bambini al rispetto della natura e degli animali, il libro narra la storia di Leo, un simpatico camaleonte che vive felice insieme alla sua famiglia in riva al mare, finché un giorno si imbatte in un gruppo di umani che lo porta in città, in un appartamento, per metterlo in una teca. Leo è sopraffatto dalla tristezza che spegne d'improvviso tutti i suoi colori. I giovani lettori scopriranno come il camaleonte tornerà a essere di nuovo felice con la complicità di una bambina gentile e sensibile.

# NATURA ANIMALI ARTE

Lectture per scoprire  
il mondo

## Animali



Diana Escobar,  
Rena Ortega,  
Aboca Kids, 2024  
Dai 7 anni


**DIARIO DI UN'ESPLORAZIONE  
ATTORNO AL MIO STAGNO**

L'eccentrico autore francese Thierry Dedieu ci stupisce sempre con la sua divulgazione artistica. Questa volta ci troviamo nei pressi di uno stagno, alla scoperta della vita che lo abita: a raccontarcela è la rana Marie-Louise che affida al lettore racconti e disegni contenuti nel suo diario. Un diario illustrato e fotografico che piacerà ai piccoli amanti della natura e che permetterà loro di scoprire in modo inedito la vita segreta degli animali. Un'occasione per riscoprire la purezza della natura e l'importanza dei piccoli dettagli.

## Natura



Thierry Dedieu, *Diario di un' esplorazione  
attorno al mio stagno, appunti e scoperte  
di Marie-Louise Delpantano, Franco Cosimo  
Panini, 2023. Dagli 8 anni*

**LA VITA SEGRETA DEGLI UCCELLI**

Esistono più di 10.000 specie di uccelli, molto diverse tra loro: piccoli passerì, pinguini imponenti, uccelli acquatici, rapaci... Con questo libro scoprirete tutto su questi affascinanti animali, come il particolarissimo scheletro, fatto di ossa molto leggere e flessibili; le acrobazie aeree e il loro significato. Seguirete le rotte delle migrazioni, cercando di capire quali sono i loro habitat e infine... ascolterete anche la loro voce!

Il libro infatti contiene una serie di QR code per scoprire il verso e il canto degli uccelli più rappresentativi di diverse parti del mondo.

## Arte

**MICHELANGELO**

Chissà se il destino di Michelangelo fosse già scritto o se è diventato uno dei più grandi geni della storia dell'arte grazie al suo ostinato impegno... Il suo è un talento davvero insuperabile! Scopriamo com'è riuscito a creare i suoi incredibili capolavori. Il libro fa parte della collana dedicata ai bambini, edita dalla casa editrice Quelle Histoire, specializzata in pubblicazioni dedicate a personaggi, periodi storici, culturali ed eventi che hanno cambiato il corso della Storia.

Michelangelo, Quelle Histoire, Collana  
La Storia raccontata ai bambini, 2024.  
Dai 6 ai 10 anni



Bilingual School



# Iscrizioni aperte

Scansiona il codice QR per saperne di più



MILE School con oltre 20 anni di esperienza prepara i propri studenti per un brillante futuro attraverso un'educazione bilingue.

NIDO • KINDERGARTEN • PRIMARY • MIDDLE





COME REALIZZARE

# FIORI SPECIALI CON LE IMPRONTE DELLE MANINE

Realizza anche tu questi coloratissimi **fiori-impronta** insieme ai tuoi bambini: un'attività facile e divertente, perfetta da svolgere anche in occasione della **Festa della Mamma!** Segui i passaggi e dai sfogo alla fantasia con l'aiuto degli strumenti creativi **Crayola!**



Inquadra il QR CODE per visualizzare il tutorial sul canale YouTube Crayola Italia

## PROCEDIMENTO



Step 1



Step 2



Step 3



Step 4



Step 5



Step 6



Step 7

**1.** Dipingi il palmo della mano con la Tempera Lavabile Crayola (disponibile in 10 colori diversi e in comodi barattolini richiudibili), poi premi la mano sul cartoncino per stamparne l'impronta. Ripeti lo stesso passaggio altre volte utilizzando colori diversi.

**2.** Ritaglia le impronte con le forbici. Prendi del cartoncino colorato e con una matita disegna delle foglie e ritagliale.

**3.** Prendi dei bastoncini da gelato (tanti quante sono le impronte che hai realizzato), dipingili con la Tempera Lavabile e lascia asciugare per 1-2 ore. Ripeti il passaggio con un secondo strato di tempera.

**4.** Per realizzare i fiori, incolla le impronte e le foglie su ogni bastoncino.

**5.** Disegna un vaso da fiori sul cartone riciclato e ritaglialo, dipingilo con la Tempera Lavabile, poi lascia asciugare per 1-2 ore e ripeti con una seconda passata.

**6.** Con il pennarello indelebile, scrivi il tuo messaggio sul vaso in cartone e decoralo con la Colla Glitter Crayola, puoi scegliere tra le 10 luccicanti sfumature disponibili.

**7.** Incolla la base dei fiori-impronta sul retro del vaso. Prendi di nuovo il cartone e ritaglia un triangolo, poi incollalo sul retro del vaso in modo da creare un piedistallo. Ed ecco che i tuoi fiori super personalizzati sono pronti per essere mostrati o regalati!

## MATERIALI

- > Cartoncini colorati;
- > Pennelli Crayola®;
- > Tempera lavabile Crayola®;
- > Matita;
- > Forbici;
- > Colla Glitter Crayola®;
- > Pennarello indelebile;
- > Bastoncini da gelato in legno;
- > Cartone riciclato



# Oliver furniture

*“Il nostro marchio mira a stimolare la creatività dei vostri bambini, con mobili che trasformano il loro spazio in un regno di immaginazione e narrazione. La sostenibilità è al centro della nostra filosofia. I nostri pezzi senza tempo, radicati nella tradizione del design danese, sono realizzati per resistere a generazioni, adattandosi facilmente alle esigenze in evoluzione della vostra famiglia, minimizzando l'impatto ambientale e massimizzando il valore.”*

— Oliver Furniture



## **OLIVER FURNITURE LO TROVI DA LE CIVETTE SUL COMÒ, IL CONCEPT STORE DEDICATO AI BAMBINI E ALLE FAMIGLIE.**

Negoziò a Milano (Via Vittorio Salmini, 4) e online, Le Civette sul Comò è nato nel 2011, facendosi promotore di una nuova cultura dell'arredo, capace di coniugare funzionalità ed estetica senza

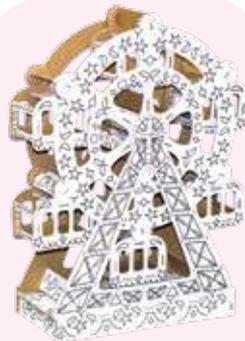
perdere il fascino del pezzo unico. Nello showroom milanese o sull'e-commerce, troverete soluzioni perfette per trasformare ogni ambiente in un'esperienza di design senza tempo.

**Prenota un appuntamento**

**Le Civette sul Comò**  
Via Vittorio Salmini, 4  
20135 Milano  
Tel. +39 0245480697  
info@lecivettesulcomo.com  
www.lecivettesulcomo.com

**le Civette sul Comò**  
design per bambini... e genitori!

pezzi in cartone da assemblare in 3D



**GIOCHI IN CARTONE DA ASSEMBLARE E DIPINGERE.**

**TODO Cardboard World**

Si può costruire un gioco in cartone senza l'utilizzo di colla e forbici? Scatena la manualità e la creatività! Incastra ogni singolo pezzo in cartone incluso nei kit **TODO** e dai forma al tuo gioco 3D per poi colorarlo a piacimento con le tavolozze di colori acquerellabili compresi nella confezione. Le possibilità sono davvero tante: cassette, castelli, fattorie, animalletti, ma anche aerei, navi e macchine! **TODO** coinvolge adulti e bambini stimolando il desiderio di esplorare nuovi mondi, dove fantasia e apprendimento sono gli ingredienti magici della crescita. Una linea di articoli educativi, ecosostenibili e realizzati in Italia, con attenzione ai valori sociali: il confezionamento è affidato a cooperative per l'inclusione di persone con disabilità nel mondo del lavoro.

[www.todo-shop.com](http://www.todo-shop.com)



**TODO**

Il CartoMondo **TODO** è il regno della creatività senza limiti nell'uso del cartone per le famiglie e i bambini.

Giocare e divertirsi contribuendo a creare un mondo a basso impatto ambientale.

# SE COSTRUISCO, MI DIVERTO DI PIÙ!

2 giochi basati su manualità e concentrazione

materiale plastico 100% riciclabile e atossico!



**3D, CON UN SOLO MODULO! INCASTRO**

Un solo modulo, che permette di costruire in tutte le direzioni: Incastro è un giocattolo educativo che, grazie alla forma seriale, permette di realizzare strutture piane, tridimensionali, curve o mobili senza pezzi speciali. Le composizioni possono essere semplici o più complesse in base alle proprie abilità e livelli di apprendimento.

Cosa offre ai bambini? È divertente perché dà pieno spazio alla creatività, inoltre sviluppa la concentrazione, il problem solving, le abilità geometriche/matematiche e aumenta l'autostima man mano che si costruisce e si ottengono risultati. Provate anche voi:

Incastro è un giocattolo per tutte le età!

I materiali utilizzati sono di prima qualità, certificati e completamente sicuri per i bambini di tutte le età.

Realizzato in materiale plastico 100% riciclabile, atossico, garantisce durezza e resistenza.

[www.incastroworld.com](http://www.incastroworld.com)



MOSTRE  
E SPETTACOLI,  
EQUITAZIONE,  
LET'S PARTY,  
BRUNCH  
DA PROVARE

# INSIDE THE CITY

DA SCOPRIRE A MILANO: BAMBINI A CAVALLO, CONSIGLI PER LE FESTE, 3 BRUNCH DA PROVARE IN CITTÀ

**►► CIVICO PLANETARIO****► Terra: Un pianeta davvero speciale!**

28 APRILE

I bimbi impazziscono per stelle, pianeti e galassie? Ecco un appuntamento che non possono perdere. A partire dai 6 anni.

► [www.lofficina.eu](http://www.lofficina.eu)  
Corso Venezia 57, Milano

**►► MUBA****► Pianeta 30. Il Mondo tra le tue mani.**DA MARTEDÌ A DOMENICA,  
FINO AL 30 GIUGNO 2024

Pianeta 30 ha lo scopo di avvicinare le nuove generazioni al tema della sostenibilità, dei diritti umani e della cittadinanza attiva, raccontando i 17 obiettivi dell'Agenda 2030 per lo Sviluppo Sostenibile dell'ONU, attraverso un inedito libro illustrato e una mostra-gioco visitabile gratuitamente.

► [www.muba.it](http://www.muba.it)  
Via Besana 12, Milano

**►► TEATRO REPOWER****► La Sirenetta. La voce dell'oceano.**

11 E 12 MAGGIO

Ispirata dalla favola originale di Hans Christian Andersen, la storia presenta uno sviluppo più ampio ed è arricchita da nuovi personaggi divertenti e stravaganti. Un musical per tutta la famiglia. Durata: 120 minuti.

