

# milano MOM'S

IDEE, STILI E TENDENZE PER LE MAMME A MILANO

*IN CITTÀ*  
Laboratori,  
spettacoli,  
visite guidate

*BAMBINI  
GIFTED*  
La testimonianza di  
una mamma

*ALIMENTAZIONE*  
I comportamenti  
e gli errori da evitare

SPECIALE  
*New Born*



# Summer Camp 2026

## Impara l'inglese in modo divertente!

L'unico English Summer Camp in Italia con un **rapporto 1:1 tra studenti e madrelingua** provenienti da tutto il mondo.

**Speak Teens Summer Camp** offre un'esperienza unica e un **approccio innovativo** per imparare l'inglese: attività didattiche, giochi, sport ed escursioni nei paesaggi naturali della location **Valbonella (Emilia-Romagna)**, tutto in inglese!



## Emilia Romagna, Centro Turistico Valbonella 27 Giugno - 4 Luglio | 4 Luglio - 11 Luglio



Conversazioni  
One-to-One



Attività di  
gruppo



Cambridge  
English Skills Test



Escursioni



Trekking  
nella natura



Sport e  
giochi



Scopri le nostre proposte

[speakinitaly.com/teens](https://speakinitaly.com/teens)  
[teens@speakinitaly.com](mailto:teens@speakinitaly.com)



Cambridge English  
Exam Preparation Centre

Google ★★★★★  
5.0 - Client Reviews

★ Trustpilot ★★★★★

Laura Della Badia  
direttrice



**Non vogliamo demonizzare la tecnologia ma prendere atto di quanto sia importante regolarizzarne l'uso in tenera età come nell'adolescenza.**

uno spazio speciale sarà sempre dedicato a tutte quelle attività che ci permettono di stimolare i bambini, tenendoli lontani dagli schermi. Libri interattivi, laboratori creativi, corsi e tante attività stimolati da fare in città, dal teatro alle visite guidate, alle mostre. Non vogliamo demonizzare la tecnologia ma prendere atto di quanto sia importante regolarizzarne l'uso in tenera età come nell'adolescenza: viviamo in un'epoca in cui lo smartphone è diventato la "baby-sitter" o il "calmante" più veloce, facile, accessibile, ma il costo di questa comodità si paga in termini di sviluppo psicofisico. La stessa Società Italiana di Pediatria ha ribadito recentemente che l'esposizione eccessiva agli schermi, specialmente nella prima infanzia, non è priva di conseguenze: i rischi riguardano la salute fisica, cognitiva, emotiva e relazionale. Cosa può fare chi si occupa di informazione come noi? Parlarne, sempre di più. Fare divulgazione di qualità e offrire ai genitori non solo la possibilità di riflettere su queste scelte, ma anche di conoscere le alternative, gli stimoli giusti e dove trovarli.

BUONA LETTURA!

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

# MOMŠ

## SOMMARIO



### NEWS

6 Curiosando

### STORIE

8 Gloria Torri  
Cosa vuol dire avere un figlio plusdotato

### FOCUS

10 I problemi dei comportamenti alimentari nei bambini

### FOOD

12 Tutto il buono della frutta  
13 Sir Winston Tea. La collezione di tè Bridgerton

### LIBRI

14 Libri tattili e interattivi, lontani dagli schermi

### INSIDE THE CITY

18 Il teatro come "medicina"



### 32. Moda bebè



29 Momenti da custodire. I servizi fotografici di Fernanda Radaelli  
30 Podcast dedicati a maternità e genitorialità  
32 Moda bebè. Benvenuto al mondo!  
34 Lista nascita. Gli accessori

### OUTSIDE THE CITY

36 Weekend di benessere sul lago di Como  
37 Tra castelli arroccati e musei sorprendenti, in Friuli  
39 Finale Ligure. La Liguria diventa family  
40 In montagna, hotel con fattoria  
42 Speak Teens. Una vacanza studio unica, in Italia

### SPECIALE NEW BORN

28 Miniguide alle esperienze sensoriali

# 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 rivista 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**  
AGF - 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**  
Alessandra Basile  
Chiara Micozzi  
Ombretta Mottadelli  
Maria Claudia Lazzè



Foto di copertina:  
Alice con Liam.  
Foto di Bryan Baculina

# CERCHI UN PEDIATRA SUBITO? CHIAMA PEDDY.



Per una valutazione pediatrica immediata, puoi rivolgerti a **Peddy: Guardia Medica Pediatrica Privata**, nelle sedi Welcomed.