► [www.teatrorepower.com](http://www.teatrorepower.com)  
Via G. di Vittorio 6, Assago

**►► MARE CULTURALE URBANO****► Attività per famiglie in cascina**

OGNI SABATO E DOMENICA

I bambini sono accolti da un team di giovani professioniste specializzate in Educazione e Storia dell'arte che, ogni fine settimana, coinvolgono le famiglie con tantissime attività, spaziando tra laboratori, workshop ed eventi.

► [www.maremilano.org](http://www.maremilano.org)  
Via G. Gabetti 15, Milano

**►► TEATRO COLLA****► Lo scimmiettino color di rosa**

19-21 E 26-28 APRILE

La storia bizzarra e divertente di uno scimmiettino dal colore sorprendente.

► [www.teatrocolla.org](http://www.teatrocolla.org)  
Teatro Silvestrianum via Maffei 19, Milano

**►► ORTICOLA****► Generazione G: Giovani giardinieri crescono**

DAL 9 AL 12 MAGGIO

L'invito di Orticola per quest'anno è quello

di prendere tra le mani la sostenibilità.

Dobbiamo imparare che ciascuno di noi è responsabile del proprio habitat: il nostro pianeta è il nostro giardino e dobbiamo averne cura. Ingresso gratuito fino a 17 anni.

► [www.orticola.it](http://www.orticola.it)  
Giardini Indro Montanelli, Milano

**►► BASKET FOR KIDS****► Raccolta fondi**

11 E 12 MAGGIO

Due giorni di sport e solidarietà per raccogliere fondi da destinare al Comitato Maria Letizia Verga, l'associazione che si impegna da 45 anni nella cura, assistenza e ricerca per leucemie e linfomi infantili.

Partecipazione gratuita, con due modalità: squadra o single players.

► [www.basketforkids.com](http://www.basketforkids.com)  
Piazza Tre Torri - City Life, Milano

**►► TEATRO MUNARI****► Babebibo...Blu!**

18 E 19 MAGGIO

La storia è quella di una bambina che non si sente ancora pronta ad affrontare il mondo. Nella sua solitudine gioca con suoni e parole in associazione libera e attraverso questi giochi scopre e riconosce, nominandole, alcune emozioni di cui fa tesoro. Dai 4 anni.

► [www.teatrodellburatto.com](http://www.teatrodellburatto.com)  
Via G. Bovio 5, Milano

**►► CIMITERO MONUMENTALE****► Tour per famiglie**

26 MAGGIO

Visita a questo museo a cielo aperto con "formula tandem". Divisi in due gruppi, bambini e adulti potranno seguire lo stesso percorso con due guide dedicate in un contesto sicuro e protetto: in questo modo il linguaggio usato in ciascun gruppo sarà adeguato all'età dei partecipanti.

Durata: 90 minuti.  
► [www.succodarte.com](http://www.succodarte.com)  
Piazzale Cimitero Monumentale, Milano

**►► TENOHA MILANO****► Ukiyoe: Immersive Art**

FINO AL 16 GIUGNO

Mostra immersiva e sensoriale che trasporta i visitatori nei mondi fluttuanti del Giappone attraverso uno spazio visivo tridimensionale. L'obiettivo è proporre opere d'arte digitali grafiche di elevato livello, fruibili sia dai più piccoli che dagli adulti.

► [www.tenoha.it](http://www.tenoha.it)  
Via Vigevano 18, Milano



# INTERNATIONAL KINDERGARTEN

LA PROPOSTA PINGU'S ENGLISH 3-6 ANNI



**EMILIA MODICA**  
CO-FOUNDER MADE IT SRL  
SCHOOL DIRECTOR SAN GIULIANO  
MILANESE E MILANO SEMPIONE

Il Pingu's English International Kindergarten è un programma completo di scuola dell'infanzia in inglese full time; rivolto ai bambini dai 3 ai 6 anni, propone un approccio globale all'apprendimento, grazie all'applicazione del modello pedagogico sviluppato da Linguaphone Group in collaborazione con Kingston University London, università di eccellenza nell'ambito della formazione ed educazione infantile. L'approccio pedagogico proposto fonde alcuni degli indirizzi pedagogici maggiormente riconosciuti a livello internazionale come il Metodo Montessori e quello degli asili di Reggio Emilia, l'esperienza delle Swedish Forest Schools e

le linee guida dell'Early Years Foundation Stage. I principi base sono l'apprendimento basato sul gioco e sull'interazione e l'approccio bambino-centrico.

Le aree di sviluppo sono:

- ▶ Sviluppo delle competenze linguistiche: linguaggio e capacità di comunicare
- ▶ Sviluppo delle competenze STEM: numeri, forme, spazio e misure
- ▶ Sviluppo fisico, salute e benessere
- ▶ Sviluppo creativo ed espressivo
- ▶ Sviluppo delle competenze geografiche
- ▶ Sviluppo personale, sociale ed emotivo.

Nel programma non manca

no attività sportive, percorsi di avvicinamento alle nuove tecnologie, progetti di scambio interculturale coinvolgendo altri Pingu's English International Kindergarten nel mondo, laboratori di avvicinamento ai principi della robotica (coding), laboratori artistico-espressivi.

Gli spazi sono organizzati con 3 aule didattiche nelle quali i bambini sono divisi per fasce di età: Year 1 (3-4 anni), Year 2 (4-5 anni) e Year 3 (5-6 anni). In ogni sezione è presente un angolo del gioco simbolico e un angolo lettura. In uno spazio polifunzionale i bambini possono svolgere attività artistiche e nel programma sono previste anche diverse ore per attività all'aria aperta.

## PINGU'S ENGLISH

### > MILANO WASHINGTON

Via Correggio 19 - Tel. 02.4814578  
milano.washington@pingusenglish.it

### > MILANO SEMPIONE

Via Procaccini 47 - Tel.  
375.6360747  
milano.sempione@pingusenglish.it

### > LORETO

Via Padova 2 - Tel. 347.0822345  
milano.loreto@pingusenglish.it

### > SAN GIULIANO

Via Tolstoj 61 San Giuliano Milanese  
Tel. 375.6360721  
reception.sg@pingusenglish.it



## Express yourself!

Al Pingu's English Summer Camp,  
ogni giorno è un'avventura diversa!

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

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

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

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

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



Iscriviti al  
nostro  
Summer  
Camp!





### Campacavallo

Attiva dal 2006, propone iniziative legate alle arti circensi e all'equitazione: Campacavallo, situata a nord-ovest di Milano, occupa un'ampia area verde privata dove i cavalli hanno libertà di esprimere i loro comportamenti naturali. L'intento è quello di avvicinare i ragazzi alla scoperta delle arti circensi e al contatto con il cavallo, in modo rispettoso ed etico. Si può scegliere tra: corsi di gruppo e individuali, campus estivi e invernali, domeniche per famiglie e campus residenziali.  
Via Cascina Bellaria 133/7 Milano - [www.campacavallo.it](http://www.campacavallo.it)



### Cascina Biblioteca

Nei pressi del Parco Lambro, questa cooperativa sociale promuove l'inclusione e funge da polo di aggregazione. Qui i bambini possono entrare in relazione con i cavalli e svolgere un'attività ludico-sportiva con il supporto di istruttori qualificati. Vengono proposte lezioni di gruppo o individuali, corsi specifici per piccolissimi, volteggio, campus e vacanze equestri. È disponibile anche la rieducazione equestre per persone con disabilità e/o problematiche cognitive, relazionali e sociali.  
Via Casoria 50, Milano - [www.cascinabiblioteca.it](http://www.cascinabiblioteca.it)

## BAMBINI A CAVALLO

AVVICINARSI ALL'EQUITAZIONE, FIN DA PICCOLI, OFFRE TANTI BENEFICI

di Cecilia Zoppola

Il cavallo è uno degli animali più sensibili con cui praticare uno sport e aiuta i bambini a sviluppare un senso di **solidarietà e condivisione**: capirne le esigenze e instaurare un rapporto di amicizia, aiuta i piccoli cavallerizzi

a migliorare le proprie capacità comunicative, a tenere sotto controllo le proprie emozioni e ad avere più fiducia in se stessi. Ecco quattro realtà, nel milanese, che propongono corsi e attività adatti ai giovanissimi.



### Scuderia La Chimera

Nella zona sud-ovest di Milano, immerso nel verde, sorge il club sportivo composto da due campi all'aperto, due coperti, paddock, scuderia ed un'accogliente clubhouse. Molto curata l'offerta dei corsi rivolti ai più piccoli: lezioni base e avanzate, pony games, attività ludiche in sella (monta a pelo e volteggio), rudimenti di veterinaria e mascalcia. Lo scopo è quello di conquistare l'autonomia nella gestione del cavallo, oltre che creare nuove amicizie e rinforzare i legami coi propri compagni.  
Via Marconi 8, Buccinasco - [www.scuderialachimera.it](http://www.scuderialachimera.it)



### Milano Equestrian Centre

L'obiettivo è quello di avvicinare i giovanissimi al mondo dei pony e dei cavalli, con un approccio sia ludico/didattico, sia agonistico. La struttura ha al suo interno un pony club, dove i bimbi imparano a relazionarsi tra loro e con gli animali. Da quest'anno poi si può prenotare una "Family Experience" a cavallo: un nuovo progetto di coinvolgimento genitori-figli. Per i più appassionati, c'è la possibilità di far parte della squadra pre-agonistica e prendere parte a gare di Equitazione.  
Cascina Saresina, Pioltello - [www.milanoequestriancentre.com](http://www.milanoequestriancentre.com)

# ORGANIZZIAMO UNA MOSTRA!

IL CAMPUS "DIETRO LE QUINTE" DEL MUDEC

Per quest'estate MUDEC ha pensato a un tema davvero interessante per i suoi campus: conoscere e approfondire i mestieri, le competenze e gli strumenti dei professionisti che lavorano in un museo! Muniti di speciali tesserini, i ragazzi oltrepasseranno la soglia davanti alla quale i visitatori comuni si devono

fermare e scopriranno il "dietro le quinte". Ogni giorno, infatti, impareranno un mestiere nuovo, confrontandosi con professionisti sul campo e seguendo un'intensa programmazione di attività: dalla comunicazione ai prestiti, dalla curatela alla conservazione, passando per l'allestimento, l'illuminazione, le didascalie e



## QUANDO?

Dal 10 giugno  
al 26 luglio,  
dal lunedì al venerdì  
8:30 - 17:00

Età: dai 6 agli 11 anni



Prenota online!



l'accessibilità. E alla fine della settimana daranno vita a una vera e propria esposizione, preceduta da una conferenza stampa. Un'esperienza davvero unica nel suo genere!

## PER INFO E PRENOTAZIONI

infoline 02.542727  
campus@ticket24ore.it

## Percorsi da zero ai primi mille giorni

[www.francescapanizzo.it](http://www.francescapanizzo.it)  
[percorsi@francescapanizzo.it](mailto:percorsi@francescapanizzo.it)  
347/3711887



[instagram.com/percorsi\\_dazeroalleggiorni](https://www.instagram.com/percorsi_dazeroalleggiorni)

### Dott.ssa Francesca Panizzo

La **consulenza educativa Montessori** offre un aiuto concreto ai genitori per supportarli nei primi mille giorni di vita dei loro bambini e delle loro bambine.

I **percorsi di accompagnamento alla nascita** sono un'esperienza dedicata al sostegno dei genitori durante la gravidanza e nel periodo dopo la nascita.



**COME IN UNA VERA SPA!**

Un party super originale per bambine che potranno sperimentare le coccole di una vera Spa: coinvolte in un'atmosfera gioiosa e al tempo stesso familiare, nulla è lasciato al caso!

**Le Fate Chic**, propone diversi percorsi: Chic Bubbles, Marshmellow, Petit e Maman (un momento esclusivo per mamma e figlia). Ogni festa è caratterizzata da estrema cura e attenzione all'età, ai gusti e ai desideri della festeggiata. Gli inviti personalizzati e il servizio fotografico sono sempre inclusi.

[www.lefatechic.it](http://www.lefatechic.it)



# LET'S PARTY!

DALLA TORTA ALL'ALLESTIMENTO. IDEE SMART PER FESTE INDIMENTICABILI

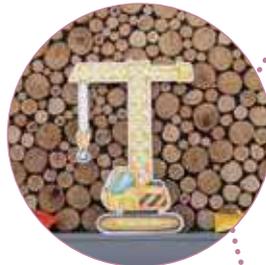
di Cecilia Zoppola

Avete voglia di organizzare una festa per qualche ricorrenza particolare? Volete rendere un compleanno unico o radunare un gruppo di amici semplicemente per il piacere di stare insieme? Noi vi proponiamo alcune realtà belle e originali, per creare un evento speciale!

**FESTA CON I CORNER GIOCO**

Diverse, e tutte bellissime, le proposte di **Kikolle Lab** per festeggiare il compleanno dei vostri bambini! Tra le novità, la Festa con Corner di Gioco: lo spazio viene organizzato come quello di un Playground, con angoli-gioco coordinati dal team di animatrici professioniste e con un intrattenimento modulato che accompagna i bambini alla scoperta di ciascun corner presente. Il party può essere tematizzato a seconda dei gusti preferiti dal festeggiato!

[www.kikollelab.com](http://www.kikollelab.com)



**INVITI E SCENOGRAFIE**

**Mondo Mombo** è uno studio di grafica e illustrazione che sviluppa da dieci anni progetti di ogni genere, mettendo a punto l'immagine coordinata per inviti, accessori e decorazioni.

In collaborazione con Francesca Ferrazzo di Framberry Events, realizza anche splendidi allestimenti per kids party, creando scenografie interattive che immergono i bambini in un universo fantastico.

[www.mondomombo.it](http://www.mondomombo.it)



MONDO MOMBO. FOTO: CLAUDIA CALA



### L'ARTE AL CENTRO DELLA FESTA



I laboratori di **Unconventionart Lab** vengono realizzati a domicilio o presso la location scelta dal festeggiato e includono tecniche espressive coinvolgenti come stencil, pittura fluorescente e lightpainting.

Per un'avventura multisensoriale vengono proposti: Fontana, Warhol, Munari, Basquiat... ma si possono scegliere anche altri artisti, per creare un laboratorio ad hoc e rendere quel giorno davvero speciale! Dai 4 ai 10 anni.

IG @unconventionart\_lab



### TORTE E FESTE A TEMA PASTICCERIA

Un piccolo laboratorio artigianale di pasticceria creativa, a due passi dall'Arco della Pace: da **Dolce Baking Lab** puoi trovare torte meravigliose dall'effetto "wow" e dal gusto delizioso, coloratissimi cupcakes, simpatici lollipop, biscotti personalizzati e tutto quello che serve per allestire una meravigliosa sweet table per i tuoi eventi! Qui potrai anche imparare a creare con le tue mani, attraverso i baking workshops (anche in inglese) o festeggiare il compleanno dei bambini con un laboratorio in piccoli gruppi!

[www.dolcebakinglab.com](http://www.dolcebakinglab.com)



### LA FESTA "DA GRANDI"



I bambini amano imitare "i grandi" e per questo, **Leo & Coco** propone una festa che offre l'occasione di vedersi all'ora dell'aperitivo: nel bellissimo spazio-gioco di via Elba viene così organizzata "una pizza tra amici", per poi rilassarsi davanti a un bel film con i popcorn. E a seguire? Il taglio della torta per festeggiare in compagnia!

I bambini saranno sotto la supervisione degli animatori, mentre i genitori potranno godersi la serata libera.

[www.leococo.it](http://www.leococo.it)



### FATTORIA DIDATTICA "NATURA IN GIOCO"

Festeggiare il compleanno in mezzo alla natura, con tante attività pensate per i più piccoli, è un'idea meravigliosa.



Da **La Robinia** è possibile organizzare la festa sia nel weekend, sia nei pomeriggi infrasettimanali. Si inizia con un giro della fattoria e dei suoi teneri animali, segue poi un laboratorio - a scelta tra quello del Formaggio, della Terra o del Bosco - e infine torta, regali e giochi insieme.

[www.larobinia.it](http://www.larobinia.it)



# @colazionemilanese

DOLCE E SALATO PER TUTTI I GUSTI

Non è una colazione, ma neanche un pranzo e unisce dolce salato, mettendo d'accordo proprio tutti. Di cosa parliamo? Ovviamente di brunch!

A Milano è brunch-mania e noi di @colazionemilanese ne abbiamo trovati 3 perfetti da provare nei weekend primaverili.



dolci al mascarpone

## Salt food atelier

IL BRITISH BRUNCH ALLA CARTA Salt Food Atelier, con le sue vibes scozzesi, è in pieno stile British. Menù alla carta super vario dal salato al dolce con tanti piattini anche da condividere. Eggs royale con salsa olandese tra le più buone provate fino a ora a Milano, ma anche piatti vegan in un ambiente curato e informale. Da non perdere i dolci come gli scones, tipici paninetti scozzesi, croccanti fuori e morbidi dentro, abbinati con crema al mascarpone e frutti rossi e il gelato al biscotto speziato.

Via Pier Lombardo, 23

## Nabi Bgood

BRUNCH CON OTTIMO RAPPORTO QUALITÀ-PREZZO

Da Nabi Bgood, in un'atmosfera super cozy, uno dei brunch con il miglior rapporto qualità-prezzo di Milano. Il menù a 18 euro include bevanda, un open toast a scelta, due sides (imperdibile l'hummus) e un dolce a scelta. Tantissime opzioni vegane e senza glutine, soprattutto per le torte davvero buone. Da non perdere la loro cheesecake ai mirtilli.

Via Cadore, 41



torte vegane



pasticcini e monoporzioni

## Hotel Principe di Savoia

BRUNCH A 5 STELLE

Location elegante e particolare, il Sunday brunch dell'hotel Principe di Savoia con musica dal vivo è aperto al pubblico ogni domenica e, più che un brunch, sembra un vero e proprio pranzo di Natale! 5 isole tra dolce e salato di altissima qualità, tra cui crudi di pesce, opzioni vegane e isola dolce con pasticcini e monoporzioni. Questo stratosferico menù brunch include anche un primo e un secondo piatto serviti direttamente al tavolo. Perfetto per un'occasione speciale.

Piazza della Repubblica, 17

# PESCE FRESCO, GIÀ PULITO, DIRETTAMENTE A CASA!

VI PRESENTIAMO *FISHMI*

Immaginate di scegliere online il pesce che desiderate cucinare e di avere qualcuno che va a comprarlo per voi al mercato ittico, quando arriva quello fresco di giornata, e ve lo consegna a casa, già pulito, pronto da cucinare! Con questa idea è nato *FishMi*: l'e-commerce che ti consegna in 48 ore il pesce fresco, garantendo qualità del prodotto e del trasporto refrigerato.

Sul sito trovate un'ampia varietà: tranci e filetti, pesci interi, crudi, crostacei, frutti di mare, polpi e calamari, ma anche le box Aperifish/Tris di Tartare/Tranci di mare.

«Siamo tre fratelli originari di Porto Recanati. La nostra Famiglia ha sempre avuto a che fare con il pesce e con il mare; tutt'oggi nostro nonno costruisce artigianalmente barche per piccola pesca.

*FishMi* è il nostro modo per portare avanti una tradizione familiare. Oltre alla passione, gli studi in economia e scienze gastronomiche ci hanno dato una grande spinta per realizzare questo progetto.»



## INFO

Province della Lombardia in cui è attivo il servizio: Milano e Monza, Bergamo, Pavia, Brescia, Varese, Cremona, Como, Lodi. Il servizio è attivo anche in altre province del nord Italia e a Roma.

Tutti i dettagli sul sito [www.fishmi.it](http://www.fishmi.it)

SCONTO  
FINO AL 31 LUGLIO

Inserisci il codice  
MILANOMOMS  
per avere il 10%  
di sconto  
sul primo acquisto.



Ampla scelta  
di pesce fresco,  
già pulito



Champions'  
Camp  
SINCE 2006



[www.championscamp.it](http://www.championscamp.it)

# NON TENERLO SEMPRE IN BRACCIO COSÌ LO VIZI!

## DI QUESTI E ALTRI EQUIVOCI SUL BISOGNO DI CONTATTO DEL NEONATO



**FRANCESCA PANIZZO**  
EDUCATRICE  
E MEDIATRICE FAMILIARE

Il contatto è una forma di comunicazione primordiale e, per i neonati, rappresenta un bisogno fondamentale. Dai primi istanti di vita, il contatto fisico con i genitori gioca un ruolo cruciale nello sviluppo emotivo, fisico e cognitivo del neonato.

Il piccolo ha vissuto quaranta settimane nella pancia della mamma: spazio accogliente e contenuto, rumori ovattati, il ritmo del battito cardiaco della mamma a rassicurarlo, nel calore del liquido amniotico.

Il neonato che viene letteralmente gettato nel mondo deve compiere un enorme sforzo per adattarsi ad un ambiente completamente diverso e il suo tentativo sarà quello di replicare il più possibile

il vissuto della vita intrauterina, almeno fino al completamento dei nove mesi successivi al parto, necessari per maturare un effettivo distacco dalla madre.

Il contatto pelle a pelle tra il neonato e i suoi genitori è uno dei modi più efficaci per stabilire un legame emotivo forte fin dai primi momenti di vita: non solo trasmette calore fisico, ma anche un senso di sicurezza e appartenenza. La vicinanza fisica stimola la produzione di ormoni del benessere, come l'ossitocina, sia nel neonato che nei genitori, contribuendo a rafforzare il legame affettivo reciproco.

Tenere il neonato tra le braccia, accarezzarlo e parlargli dolcemente lo calma e gli fa sentire che le sue esigenze

sono ascoltate e rispettate, contribuendo così ad uno sviluppo emotivo sano.

Portare in fascia è un altro modo per soddisfare il bisogno di contatto del neonato, inoltre, consente alla mamma di non gravare sulla propria schiena, già provata dalla gravidanza, e di poter svolgere altre attività.

Un'altra pratica efficace per fornire contatto fisico ai neonati e promuovere il loro benessere è il massaggio, i cui benefici sono molteplici: rilassamento, regolazione della temperatura corporea, miglioramento della circolazione sanguigna e della digestione, relazione nutriente tra genitori e neonato.

Il co-sleeping, ossia il dormire insieme al neonato, è diffuso in molte culture: facilita l'allattamento notturno, riduce il rischio di sindrome della morte improvvisa del neonato (SIDS), e favorisce, inoltre, un sonno più tranquillo e riposante per il neonato grazie alla presenza rassicurante dei genitori nelle vicinanze.