È disponibile dal lunedì al sabato, previa prenotazione online o telefonica.



Via F. Burlamacchi, 1A  
Via L. Muratori, 32  
20135 Milano  
M3 Metro Porta Romana

Via degli Olivetani, 2A  
20123 Milano  
M2 Metro Sant'Ambrogio



Prenota scrivendo a:  
[info@centrowelcomed.it](mailto:info@centrowelcomed.it)



oppure chiamando il:  
**02 8426 8020**



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

# Curiosando...

TENDENZE, NOVITÀ, BELLE IDEE!



EDUCAZIONE  
ALIMENTARE

## NUTRIPIATTO

IMPARIAMO LE GIUSTE PROPORZIONI

Nutripiatto è un progetto di educazione alimentare semplice e intuitivo, sviluppato da Nestlé con la supervisione scientifica della SIPPS (Società italiana di pediatria preventiva e sociale) e dell'Università Campus Bio-Medico di Roma. Una vera e propria guida ad un'alimentazione sana e bilanciata, attraverso ricette, consigli e suggerimenti anche per l'alimentazione più adeguata in base allo sport che i bambini praticano.

Potete scaricare gratuitamente le guide sul sito [www.buonalavita.it](http://www.buonalavita.it)



IN LIBRERIA

## DEDICATO A MILANO

UN LIBRO PER SCOPRIRE 70 LUOGHI NOTI E MENO NOTI.

Il libro è una lunga passeggiata dai capisaldi dell'architettura e dell'arte alle tracce più discrete della Milano quotidiana, tra cortili, chiese, botteghe e angoli urbani che spesso passano inosservati. L'autrice è Giocinta Cavagna di Gualdana, storica dell'arte, che cura visite guidate, sia per adulti sia per ragazzi, alla scoperta della città e dei suoi capolavori.

Le fotografie sono di Emanuela Roncari, co-fondatrice del progetto @milanosecrets. Hoepli Editore, 2026



BEAUTY

## PER CAPELLI FORTI E SANI BENESSERE DALL'OLIO

Progettata per adattarsi a tutti i tipi di capelli, specialmente quelli secchi, trattati o fragili, questa maschera può essere utilizzata come impacco sui capelli bagnati o come trattamento senza risciacquo alla fine dello shampoo.

Con Olio di Oliva Ultra-Purificato, Biotina, Peptidi, Acido ialuronico. Olivella è la linea di saponi e detergenti prodotti in Italia interamente dall'olio di oliva.

Scopri anche i prodotti per la pelle sul sito

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

## TALKING TREES A GLASS FOREST

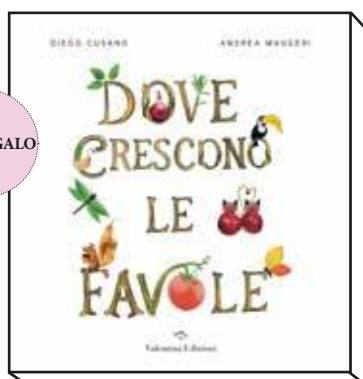
Disegnata da Alessandra Baldereschi, Talking Trees è una collezione in vetro ispirata al paesaggio sonoro delle grandi foreste del mondo: il fruscio delle foglie, i richiami lontani e le voci vivaci di pappagalli e cacatua che abitano le chiome degli alberi. **Brocche, bottiglie e teiere** sono sagomate come alberi diversi, ciascuno con un proprio carattere e una propria identità. La collezione è prodotta da Ichendorf 2026.

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



HOME  
DECOR

IDEA REGALO



### CIBO E BAMBINI

#### UN LIBRO TRA NUTRIZIONE E FANTASIA

In questo libro ogni ingrediente diventa protagonista di una storia, una piccola favola capace di stimolare la fantasia dei più piccoli e, allo stesso tempo, di coinvolgere anche gli adulti. Accanto alla narrazione, il libro propone un percorso di scoperta legato al valore del cibo. La parte nutrizionale è curata dal biologo nutrizionista Andrea Maugeri, mentre le illustrazioni sono di Diego Cusano.