Durante l'allattamento, il cambio del pannolino o il bagnetto, è importante mantenere il contatto fisico e visivo con il neonato. Coccozzarlo, accarezzarlo e parlargli dolcemente durante questi momenti di cura lo fa sentire amato e protetto e contribuisce anche al suo sviluppo linguistico e cognitivo.

La disponibilità al contatto durante i primi mesi di vita può avere un impatto duraturo sul benessere del neonato e sul legame affettivo con i genitori: non si tratta di viziare ma di accogliere un bisogno primordiale e vitale del neonato.



### INFO

Tel. 347.371 1887  
percorsi@francescapanizzo.it  
www.francescapanizzo.it  
IG: @percorsi\_dazeroamillegioni

New Born



**La Chiocciola**  
tutto per bimbi e mamme



## il TUO negozio, prima e dopo il SUO arrivo

### 3 piani di prodotti e service point

Oltre 10.000 articoli delle migliori marche · area Green eventi & New Products · Baby SPA · Mamma Lounge con cuscini Boppy e scaldabiberon · area coffee break e relax · wi-fi gratuito in tutto il negozio

### Corner esclusivi delle migliori marche

Ampi spazi esclusivi e riforniti dedicati a Cybex, Inglesina, Stokke, Joolz

### Servizi personalizzati

Lista nascita e lista regalo · servizio Personal Shopper  
consulenza in videochiamata e ordini telefonici +39 345 2280233

acquista anche on-line su

**lachiocciolababy.it**



lachiocciolababy

📍 Varedo (MB)

Via Circonvallazione 16

☎ +39 0362 554368

✉ info@lachiocciolababy.it

🌐 lachiocciolababy.it



**DOTT. FABRIZIO CIRALLI**  
RESPONSABILE DI NEONATOLOGIA  
E PEDIATRIA DI  
HUMANITAS SAN PIO X

# FACCIAMO LA PAPPÀ!

## DUBBI E PERPLESSITÀ SULLO SVEZZAMENTO

di Laura Della Badia

Attorno allo **svezzamento** ci sono sempre molti dubbi e insicurezze. Starò facendo bene? Gli offro il mio cibo o è meglio una pappa tutta per sé? A tavola posso leggergli un libro? È giusto che metta le mani nel piatto?

Ne parliamo con il **dott. Fabrizio Ciralli**, responsabile di Neonatologia e Pediatria di Humanitas San Pio X.

### C'È SPESSE MOLTA CONFUSIONE QUANDO INIZIA LO SVEZZAMENTO, SOPRATTUTTO PERCHÉ OGGI I MODELLI DI RIFERIMENTO SONO PIÙ DI UNO. COME SCEGLIERE?

Il corretto *vademecum* del divezzamento dovrà essere concordato con il pediatra curante che darà indicazioni in merito alla scelta dello svezzamento tradizionale, dell'autodivezzamento o per quello vegetariano. Resta però importante sottolineare alcuni atteggiamenti che i genitori dovranno osservare per meglio facilitare l'introduzione dei cibi nuovi nell'alimentazione dei propri figli. Eccone alcuni:

- ▶ È bene lasciare che il bambino tocchi il cibo con le mani: questo atteggiamento è indicativo di un momento di esplorazione degli alimenti;
- ▶ Non forzare mai il bambino che rifiuta il cibo;
- ▶ Creare il "rituale" di porre il bambino sul seggiolone, senza distrazioni con cartoni animati al cellulare, al computer o alla televisione,
- ▶ Dare preferenza alla possibilità di mettere il bambino a tavola con i genitori in modo che possa percepire il piacevole momento della pappa;
- ▶ Variare spesso i cibi e i sapori per consentire un'adeguata esplorazione dei gusti.



### IN MERITO ALLA SCELTA SUL TIPO DI SVEZZAMENTO?

Come sottolinea il Ministero della Salute «Non esistono modalità e menù definiti per iniziare il divezzamento. Diversi modelli alimentari possono portare a soddisfare i fabbisogni nutrizionali del bambino tra 6 mesi e 3 anni. Va favorita l'interazione tra le preferenze della famiglia, le indicazioni del pediatra ed il contesto socio-culturale e tradizionale per aiutare il bambino a sviluppare il proprio gusto e le scelte alimentari personali nell'ottica di una alimentazione corretta».

### QUANDO INIZIARE?

#### TUTTI I BAMBINI SONO PRONTI ALLA STESSA ETÀ?

Il divezzamento può essere iniziato dopo il 4° mese di vita, meglio al 6° mese perché è necessario che il bambino presenti determinate caratteristiche:

- ▶ Sta seduto da solo
- ▶ Ha perso il riflesso di estrusione della lingua
- ▶ Mostra interesse per il cibo degli adulti
- ▶ Fa comprendere ai genitori quando ha fame (apre la bocca all'avvicinarsi del cucchiaino) e quando è sazio (chiude la bocca all'avvicinarsi del cucchiaino e gira la testa di lato).

### COSA SI INTENDE PER SVEZZAMENTO EQUILIBRATO?

In questi ultimi decenni c'è stato un progressivo aumento delle conoscenze sulla corretta alimentazione che hanno modificato l'approccio al divezzamento. Quando si parla di divezzamento equilibrato innanzitutto si intende garantire al bambino un corretto apporto proteico in termini di quantità e di tipo di alimento. In particolare le Società Scientifiche raccomandano un apporto proteico giornaliero di circa 15-20 grammi al giorno proponendo una corretta ed equilibrata rotazione dalla carne, pesce, legumi, parmigiano e uovo. Se quindi teniamo conto dei 14 pasti settimanali, ciascun alimento dovrà essere proposto non più di 3 volte a settimana.

### COSA BISOGNA INVECE EVITARE?

È necessario ricordare ai genitori di non proporre zuccheri aggiunti, per esempio le bevande dolcificate, le merendine, i biscotti confezionati, almeno fino ai 2 anni di età e successivamente minimizzarne al massimo l'assunzione. In particolare le bevande dolcificate dovrebbero essere, sempre, sostituite dall'acqua.

### COME REGOLARSI CON POSSIBILI ALLERGIE?

Se il bambino nei mesi antecedenti l'inizio del divezzamento non ha presentato segni e/o sintomi clinici sospetti di atopia è bene affrontare l'introduzione del cibo con massima tranquillità. Qualora invece siano presenti segni clinici (es. dermatite atopica), familiarità per allergie, è bene confrontarsi con il pediatra curante. Numerosi studi hanno comunque evidenziato che ritardare l'inserimento di alimenti potenzialmente allergizzanti non è consigliato perché un precoce inserimento sembra favorire una più precoce risposta immunitaria. Lo stesso concetto vale anche per l'introduzione del glutine nei casi di accertata familiarità per malattia celiaca.

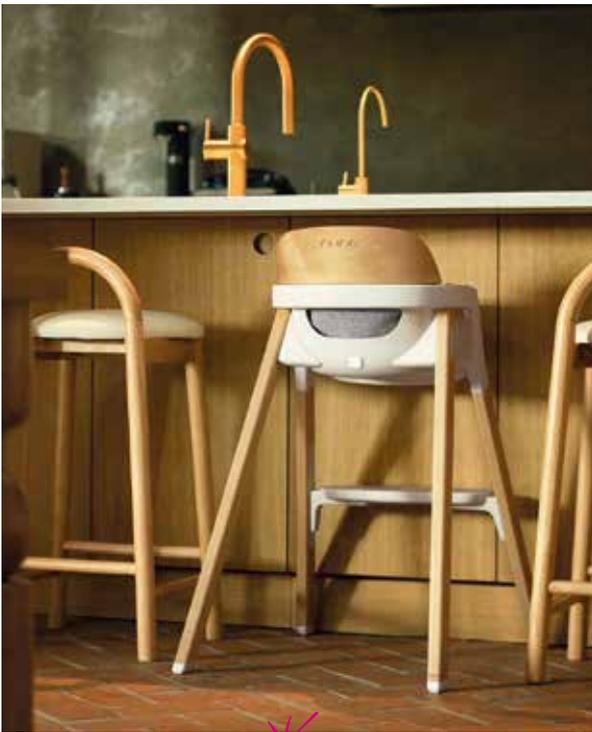
### HUMANITAS SAN PIO X

Per info e prenotazioni in regime privato: 02.69516951  
Humanitas San Pio X - Via Francesco Nava, 31  
www.humanitas-sanpiox.it

# DAI PASTI ALLA NANNA

MASSIMO COMFORT  
CON I PRODOTTI NUNA

Facilitare la vita dei genitori e garantire massimo comfort e sicurezza ai piccoli: il design Nuna è studiato per essere pratico e funzionale ma allo stesso tempo caratterizzato da un look elegante. Grande attenzione alla qualità dei materiali e agli standard di sicurezza, riconosciuta da certificazioni internazionali. In ogni momento della giornata, avrai a disposizione prodotti e accessori che ti aiuteranno nella tua vita da genitore!



## IL NUOVO SEGGIOLONE BRYN. DESIGN SENZA TEMPO

Linee pulite, caldi accenti legnosi, un design intuitivo e senza tempo, che non solo si adatta perfettamente alla tua casa ma ti permette di integrare il bambino nel cuore di ogni pranzo in famiglia: BRYN™ è il nuovo seggiolone di Nuna che riflette l'impegno a creare un ambiente accogliente per i piccoli, sia dal punto di vista funzionale che estetico. Montaggio facile e veloce, senza bisogno di attrezzi; superficie liscia per una pulizia senza stress, rivestimento della seduta lavabile in lavatrice, poggiatesta e vassoio regolabili, che seguono le fasi di crescita del bambino. Disponibile in due varianti colore: Heritage, dalle nuance più chiare e luminose, Sanderson, con tonalità più scure.



## LA SDRAIETTA CHE DURA NEL TEMPO. LEAF GROW

Non solo per neonati: Nuna Leaf Grow è la sdraietta che dura nel tempo, perché si adatta alla crescita e diventa la poltroncina dei bambini quando sono più grandi. **Fase 1 con cinture:** dalla nascita fino a quando il bambino può stare seduto in posizione eretta o può sollevarsi senza assistenza - fino a 9 kg. **Fase 2 senza cinture:** da utilizzare come poltroncina quando il bambino è in grado di camminare - fino a 60 kg. Il movimento si ispira al fluttuare di una foglia spinta dal vento, riproducendo un'oscillazione unica e senza motore. Momenti di relax per i piccoli e di meritato riposo per i genitori!

## IL LETTINO DA VIAGGIO (E NON SOLO). SENA AIRE

Si apre e si chiude in pochi secondi ed è caratterizzato dal particolare design dei pannelli Advanced Air™ che fornisce una ventilazione a 360° per il massimo flusso d'aria: il lettino da viaggio SENA aire di Nuna è studiato per garantire comfort e sicurezza ai piccoli. Il look elegante lo rende perfetto anche in casa, oltre che in viaggio. Adatto dalla nascita fino a 15 kg. Certificato GREENGUARD Gold.

## LA CERTIFICAZIONE DEI PRODOTTI NUNA

OEKO-TEX® prodotto privo di sostanze nocive e allergeniche

GOTS tessuti realizzati con fibre organiche

GREENGUARD Gold sulle emissioni chimiche

INFO

[www.nunababy.com](http://www.nunababy.com)

Milano Moms • 31

# LA VITAMINA D UN MICRONUTRIENTE NECESSARIO

L'IMPORTANZA PER LA SALUTE E LO SVILUPPO DEL NEONATO.

a cura della Dott.ssa Veronica Di Nardo

Sebbene madre natura abbia pensato a tutto ciò che è necessario per la vita e la salute del nuovo nato, le principali società scientifiche pediatriche consigliano la supplementazione di un prezioso micronutriente per la salute del neonato: **la vitamina D**, la cui integrazione è considerata sicura e valida.

La Vitamina D, ormone-vitamina fondamentale per la salute del sistema immunitario, per la crescita e lo sviluppo delle ossa e dei muscoli, viene prodotta a se-

guito dell'esposizione della pelle ai raggi solari, ma non sempre questo è possibile o comunque consigliato. Basti pensare che per i neonati di età inferiore ai 6 mesi si sconsiglia l'esposizione diretta ai raggi solari. La profilassi con vitamina D durante il primo anno di vita è, quindi, fondamentale per garantire livelli di vitamina D adeguati anche al fine di garantire uno sviluppo scheletrico ottimale. Pertanto, si raccomanda di supplementare la vitamina D sotto forma di integratore da assumere in gocce per via orale sin dal primo giorno di vita in tutti i neonati a prescindere al tipo di allattamento (al seno o in formula). La dose giornaliera

consigliata è di 400 UI per tutti i neonati a termine, mentre, per i nati pretermine, vengono stabilite le dosi in base alla specifica situazione. La forma chimica a maggiore biodisponibilità e con un alto profilo di sicurezza è il colecalciferolo. Una valida alleata per iniziare l'integrazione della vitamina D nei neonati è la Vitamina D liquida di Metagenics, un integratore alimentare a base di colecalciferolo in olio MCT (trigliceridi a catena media), la cui posologia consigliata è di 2 gocce al giorno.

**INFO**  
[www.veronicadinardo.it](http://www.veronicadinardo.it)



**DOTT.SSA VERONICA  
DI NARDO**  
BIOLOGA NUTRIZIONISTA,  
TEAM SCIENTIFICO METAGENICS



MILANO MOMS PER METAGENICS

New Born

# Rilassati, c'è MetaRelax®



MetaRelax® è una formula molto completa di magnesio adatta in situazioni di stress, stanchezza e tensione muscolare.

**Adatto in gravidanza ed allattamento**

Vuoi scoprire di più su MetaRelax®?  
Inquadra il codice QR!



# Design

DA BAMBINI  
A RAGAZZI: COME  
CAMBIA LA CAMERA

UN NUOVO  
E-COMMERCE  
PER ARREDARE



# Moda

LE TENDENZE DELLA  
PRIMAVERA



Nelle foto:  
Design: camera, Nidi.  
Moda: look bambina  
The Animals Observatory,  
cappello Nanán.

# MODA & DESIGN



1

2

3



4



5

# A LEZIONE DI BOTANICA

Abiti delicati, leggeri e svolazzanti arricchiti da bouquet di fiori colorati. Un caleidoscopio di nuance vivaci che sbocciano qua e là su balze, ruches e maniche a sbuffo. Sono un omaggio alle fioriture di primavera.

di *Ombretta Mottadelli*

1. Occhiali da sole con protezione UV 100%, **Molo**. [www.molo.com](http://www.molo.com) - 2. Sandali in nabuk con suola in sughero e gomma, **Il Gufo**. [www.ilgufo.com/it](http://www.ilgufo.com/it) - 3. Cerchietto in cotone Liberty, **Il Gufo**. [www.ilgufo.com/it](http://www.ilgufo.com/it) - 4. Blusa in cotone con zip posteriore invisibile, **Nanan**. [www.nanan.it](http://www.nanan.it) - 5. Abito in cotone jacquard, **Etro Kids**. [www.etro.com/it-it/bambino](http://www.etro.com/it-it/bambino) - 6. Cappello in paglia con fiori applicati, **Nanan**. [www.nanan.it](http://www.nanan.it) - 7. Abito in cotone organico, **Molo**. [www.molo.com](http://www.molo.com) - 8. T-shirt stampata, **Stella McCartney**. [www.stellamccartney.com](http://www.stellamccartney.com) - 9. Gonna in popeline di cotone e sangallo, **Marni**. [www.marni.com](http://www.marni.com) - 10. Borsa-valigetta con tracolla regolabile, **BONPOINT**. [www.bonpoint.com](http://www.bonpoint.com) - 11. Giacca impermeabile realizzata in collaborazione con Save The Duck e leggings, **The Animals Observatory**. [www.theanimalsobservatory.com](http://www.theanimalsobservatory.com) - 12. Gonna e t-shirt in cotone, **TRUSSARDI JUNIOR**.

6



8

7



9



12



11



10

PER LEI



# GIOVANI ESPLORATORI

Giacca sahariana, pantalone cargo color kaki e zaino in spalla. Ecco la divisa perfetta per gite fuori porta o avventure metropolitane. Per chi ama essere sempre in movimento.

di Ombretta Mottadelli

7

1. Giacca-camicia con stampa camouflage, **ASPESI**. [www.aspesi.com/it\\_it](http://www.aspesi.com/it_it) - 2. Orologio con cassa e cinturino in nylon riciclato, **MINIKYOMO X BOBO CHOSES**. [www.minikyomo.com](http://www.minikyomo.com) - 3. Occhiali da sole con lenti polarizzate, **Izipizi**. [www.izipizi.com/vv\\_it](http://www.izipizi.com/vv_it) - 4. Felpa in cotone con tasca applicata in popeline, **ASPESI**. [www.aspesi.com/it\\_it](http://www.aspesi.com/it_it) - 5. T-shirt in jersey di cotone, **Petit Bateau**. [www.petit-bateau.it](http://www.petit-bateau.it) - 6. Felpa, jeans e cappellino, **Petit Bateau**. [www.petit-bateau.it](http://www.petit-bateau.it) - 7. Camicia mimetica, t-shirt, pantaloni cargo in lino e cotone, cappellino in canvas e sandali in pelle, **BONPOINT**. [www.bonpoint.com](http://www.bonpoint.com) - 8. Zaino in tessuto riciclato, **Herschel**. [www.herschel.it](http://www.herschel.it) - 9. Maglia, pantaloni, bomber, zaino e scarpe da tennis, **Marni**. [www.marni.com](http://www.marni.com) - 10. Pantalone cargo in cotone, **Guess Kids**. [www.guess.eu/it-it](http://www.guess.eu/it-it) - 11. Cappello da pescatore, **Missoni Kids**. [www.missoni.com/it-it/kids](http://www.missoni.com/it-it/kids) - 12. Espadrillas in iuta, **Gioseppo Kids**. [www.gioseppo.com](http://www.gioseppo.com)

PER LUI

# Olivia è bambina



## SPAZI DA VIVERE IN LIBERTÀ

### LE SOLUZIONI NIDI CHE ACCOMPAGNANO LA CRESCITA DEI BAMBINI

Progettare soluzioni che con il passare del tempo siano in grado di trasformarsi facilmente, accompagnando bambini e ragazzi verso nuove fasi della vita: è il filo conduttore delle proposte Nidi, il brand del gruppo Battistella che dal 2013 si impegna per rendere la camera dei bambini un luogo stimolante, sicuro e rilassante. Tutti gli arredi sono scelti per rendere ogni stanza il miglior am-

biente possibile dove crescere, giocare, esplorare, studiare. Bellezza, ergonomia, sicurezza e funzionalità sono le caratteristiche con cui vengono progettati gli arredi per bambini e ragazzi. Il nuovo catalogo (scaricabile dal sito) rispecchia la filosofia del brand, improntata alla versatilità dei prodotti e alla possibilità di modificare la configurazione degli spazi con poche sostituzioni.



# Olivia è diventata grande



#### IL SISTEMA DI ARMADIATURA

Rimane invariato, si cambiano solo le maniglie (da pomoli in legno woody a maniglie Brick). Un plus importante di Nidi sono i dettagli di finiture e di personalizzazione che caratterizzano in maniera giocosa o più matura i complementi.



#### LA ZONA STUDIO

Dallo scrittoio Vanny e la sedia Pod, molto colorati, si passa ad un piano sagomato e ad una sedia Ava, più essenziali e comodi per lo studio che si fa sempre più impegnativo. La zona studio prende il posto della precedente zona letto.



#### IL LETTO HUG

Il letto Nuk, più infantile e piccolo, è stato sostituito con il letto Hug, più grande e dal gusto maturo e, con la crescita della bambina, è stato posizionato dove c'era la zona studio.



#### SI ELIMINANO I POUF

(giocosi e childish) e si mantiene il tappeto Matrix beige.



**LA STANZA, PUR CONSERVANDO LA STESSA PLANIMETRIA, È STATA ARREDATA IN BASE ALLE NUOVE ESIGENZE, RIVEDENDO LA DISPOSIZIONE DEGLI ARREDI E SOSTITUENDONE ALCUNI.**

[www.nidi.it](http://www.nidi.it)



*Organizza insieme a noi la tua vacanza in Liguria con i bambini!*

Su Riviera dei Bambini, il **club 100% ligure** dedicato al turismo a misura di bambino, puoi trovare tutte le informazioni necessarie per organizzare al meglio il tuo

soggiorno in Liguria. Riviera dei Bambini ti offre una vasta scelta tra hotel, residence, camping e spiagge delle più rinomate località delle riviere di Ponente.



Riviera dei Bambini consiglia

 **Hotel  
Medusa**  
★★★★  
Finale Ligure (Sv)

Family Hotel Medusa di Finale Ligure ti aspetta tutto l'anno a **pochi passi dal mare** e direttamente sulla passeggiata. Completamente ristrutturato.

**Per i bimbi:** Area giochi anti-trauma, Miniclub e Baby Kit per neonati.

**Per i grandi:** SPA e cucina eccellente a km0



# DEDICATO ALLA CASA

SCOPRITE IL NUOVO E-COMMERCE [DMORA.IT](https://www.dmora.it)



**CLAUDIA RUSSO**  
FONDATRICE DI DMORA



Un e-commerce che coniuga praticità e qualità con prezzi accessibili, puntando a rendere la casa un luogo in cui sentirsi bene. Ne parliamo con la fondatrice Claudia Russo che ci racconta perché è nato questo progetto!

## COME NASCE DMORA?

Per raccontarvi chi siamo, dobbiamo tornare indietro di qualche anno. Il progetto parte quando il resto del mondo si ferma: La pandemia Covid. Trovare "a quei tempi" una semplice scrivania sembrava un'impresa impossibile ma, spinti dalla nostra passione, abbiamo deciso di mettere online il nostro catalogo, per rendere l'arredamento funzionale e pratico alla portata di tutti!



## A CHI VI RIVOLGETE E PER QUALI ESIGENZE SPECIFICHE?

A tutti. Famiglie, giovani lavoratori, studenti fuori sede, proprietari di appartamenti Airbnb, locali ed attività, appassionati di arredo e non. Vivere gli spazi con funzionalità e praticità è la nostra missione ma anche la richiesta principale da parte dei nostri clienti navigatori, che desiderano organizzare casa in maniera semplice e con un costo abbordabile. L'idea è quella di rendere accoglienti e personali tutte le case, sia acquistate che in affitto senza però spendere un capitale. Ad oggi siamo riconosciuti per l'arredamento di tipo funzionale, che spazia dagli armadi e scarpriere ai mobili contenitori e pareti attrezzate. Avendo poi un design trasversale abbiamo anche rivisitato il concetto di studio/ufficio, sale d'aspetto e molte altre aree servizi. Insomma si rivolge a noi chi ha voglia di una ventata di novità in casa ma non vuole investire un capitale oppure chi ha davvero necessità specifiche come ad esempio quella di organizzare meglio gli spazi per ottimizzare le aree living. Ci piace sposare l'idea del "bello e possibile".