In libreria dal 25 Febbraio. [Valentina Edizioni](http://www.valentinaedizioni.it)

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

### STAMPARE RICORDI DI FAMIGLIA

#### TI AIUTA CHEERZ

Cheerz nasce da un'intuizione semplice: i ricordi non sono file da dimenticare nella galleria di uno smartphone, ma emozioni da toccare con mano e custodire nel tempo.

Per le famiglie, ogni fotografia racconta più di un momento: è una tappa nella storia di una casa, un sorriso rubato di nascosto, un primo passo, un compleanno o una semplice domenica in giardino. Con un'interfaccia semplice e intuitiva, l'app di Cheerz permette a chiunque di **selezionare le foto più care e trasformarle in stampe di qualità**, libri fotografici o piccoli tesori personalizzati che rendono tangibile ciò che altrimenti resterebbe solo digitale.

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

FOTO



### SUPER HEROES

#### A TAVOLA E IN CAMERETTA

La nuova collezione di **rice kids** celebra il superpotere dei bambini nell'affrontare il mondo con coraggio e curiosità, trasformando la vita quotidiana in un'avventura straordinaria. Creata dall'artista olandese Joëlle Wehkamp, partner di lunga data di rice, la collezione è un universo colorato pieno di eroi buffi e fantasie vivaci. Con Super Heroes i supereroi entrano nella vita quotidiana dei bambini:

a tavola, nella cameretta, durante le gite e in ogni momento del gioco.

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

ONLINE

### LA CAMERA DEI BAMBINI PROGETTALA CON NIDI

È online il nuovo sito di **Nidi**, un progetto digitale in cui le nuove pagine prodotto diventano veri e propri spazi da esplorare: immagini, video, testi e dettagli guidano l'utente in un percorso che valorizza le scelte compositive e le possibilità di personalizzazione. Un ruolo centrale è affidato allo store locator: oltre a individuare i rivenditori sul territorio, il sistema consente un contatto diretto con i negozi, ciascuno dotato di una propria pagina dedicata.

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

MONDO  
A COLORI!



# Gloria Torri

## COSA VUOL DIRE AVERE UN FIGLIO PLUSDOTATO

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

di Laura Della Badia

Una storia complessa, come è la vita dei bambini "gifted", speciali per le potenzialità intellettive ma accomunati da tratti faticosi nella vita sociale, da ipersensibilità, senso di solitudine, noia e svogliatezza a scuola. Gloria Torri, insegnante di filosofia con un master in marketing e comunicazione, ha raccontato la propria esperienza nel libro *"Le mani di Gloria"*, come testimonianza del suo vissuto ma soprattutto per fornire una guida e un punto di vista ai genitori che si trovano (o possono scoprire di trovarsi) nella stessa situazione. Il titolo *"Le Mani di Gloria"* dice tutto sull'intento del libro: tendere le mani verso queste creature straordinarie e prenderle per mano per incoraggiarle ad essere se stesse.

### Come nasce il libro?

Il libro è frutto di dodici anni di vita familiare, studio, ricerca e analisi del fenomeno della neurodiversità adolescenziale e della plusdotazione. L'esperienza come mamma di una bambina gifted è la fonte principale della mia conoscenza in merito, affiancata alla lettura di studi accademici nazionali ed internazionali di psichiatri e neuropsichiatri, alla partecipazione ad alcuni gruppi facebook dedicati all'argomento.

Questo materiale, unito alle conversazioni con le mamme e i papà di bambini e ragazzi dai sei ai diciotto anni, mi ha permesso di raccogliere una casistica molto ampia di comportamenti che possono essere indice di intelligenze divergenti – semplicemente diverse dall'intelligenza puramente razionale – e di plusdotazione, anche se apparentemente non sembrerebbero.