## COSA SI COMPRA SUL VOSTRO SITO?

Arredi e complementi indoor e outdoor. Cerchiamo di coprire tutte le esigenze dei singoli ambienti. Dalla zona living alla zona notte, non dimenticandoci però dell'anima della casa, la cucina, e degli spazi per i più piccoli, che vanno costruiti con occhio attento ma anche con lungimiranza dovuta alla progressione delle esigenze. Illuminazione e decorazione

poi vanno a impreziosire gli ambienti dando quel tocco personale che fa la differenza in una casa. Gli arredi con contenitore volti all'organizzazione (armadi, scarpriere, madie, librerie), i mobili di convivio (tavoli, sedie) e i quelli da relax (letti e divani) sono senza alcun dubbio i nostri punti di forza.

## CHI REALIZZA I PRODOTTI?

I prodotti sono tutti a marchio *Dmora* e più della metà delle varie collezioni è sviluppata in Italia. Il resto è comunque made in Europe. Non è solo una scelta affettiva ma anche strategica: vogliamo rimanere fedeli a gusti ed esigenze che sentiamo più vicini e garantire tempistiche di consegna competitive.

## AVETE UNA SEZIONE KIDS. COME L'AVETE STRUTTURATA?

Abbiamo pensato alla zona notte kids per uno, due o più bambini. Anche qui l'elemento principe è l'organizzazione degli spazi con un occhio al gioco e uno all'ordine. Ci affidiamo molto a quello che oggi viene definito "minimalismo estetico", volto ad avere poche cose e godere gli ambienti senza doverli continuamente metterli in ordine in ogni momento della giornata.

## COSA È PER VOI LA "CASA"?

Noi la intendiamo come il luogo sicuro e in cui sentirsi a proprio agio. Oggi però l'attualità ci racconta storie anche diverse. Tantissimi femminicidi e violenze avvengono proprio in casa e nel luogo in cui maggiormente potremmo e dovremmo metterci a nudo. Così abbiamo deciso di fare eco all'encomiabile lavoro di Pangea (associazione che tra le altre cose si occupa di proteggere assistere e ricollocare donne vittime di violenza), rivendendo tutte le nostre etichette al cui interno abbiamo inserito i numeri dei centri antiviolenza e di supporto attivo. Le nostre etichette si sono tinte di rosa e abbiamo provato a far arrivare il messaggio direttamente a casa. Il grosso del lavoro ovviamente lo fa Pangea, noi ci limitiamo a diffondere gli strumenti volti a trovare una scappatoia, e facciamo ovviamente da passaparola al loro operato. Questo perché riteniamo che la casa debba rimanere quel luogo bello e protetto che tutti noi abbiamo in testa e nel cuore.

**SCOPRITE  
L'E-COMMERCE DMORA,  
GLI ARREDI  
E COMPLEMENTI  
INDOOR  
E OUTDOOR!  
SOLUZIONI ATTENTE  
ALLE ESIGENZE  
DELLE FAMIGLIE.  
[www.dmora.it](https://www.dmora.it)**



# WELCOMED >>

Siamo un centro medico specializzato in bambini, adolescenti e famiglie. Equipe specializzate nell'età evolutiva e una vasta gamma di servizi: accompagniamo le famiglie attraverso ogni fase della crescita.

Il nostro team lavora per garantire un percorso terapeutico e riabilitativo personalizzato. L'iniziativa Visita Sospesa® ci permette di reinvestire gli utili, offrendo prestazioni sanitarie alle fasce più deboli. Welcomed è più di un poliambulatorio. È l'impegno a fornire cure di qualità, supporto e assistenza alle cure.



Scopri tutte le prestazioni su [www.centrowelcomed.it](http://www.centrowelcomed.it)



Supporto psicologico adulti e minori



Servizi di potenziamento e supporto allo studio



Medicina



Corsi di disostruzione pediatrica e tagli sicuri



Diagnosi, certificazione e riabilitazione Disturbi Specifici dell'Apprendimento (DSA)

Via degli Olivetani, 2A  
Via Lazzaro Papi, 20 – Via Lodovico Muratori, 32



**Welcomed**  
IL CENTRO PER LE FAMIGLIE, TUTTE.

02 8426 8020 — [www.centrowelcomed.it](http://www.centrowelcomed.it)  
[info@centrowelcomed.it](mailto:info@centrowelcomed.it)

## SUMMER CAMP

DAI 6 AI 13 ANNI

DAL

10 GIUGNO

AL

26 LUGLIO

## CALENDARIO 2024

10 – 14 GIUGNO 1° SETTIMANA  
17 – 21 GIUGNO 2° SETTIMANA  
24 – 28 GIUGNO 3° SETTIMANA

01 – 05 LUGLIO 4° SETTIMANA\*  
08 – 12 LUGLIO 5° SETTIMANA\*  
15 – 19 LUGLIO 6° SETTIMANA\*  
22 – 26 LUGLIO 7° SETTIMANA\*

\*NELLE SETTIMANE DI LUGLIO, SU RICHIESTA, SARÀ POSSIBILE ACCOGLIERE BAMBINI DI ETÀ INFERIORE AI 6 ANNI



ALZAIA NAVIGLIO GRANDE, 146-20144 MILANO



02 48951494



[SEGRETERIAOLONA@OLONA1894.IT](mailto:SEGRETERIAOLONA@OLONA1894.IT)



[WWW.OLONA1894.IT](http://WWW.OLONA1894.IT)



# MEMO PER L'ESTATE:



NON DIMENTICARE CHE  
**VELA È**

Gli istruttori e gli animatori di Utopia scuola di vela, vi aspettano tutta l'estate per i Corsi di vela residenziali dedicati a: bambini e bambine dagli 8 ai 13 anni, ragazzi e ragazze dai 14 ai 17 anni, giovani adulti dai 18 ai 25 anni ed adulti di ogni età.

Corsi alla Base di Cavo: Derive, Windsurf, Wing, perché tutti possono provare la 'vela che vola'.

Crociere su cabinati nell'Arcipelago toscano da veri navigatori.

Dove? All'Isola d'Elba, a soli 15 minuti di nave da Piombino Marittima.

Utopia, scuola di vela da 47 anni

Maggiori informazioni:

[www.utopiascuolavela.eu](http://www.utopiascuolavela.eu)

+39 02 2804 0100

[info@utopiascuolavela.eu](mailto:info@utopiascuolavela.eu)

DIVERTIMENTO  
E PASSIONE  
UNO SPORT CHE VA  
OLTRE LO SPORT  
SOCIALIZZAZIONE  
E AVVENTURA  
CONOSCERSI  
SEMPRE DI PIÙ  
UNA OCCASIONE  
CHE TUTTI  
POSSONO PROVARE  
DA VIVERE IN  
PRIMA PERSONA  
SILENZIO  
VELOCITÀ  
ADRENALINA  
LIBERTÀ  
UN SOGNO  
CHE SI REALIZZA  
METAFORA  
DELLA VITA  
AMARE IL MARE  
E L'AMBIENTE  
NATURALE  
MUOVERSI SENZA  
FARE RUMORE  
ANCHE RISALIRE  
IL VENTO!



TRENTINO ALTO ADIGE  
TRA ESCURSIONI  
ED EVENTI

A LIVIGNO CON TUTTA  
LA FAMIGLIA

AL MARE, LIGURIA  
FAMILY FRIENDLY

OUTSIDE THE CITY

PER WEEKEND E VACANZE: IN MONTAGNA IN TRENTINO ALTO ADIGE E A LIVIGNO. A FINALE LIGURE IL MEDUSA HOTEL



**VAL PUSTERIA.**  
MALGHE, PASSEGGIATE, PARCHI  
AVVENTURA

**Maranza e Valles** sono i punti di partenza perfetti per esplorare il territorio con i bambini, perché gli impianti di risalita vi portano comodamente ad alta quota. Ad esempio, potreste fare un'escursione alla **Malga Fane**, oppure dirigervi verso due divertenti parchi avventura: il **Parco del Sole**, con attrazioni e giochi a tema; il **Parco Avventura Jochtal**, lungo il cui percorso vi aspettano una fattoria didattica, un parco acquatico, una parete d'arrampicata a forma di cervo!

Dove alloggiare:  
Familien Hotel Huber, [www.hotelhuber.com](http://www.hotelhuber.com)



# PAESAGGI, RELAX, GASTRONOMIA

## LE ATTIVITÀ DA NON PERDERE IN ALTO ADIGE

di Laura Della Badia

Un territorio con una spiccata vocazione turistica per le famiglie, in cui la natura è protagonista. Sentieri, parchi, malghe, festival. Vi portiamo alla scoperta delle attrazioni da non perdere in primavera ed estate!



**CHIUSA.**  
ALPEGGI, CASCATE  
E UN PITTORESCO CENTRO STORICO

Piacevoli passeggiate, piatti tipici delle malghe, vini bianchi eccellenti: sono questi gli ingredienti giusti per un'estate tra le montagne di **Chiusa (Klausen)** e dintorni. Nelle immediate vicinanze di Chiusa sorge l'**Alpe di Villandro**, uno degli alpeggi più belli d'Europa, ricco di sentieri, tra i 1.700 e i 2.500 metri d'altezza, cammini e rifugi adatti a tutta la famiglia. Chi desidera assistere a un emozionante spettacolo della natura può ammirare le splendide **Cascate di Barbiano**, che scendono dal Corno del Renon. Il centro storico di Chiusa è un concentrato di piccoli negozietti di prodotti tipici e sabato 25 maggio, riflettori puntati sul **Festival del Vino Bianco**, il percorso enogastronomico dedicato agli eccellenti bianchi locali.

Dove alloggiare:  
IN UN MASO: Oberfallerhof a Barbiano  
[www.oberfallerhof.it/](http://www.oberfallerhof.it/)

IN UN AGRITURISMO: Hinterscholerhof a Chiusa  
[www.hinterscholerhof.com](http://www.hinterscholerhof.com)  
PER APPROFONDIMENTI: [www.klausen.it](http://www.klausen.it)



**BOLZANO.**

FIORI, DEGUSTAZIONI, VISITE GUIDATE

> **Fino al 1° maggio, "Bolzano In Fiore Arte"**:

percorsi tra natura e arte, cultura e tradizione. Installazioni artistiche e suggestive decorazioni creeranno oasi originali e variopinte, insieme a spettacoli di danza, musica e teatro.

> **In primavera** inizia inoltre il fitto programma di visite guidate organizzate dall'Azienda di Soggiorno, alla scoperta dei quartieri, palazzi, bellissime chiese, musei.

> **Speck safari** è la visita guidata del centro storico, proposta in collaborazione con il Consorzio Tutela Speck Alto Adige, abbinata ad una degustazione di Speck Alto Adige IGP.