**UN BAMBINO  
PUÒ ESSERE DEFINITO  
PLUSDOTATO  
QUANDO HA UN QI  
SUPERIORE  
A 130, VALUTATO CON  
LA SCALA WISCH**

### Quando vi siete accorti di avere una bambina "speciale"?

Marta ha iniziato a parlare molto presto: a quattro mesi ha detto "mamma"! A tre anni parlava con i congiuntivi e sembrava una scolarettina, i suoi punti di forza sono sempre stati la dialettica e l'eloquio. Con i bambini voleva giocare ma imponendo i suoi giochi. All'asilo ci avevano segnalato questo comportamento prepotente o evitante, forse già allora sintomo di un sentirsi diversa e voler imporre i propri interessi. Alle elementari poi è stata bullizzata e quindi ha attraversato una fase depressiva. Da allora ha iniziato a seguirla una neuropsichiatra che ha evidenziato le sue fragilità emotive unitamente ai suoi talenti intellettivi, tipico quadro dei bambini plusdotati che nutrono il loro cervello a discapito della crescita emotiva.

### Quando invece è arrivata la diagnosi?

La diagnosi è arrivata un anno e mezzo dopo, quando abbiamo portato Marta da una psichiatra specializzata in plusdotazione che l'ha valutata con la scala Wisch (Wechsler Intelligence Scale for Children) usata negli Stati Uniti.

### La plusdotazione è in genere evidente in aree specifiche (ad esempio, musica, matematica, arte, etc.) o una condizione generale riferita al QI?

La plusdotazione non esiste come patologia nel manuale di psichiatria americano, si è però stabilito che un bambino può essere definito plusdotato quando ha un QI superiore a 130, valutato con la scala Wisch.



**GLORIA TORRI**  
Insegnante di Filosofia,  
ha scritto *"Le Mani di Gloria"*,  
(OM Edizioni) manuale pratico  
sulla plusdotazione, nato  
da un'esperienza personale.

Molto spesso i picchi di intelligenza fuori dall'ordinario riguardano solo alcune aree (logico-matematiche o umanistico-linguistiche) a discapito di altre.

Solitamente i bambini plusdotati che vengono diagnosticati tali sono quelli che hanno un evidente talento nella matematica, informatica e aree scientifiche perché spiccano nettamente in età precoce rispetto alla media dei bambini.

È più difficile individuare i bambini plusdotati che hanno il picco della loro intelligenza nelle aree umanistiche e linguistica perché si mimetizzano più facilmente.

### **Dal momento della diagnosi, cosa è cambiato nella vostra vita e nella percezione di sé per Marta?**

Nel caso di Marta è stata di fondamentale importanza la diagnosi perché, essendo nata da un profondo disagio e stato depressivo dovuto al bullismo e di conseguenza al sentirsi diversa e inferiore agli altri, la diagnosi sanciva che lei aveva qualcosa di speciale rispetto agli altri, anzi qualcosa in più. E questo è stato un grande appiglio per lei e per noi genitori a cui aggrapparsi per risollevarsi. Certo, non è cambiato il suo modo di essere, ovvero l'ipersensibilità, la difficoltà a stare in ambienti rumorosi e troppo affollati, l'eccessiva empatia e la sua ansia.

### **Come sono stati gli anni della scuola, dall'infanzia alle superiori?**

Fino alla faticosa seconda elementare sono stati anni sereni per Marta, poi con l'episodio di bullismo si è rotto qualcosa dentro di lei, o forse si è rivelata la sua fragilità latente. Alle elementari non abbiamo voluto cambiarle scuola e lei si è adattata diventando amica dei compagni maschi, strategia di sopravvivenza sociale che ha sempre portato avanti fino agli anni del liceo. Abbiamo invece dovuto cambiarle scuola al momento dell'iscrizione alle medie, perché non voleva proseguire nella stessa struttura con la classe che sarebbe rimasta compatta.

Dopo due anni alle medie, Marta non voleva più andare a scuola perché si annoiava terribilmente e non si trovava bene con i compagni di classe, era un pesce fuor d'acqua. Le insegnanti, nonostante avessi avvisato la Preside del suo profilo di plusdotata, non hanno mai preso alcun provvedimento didattico né comportamentale. Su consiglio del professore di inglese – che era l'unico che Marta stimava – l'abbiamo spostata in una scuola inglese a Milano in un ambiente più eterogeneo e lì è rinata.