[www.bolzano-bozen.it](http://www.bolzano-bozen.it)

Dove alloggiare: Park Hotel Laurin, [www.laurin.it](http://www.laurin.it);

Hotel Città [www.hotel-citta.com](http://www.hotel-citta.com);

La Briosa [www.la-briosa.it](http://www.la-briosa.it)



**TRA SAN VIGILIO E SAN MARTINO.**  
PERCORSI FACILI E TANTE AREE GIOCO

San Vigilio di Marebbe e San Martino in Badia offrono tante attrazioni per le famiglie:

> **Owl Park San Vigilio**: più di 80 rapaci tra gufi, civette ed allocchi. Accompagnati da una guida esperta, scoprirete tante curiosità sulla vita di questi animali.

> **Ciamaor**: una spiaggetta lambita dal torrente San Vigilio. A piedi nudi sulla sabbia, circondati dal paesaggio dolomitico, si gioca con l'acqua e si modella la sabbia.

> **Tru dles Liondes (camminata delle leggende)**: percorso adatto anche al passeggino, lungo il quale si scoprono le incredibili leggende del misterioso Regno del Fanes.

> **Tru Vistles**: questo percorso attira per i numerosi giochi, ogni sosta è un momento divertente per arrampicarsi e scavalcare ostacoli

Dove alloggiare: Aqua Bad Cortina, [www.aquabadcortina.it](http://www.aquabadcortina.it)



**VAL RIDANNA.**

ESCURSIONI TRA LE CAScate

Il comune di Racines, in Val Ridanna, è un punto di partenza perfetto per esplorare il territorio. Vi segnaliamo alcune mete da non perdere:

> **La Gola e le cascate Burkhard a Ridanna**. Il percorso (45 minuti) offre tanti scorci panoramici. Attraversando i numerosi ponti è impossibile non lasciarsi affascinare dalle rigogliose cascate.

> **Le cascate Stanghe**: scavate nel puro marmo bianco, possono essere raggiunte tramite un sentiero pedonale lungo il quale rimarrete incantati dalle numerose cascate. La camminata dura circa un'ora ed è adatta anche ai bambini.

> **Vipiteno** è la città più settentrionale d'Italia. Le sue vie medioevali, i palazzi storici e le case colorate creano un'atmosfera unica e pittoresca da non perdere.

Dove alloggiare: Al Family Spa Resort Schneeberg, [www.schneeberg.it](http://www.schneeberg.it)





**TIROLO.**  
SENTIERI TEMATICI  
ED EVENTI ESTIVI

Adagiata su una collina panoramica sopra la città di Merano, la graziosa località è considerata la terrazza soleggiata dell'Alto Adige. A **Tirolo** si dirama una rete di sentieri lunga 70 km, con diversi itinerari a tema, tra cui il sentiero delle mele o del vino, il sentiero culturale o panoramico, che invitano a cimentarsi in bellissime escursioni. In estate ci sarà il **Festival d'arte di strada** il 10 giugno alle ore 20 con clown, giocolieri, acrobati; da non perdere le **Serate a Castel Tirolo**, dal 20 giugno al 18 luglio, con gruppi ed ensembles musicali che attraversano la musica nel tempo e nei luoghi.

**Dove alloggiare:** una vasta scelta sul sito [www.merano-suedtirol.it/tirolo/hotel-alloggi](http://www.merano-suedtirol.it/tirolo/hotel-alloggi)



**MERANO.**

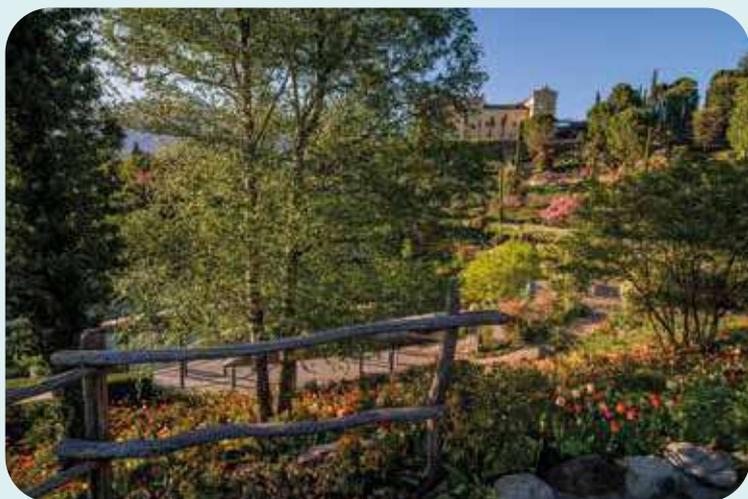
**I GIARDINI DI CASTEL TRAUTTMANSDORFF**

Suddivisi in quattro aree tematiche, i **Giardini di Castel Trauttmansdorff** presentano, su una superficie di 12 ettari, più di 80 paesaggi botanici con piante da tutto il mondo.

La loro posizione panoramica è unica: a forma di anfiteatro naturale, aprono a ogni passo affascinanti prospettive panoramiche sulle montagne circostanti. La nuova stagione, inaugurata il 29 marzo, ha un ricco programma di eventi.

Tutte le informazioni sul sito [www.trauttmansdorff.it](http://www.trauttmansdorff.it).

**Dove alloggiare:** una vasta scelta sul sito [www.merano-suedtirol.it/merano](http://www.merano-suedtirol.it/merano)



**NELLA REGIONE DI LANA.**  
UNA MAPPA PER LE FAMIGLIE

**Lana**, insieme ai paesi limitrofi di **Cermes, Pavigolo, Postal, Monte San Vigilio, Foiana e Gargazzone**, si trova in una zona soleggiata dell'Alto Adige in cui la flora mediterranea si unisce con quella alpina. La regione offre molte attività e iniziative per famiglie con bambini. Per la primavera 2024, presso la sede dell'Associazione turistica di Lana potrete ritirare una mappa dove sono raccontati i tantissimi punti di interesse, dedicati proprio alle famiglie. Qualche esempio? Il **Mondo delle Orchidee**, un **parco interattivo** che simula una foresta esotica all'interno di una grande serra con piante; la Piscina Naturale di Gargazzone; il Museo della frutticoltura e tanto altro!

**Dove alloggiare:** Hotel Schwarzschnmied, [www.schwarzschnmied.com](http://www.schwarzschnmied.com)  
Hotel e Appartamenti Tiefenbrunn, [www.tiefenbrunn.it](http://www.tiefenbrunn.it),  
Agriturismo Greitherof (sul sito [www.gallorosso.it](http://www.gallorosso.it))





*touring* 

Bambini felici... Genitori rilassati!

# Family Hotel a Livigno

...A un passo da tutto!



Pranzo e cena,  
creperia  
e aperitivi



Ristorante tipico,  
con kids area



Wellness & relax  
e piscina per  
bambini



Miniclub  
dai 3 anni  
con animatrice

Seguici sui social:



hoteltouringlivigno

*touring* 



Info

Via Plan, 117,  
23041 Livigno SO  
T. +39 0342 996131  
[www.touringlivigno.com](http://www.touringlivigno.com)

# IN VAL DI SOLE

RELAX IN HOTEL, TANTE ATTIVITÀ OUTDOOR

A Dimaro Folgarida in Trentino, in posizione ideale per raggiungere i luoghi più affascinanti della Val di Sole, l'**Alpholiday Dolomiti** è il punto di partenza per esplorare un territorio ricco di attività per le famiglie, ai piedi delle **Dolomiti di Brenta** e a pochi chilometri dal Parco Nazionale dello Stelvio. Dall'hotel sarà facile raggiungere **Madonna di Campiglio**, il **Passo del Tonale** e le **valli laterali di Rabbi e Peio** per vivere emozioni uniche. Abbiamo selezionato per voi alcune delle attività proposte dall'hotel, perfette per un soggiorno primaverile ed estivo con i bambini.



## FATTORIA DIDATTICA VALTRESIN

La fattoria si trova a 1,5 km dall'Hotel raggiungibile direttamente in auto. Anna, la titolare dell'azienda agricola, alleva mucche, galline, conigli, caprette ed una bellissima asinella. I bambini potranno raccogliere l'erba ed il fieno per gli animali. Immersi nel verde, seduti sotto un gazebo, verrà spiegata la trasformazione del burro, una bellissima esperienza per grandi e piccini. Si possono acquistare succhi, confetture e sciroppi prodotti in loco. Nel paese di Pellizzano si trova un bellissimo parco giochi e da lì si può raggiungere (circa 3 km) il lago dei Caprioli, meta perfetta per una gita con tutta la famiglia.



## MUSEO DELL'APE "MMAPE"

È un piccolo museo che introduce i visitatori al meraviglioso mondo delle api e alla cultura del miele attraverso un'esperienza interattiva. Si trova a circa 3 km dall'hotel ed è raggiungibile in auto, con il trenino, per la felicità dei bambini, oppure attraverso la ciclabile, adatta anche ai passeggini. All'interno del museo si può sperimentare un affascinante viaggio sensoriale alla scoperta delle api e degustare il miele.

Nelle vicinanze, si trovano dei laghetti e un'area picnic.

## ALPHOLIDAY DOLOMITI

Via Campiglio, 4 - Dimaro Folgarida (TN)  
Tel. 0463973330  
www.alpholiday.it



## MALGA RITORTO, MADONNA DI CAMPIGLIO

Raggiungibile in auto, 20 minuti dall'hotel, in località Patascoss per poi proseguire per 2 km su strada asfaltata con un percorso in mezzo al bosco.

Raggiunta la malga sarete in un incredibile punto panoramico. Mucche, galline e caprette fanno la felicità dei bambini! Si possono acquistare formaggi e salumi.



## RELAX ALL'ALPHOLIDAY DOLOMITI

- > Baby Club Nido 0-36 mesi, Miniclub, Junior Club
- > Centro Benessere Aqua Salus Spa & Beauty
- > 3 Piscine
- > Parco acquatico per i bambini
- > Camere e suite familiari, insonorizzate
- > Cucina stagionale, anche con prodotti del territorio
- > Menù bimbi e pappe per i neonati.



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

# MUSEI, PERCORSI SENSORIALI, NATURA

A CONTATTO CON LA SCIENZA,  
TRA LE MONTAGNE DEL TRENINO

di Francesca Zardin

Il meraviglioso Trentino evoca immediatamente passeggiate nella natura, sci e cibo delizioso, ma da buona naturalista ve lo presento sotto una luce inedita perchè tra montagne e valli brillano tantissimi poli museali scientifici che possono arricchire una vacanza in modo indimenticabile.

esperienze uniche immersi in 110mila mq di verde: nutrire le testuggini al tartarugario, visitare la serra delle piante-sasso, partecipare al lab nell'area test per i metodi geofisici e scoprire l'apiario! Infine con l'estate riaprirà il sito dei **Lavini di Marco sul monte Zugna**, dove si può camminare in mezzo a vere **orme fossili di dinosauri** del Giurassico. Consigliatissimo prenotare i lab e le guide.