### **Di cosa avrebbe bisogno, invece, un bambino gifted, a scuola?**

Innanzitutto di essere visto e riconosciuto e di conse-



guenza di essere trattato in modo rispettoso della sua sensibilità e delle sue necessità di estraniarsi, muoversi e ricaricarsi in solitudine. Accanto a questi accorgimenti di gestione del bambino gifted, a cui va lasciata maggiore libertà nella gestione del suo tempo e dello spazio, sono necessari alcuni interven-

ti di mentoring in cui raggruppare più bambini gifted per aree tematiche, con docenti di un ordine scolastico superiore, per stimolarli in modo esperienziale e condiviso. Inoltre bisognerebbe favorire lo studio e l'approfondimento delle materie che li appassionano rispetto a quelle che li annoiano.

**DOPO DUE ANNI  
ALLE MEDIE, MARTA  
NON VOLEVA PIÙ  
ANDARE A SCUOLA  
PERCHÈ SI ANNOIAVA  
TERRIBILMENTE E NON SI  
TROVAVA BENE CON  
I COMPAGNI**

### **Oggi com'è la vita di Marta?**

Oggi Marta sta finendo la Laurea Triennale a Sciences Po in Relazioni Internazionali a Parigi e sta decidendo se lavorare a Milano un anno per fare esperienza o se tornare a Parigi a finire il Master in Comunicazione e Marketing. Rimane la sua parte fragile e ansiosa che sta imparando a gestire e che si alterna a momenti di grande coraggio nell'abbracciare nuove sfide.

# I PROBLEMI DEI COMPORAMENTI ALIMENTARI NEI BAMBINI

## Il ruolo fondamentale dei genitori

di Maria Claudia Lazzè

L'alimentazione infantile non riguarda soltanto l'assunzione di nutrienti necessari alla crescita, ma coinvolge anche gli aspetti emotivi, relazionali ed educativi. Il modo in cui un bambino mangia, rifiuta il cibo o sviluppa preferenze alimentari è spesso il risultato di una rete di fattori che comprendono l'ambiente familiare, i modelli genitoriali, le pressioni sociali e le esperienze emotive vissute fin dai primi anni di vita.

Tra i problemi più comuni si riscontrano la selettività alimentare, ovvero la tendenza a mangiare solo pochi cibi, il rifiuto di frutta e verdura, l'eccessivo consumo di alimenti industriali ricchi di zuccheri, grassi e sale, ma anche episodi di alimentazione incontrollata o, al contrario,

di forte restrizione. In alcuni casi queste difficoltà possono evolvere in condizioni più gravi come sovrappeso, obesità infantile o disturbi del comportamento alimentare in età precoce, quali anoressia o bulimia. È importante sottolineare che tali problematiche non nascono improvvisamente, ma si sviluppano nel tempo attraverso dinamiche spesso inconsapevoli. Il ruolo dei genitori è centrale nella costruzione del rapporto con il cibo, in particolare quello della mamma già prima e durante la gravidanza. Studi hanno dimostrato che i bambini nati da mamme

**Fin dall'infanzia,  
il bambino osserva e  
imita i comportamenti  
degli adulti  
di riferimento**

che hanno seguito la dieta mediterranea durante la gravidanza, a due anni di vita hanno un miglior sviluppo cognitivo, sociale ed emotivo. Lo stato nutrizionale pre-gravidico e in gravidanza ha conseguenze a lungo termine sulla salute, tanto che, se non adeguato, può portare a condizioni quali sottopeso, obesità, rischi cardiovascolari, problemi neurologici e immunologici. La maggior parte dei nutrienti fetali derivano dalla metabolizzazione della dieta materna, pertanto il

modello e la qualità della dieta materna esportano il feto a diversi nutrienti e influenzeranno anche le preferenze di gusto nelle prime fasi della vita e quindi la sua alimentazione nelle successive fasi di crescita. Un maggiore apporto da parte della mamma di grassi trans, che sono quelli ingeriti con alimenti ultraprocesati ad alto contenuto di oli vegetali parzialmente idrogenati, sembra avere un effetto negativo sullo sviluppo socio-emotivo e linguistico del bambino. Fin dall'infanzia, il bambino osserva e imita i comportamenti degli adulti di riferimento. Se i genitori mangiano in modo disordinato, saltano i pasti, consumano spesso cibi poco salutari o manifestano un rapporto conflittuale con il proprio



**MARIA CLAUDIA LAZZÈ**  
Biologa Nutrizionista  
Specializzata in Scienza  
dell'Alimentazione  
e in Patologia Clinica

Riceve a Milano in Viale Caldara, 45  
e nello Studio Muse di Via Spartaco, 12

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



corpo, è probabile che il bambino interiorizzi questi atteggiamenti. Allo stesso modo, l'uso del cibo come premio, punizione o strumento di consolazione emotiva può alterarne la percezione, trasformandolo da fonte di nutrimento a mezzo per gestire le emozioni.