[www.fondazionemcr.it](http://www.fondazionemcr.it)

## ► TRENTO.

Ha da poco festeggiato 11 anni il **MUSE (Museo delle Scienze)**, il museo di vetro progettato da Renzo Piano per raccontare la montagna. Attorno ad un grande spazio interno (Big Void, con gli animali alpini sospesi come in volo), si snodano 6 piani dedicati alla conoscenza e alla natura. Con un'esposizione moderna e immediata, aiutati dai pilot, le guide museali pronte a rispondere ad ogni domanda, si può percorrere il labirinto della biodiversità, ammirare l'acquario tropicale, toccare un gelido ghiacciaio e giocare con la fisica nella

palestra della scienza. Inoltre ben due spazi accoglieranno i visitatori 0-5 anni per un **percorso sensoriale** dedicato allo stupore, mentre all'esterno il biotipo del laghetto sarà il luogo ideale per ammirare le piante acquatiche rare. E per chi ama le stelle, **la terrazza delle stelle**, a Viote del monte Bondone, propone serate di osservazione in quota grazie all'avveniristico osservatorio con cupola in acciaio lucidato, dove il paesaggio e il cielo si riflettono giorno e notte lontano dalla luce della città. Abbinare l'esperienza ad una visita all'orto botanico alpino lì accanto.

[www.muse.it](http://www.muse.it)



## ► ROVERETO.

Famosissima per il suo **MART Museo Arte Moderna e Contemporanea**, sta vivendo un fiorire di nuove location dedicate alla scienza per il pubblico. Nel rinnovato **Museo Civico di Scienze** e Archeologia è la narrazione che conta. Le ricche collezioni infatti vengono presentate in modo fruibile e interattivo con video ed exhibit moderni, rendendo lo spazio bello e accessibile a tutti. C'è l'imbarazzo della scelta tra le nuove sale di paleontologia e mineralogia, o il planetario con un sistema solare immersivo per un viaggio alla scoperta dell'universo. Da marzo a fine giugno inoltre ospiterà la mostra **"Mimetismi"** dedicata ai sorprendenti adattamenti che gli animali mettono in atto per imitare la natura. Nel Bosco della città si trova **SperimentArea** la cittadella della ricerca, che permette, previa prenotazione,



## ► ALLA TORBIERA.

Alla **torbiera di Fivè** è allestita un'area suggestiva, che permette di vedere i resti originali del **villaggio palafitticolo preistorico**, ma anche di poter visitare il parco con la ricostruzione di 5 palafitte, per conoscere il modo di vivere dei suoi abitanti di 3.500 anni fa. Completa la visita il Museo delle palafitte con reperti e ricostruzioni.

[www.cultura.trentino.it/Luoghi/Tutti-i-luoghi-della-cultura/Aree-archeologiche/Parco-Archeo-Natura-di-Five](http://www.cultura.trentino.it/Luoghi/Tutti-i-luoghi-della-cultura/Aree-archeologiche/Parco-Archeo-Natura-di-Five)

OUTSIDE THE CITY | IN MONTAGNA

## FAMILY HOTEL A LIVIGNO

RELAX E DIVERTIMENTO PER TUTTA LA FAMIGLIA

Livigno, incastonata tra le maestose vette delle Alpi, è una destinazione ricca di fascino: paradiso per gli amanti degli sport invernali nella stagione fredda, vibrante in estate con i suoi prati verdeggianti e i laghi cristallini. Un luogo ideale dove soggiornare è il centralissimo **Hotel Touring** che rappresenta l'essenza stessa della vacanza in famiglia, offrendo numerosi servizi su misura per soddisfare le esigenze



la camera  
dei bimbi

ze di grandi e piccini. Ogni camera è progettata per offrire **comfort e relax**: la **Family**, comoda e accogliente, la **Suite**, con spazi separati per genitori e bimbi e la **Kids**, appositamente ideata pensando ai più piccoli. Il ristorante propone sia la deliziosa **cucina valtellinese**, sia pizze gustose. L'elegante piscina interna, con zone idromassaggio e cascate d'acqua, offre un'esperienza di benessere per tutta la famiglia. Non mancano la **Spa dotata di sauna, bagno turco e docce emozionali, un centro massaggi e una palestra attrezzata**. Il divertimento per i bambini è assicurato con le attività organizzate dagli animatori. Inoltre, i bambini troveranno un'ampia area giochi, un campo da calcio indoor e un favoloso **Spray Park in piscina**, dove potranno giocare senza alcun pericolo tra scivoli e pistole d'acqua.



A disposizione degli ospiti:

- > **IN CAMERA**: culla, lettino da viaggio, sponde per letto singolo, scaldabiberon, vaschetta per il bagnetto (su richiesta)
- > **AL RISTORANTE**: seggiolone, mise en place dedicata, menù su misura per bambini ad orari flessibili, preparazione di pappe per i più piccoli
- > **NOLEGGIO GRATUITO** di passeggini (numero limitato)
- > **PARCHEGGIO** al coperto gratuito
- > **MINI CLUB** (dalle ore 16 alle 22 tutti i giorni eccetto il Sabato).

### HOTEL TOURING LIVIGNO

Via Plan, 117 - 23030 Livigno (SO)  
Tel. 0342.996131  
info@touringlivigno.com  
www.touringlivigno.com

INFORMAZIONE PUBBLICITARIA

CRESCENDO IN MUSICA

2023 24

# LE AVVENTURE DI DON CHISCIOTTE E SANCHO PANZA

in collaborazione con  
Espressione Danza e  
Civica Scuola di Teatro  
Paolo Grassi



ORCHESTRA SINFONICA DI MILANO  
BENEDIKT SAUER Direttore

Un cavaliere senza macchia pronto ad affrontare il più pericoloso dei nemici per difendere onore e amore; un servitore fedele pronto a lanciarsi in battaglia in sella al suo asinello; un amore forte e potente come la vita. Una storia indimenticabile dove l'amore trionferà!

04.05

ore 16.00 | Auditorium di Milano

SCOPRI TUTTI I DETTAGLI SU  
SINFONICADIMILANO.ORG

ILARIA FELTER e FLAVIO INNOCENTI Attori  
CALOGERO SCALICI Progetto e Regia  
CAMILLA MEREGALLI Coreografie e Regia balletto

 ORCHESTRA  
SINFONICA  
DI MILANO



# YES! *City* SUMMER CAMP 2024



10 GIUGNO - 19 LUGLIO

26 AGOSTO - 6 SETTEMBRE



- DIVERTIMENTO PURO IN INGLESE E NELLE PRINCIPALI LINGUE STRANIERE
- GITE IN FATTORIA, ORTO BOTANICO, PISCINA, IDROSCALO E TANTO ALTRO
- KIT YES! CON CAPPELLINO, ZAINETTO, T-SHIRT, BORRACCIA E ASSICURAZIONE



**CHILDREN 6-11 ANNI**    **JUNIOR 11-15 ANNI**

PER PROGRAMMI, COSTI E ULTERIORI DETTAGLI, INQUADRA IL QR CODE.



SFRUTTA IL CODICE MOMS24

### LE NOSTRE SCUOLE

- via G. Pacini 39, Milano Lambrate  
 02 97 10 24 73    329 87 58 327
- via M. Aurelio 8, Milano Pasteur  
 02 97 10 24 73    329 87 58 327
- via C. Colombo 6/c, Melzo (MI)  
 02 39 46 40 85    346 54 62 130

**CORSI DI LINGUE PER BAMBINI, RAGAZZI, ADULTI E AZIENDE.**

Numero Verde  
**800 199 356**

[www.youenglishschool.it](http://www.youenglishschool.it)



# LIGURIA, A MISURA DI FAMIGLIA!

NEL CUORE DI FINALE LIGURIA, IL FAMILY & BIKE HOTEL MEDUSA

Family & Bike Hotel Medusa è la meta ideale per un soggiorno al mare a poche ore da Milano, per un weekend o una vacanza all'insegna del relax e del divertimento in famiglia.

Nel cuore di Finale Ligure, proprio di fronte alla passeggiata e alla spiaggia, in un palazzo del Seicento completamente ristrutturato, l'hotel è stato recentemente ristrutturato, con grande attenzione ai dettagli, anche perché il titolare Andrea, oltre ad essere albergatore è anche architetto. Andrea e la sua famiglia gestiscono l'hotel da generazioni, dando sempre priorità all'accoglienza e al benessere degli ospiti. La varietà di servizi offerti, le diverse tipologie di sistemazione (camere triple, familiari, suites, appartamenti) consentono di soddisfare le esigenze di



ciascuno, garantendo così di poter vivere la vacanza perfetta.

Per le famiglie l'Hotel Medusa è attrezzatissimo, compresi i bebè: oltre alle Family Room, c'è addirittura una stanza delle pappe con microonde e frigorifero a disposizione delle mamme.

Non manca il Mini Club con l'animazione e ogni giorno per i bimbi una Super Merenda! All'ora dei pasti i bambini troveranno le tavole allestite in modo colorato con stoviglie, posate e seggiole pensate appositamente per loro.

Il ristorante, guidato da Chef Frediano, seleziona solo ingredienti di alta qualità e possibilmente provenienti dal territorio: il basilico dell'entroterra e l'aglio di Vesalico, il pesto, il pesce del mar Ligure e la carne di qualità fornita da allevamenti piemontesi.

Di fronte all'hotel c'è una spiaggia convenzionata con piscine per i più piccoli ed essendo Finale Ligure la capitale dell'outdoor, grazie alle Medusa Experience gli ospiti potranno godersi il finalese dal mare ai monti. Tour in barca a vela, MTB, arrampicata, trekking e lezioni in

**Su Riviera dei Bambini, il club 100% ligure dedicato al turismo a misura di bambino, puoi trovare tutte le informazioni necessarie per organizzare al meglio il tuo soggiorno in Liguria.**



MTB anche per i più piccoli sono solo alcune delle attività proposte.

Coccolati nella SPA dopo una giornata in spiaggia o un bike tour nei sentieri del finalese: bagno turco, idromassaggio, bagni emozionali e soprattutto un massaggio su misura. L'Hotel Medusa è un'oasi di comfort e relax che incanta i suoi ospiti con un'atmosfera accogliente, elegante ma informale, servizi impeccabili e una posizione invidiabile.

**HOTEL MEDUSA**  
Vico Bricchieri, 7  
Tel. 019.692545  
www.medusahotel.it



Inglese per  
bambini e ragazzi

Più sorrisi.  
Più fiducia.  
Progressi reali.



Scopri i nostri  
corsi a Milano

[www.britishcouncil.it](http://www.britishcouncil.it)



**La Chiocciola**  
*tutto per bimbi e mamme*  
lachiocciolababy.it

## Sta arrivando...

Niente può prepararti alle emozioni che proverai quando sarò tra le tue braccia, ma puoi preparare tutto il resto con la nostra

# LISTA NASCITA

### COME FUNZIONA?

#### 1. effettua il login o registrati

Una volta registrato potrai gestire in ogni momento la tua lista regalo vedendo i prodotti inseriti, quelli già regalati e le dediche dei tuoi amici e parenti.

#### 2. aggiungi i prodotti alla tua lista

Naviga sul nostro sito e aggiungi tutti i prodotti che desideri: la lista è gratuita e senza obbligo di acquisto.

#### 3. invia il link della lista ad amici e parenti

Potranno scegliere il regalo perfetto tra i prodotti che hai inserito con un semplice click.

scansiona il codice e inizia  
a preparare il **SUO** mondo



Varedo (MB)  
Via Circonvallazione 16  
+39 0362 554368  
info@lachiocciolababy.it

 lachiocciolababy

 lachiocciolababy