Purtroppo le cattive abitudini alimentari acquisite nei primi anni di vita tendono a persistere negli anni successivi.

**Un errore frequente dei genitori è esercitare un controllo eccessivo sull'alimentazione del bambino.** Forzarlo a mangiare tutto ciò che ha nel piatto, insistere nonostante il rifiuto o ricorrere a minacce e ricatti emotivi può generare ansia, opposizione e perdita della capacità di autoregolazione. Quindi il bambino smette di ascoltare i segnali naturali di fame e sazietà e mangia per obbedienza o per evitare conflitti. Questo meccanismo può avere conseguenze a lungo termine, fa-

vorendo un rapporto disfunzionale con il cibo anche in età adulta. Oltre a questi aspetti, **è fondamentale per i genitori capire anche l'importanza di una dieta equilibrata, basilare per il mantenimento di un peso corporeo sano dei bambini.**

Il pasto dovrebbe essere vissuto come un momento di condivisione e serenità, ma spesso diventa teatro di tensioni familiari. La mancanza di tempo, lo stress lavorativo e i ritmi frenetici della vita quotidiana riducono le occasioni di mangiare insieme

e favoriscono pasti consumati in fretta, davanti alla televisione o ai dispositivi digitali. Queste abitudini compromettono la qualità dell'alimentazione e impoveriscono il valore educativo del pasto, che

rappresenta un'importante occasione di dialogo e relazione.

Anche l'ambiente esterno esercita un'influenza significativa sui comportamenti alimentari dei bambini. La pubblicità di alimenti poco salutari, il marketing rivolto ai più piccoli e la diffusione di modelli

estetici irrealistici contribuiscono a creare confusione e aspettative distorte. Inoltre, la facile reperibilità di snack e bevande zuccherate rende più difficile per le famiglie promuovere scelte alimentari equilibrate. In

### Un errore frequente dei genitori è esercitare un controllo eccessivo sull'alimentazione del bambino

questo contesto, i genitori sono chiamati a svolgere un ruolo educativo ancora più consapevole e attento. È importante che i bambini, che frequentano la scuola a tempo pieno, abbiano l'opportunità di mangiare in una mensa adeguata con una varietà di opzioni sane. Così facendo, sarebbero incoraggiati ad assaggiare nuovi sapori, seguendo gli esempi dati dai loro coetanei. Inoltre per favorire la diffusione della dieta mediterranea **i bambini dovrebbero avere l'opportunità di frequentare corsi di cucina dove possono divertirsi sperimentando nuovi sapori e imparando nuove ricette.**

Per prevenire e affrontare i problemi legati all'alimentazione è fondamentale adottare un approccio globale e non giudicante. **Le strategie efficaci consistono nell'offrire una varietà di cibi sani, rispettare i gusti del bambino senza rinunciare a proporre nuovi alimenti e creare un clima rilassato durante i pasti.** È importante ascoltare il bambino che deve esprimere le proprie emozioni senza utilizzare il cibo come mezzo per comunicare.

Quando le difficoltà persistono o diventano fonte di forte preoccupazione, è opportuno rivolgersi a professionisti qualificati come pediatri, nutrizionisti e psicologi dell'età evolutiva. Un intervento precoce consente di individuare le cause profonde del problema e di sostenere non solo il bambino, ma l'intero nucleo familiare. **Educare a un rapporto sano con il cibo significa educare al benessere e al rispetto di sé,** ponendo le basi per una crescita equilibrata e una vita adulta in salute.



# TUTTO IL BUONO DELLA FRUTTA

DOLCE PER NATURA, IL SUPER FOOD A PORTATA DI MANO!

Un vero concentrato di vitamine, fibre ed energia, la frutta è un pilastro fondamentale della nostra alimentazione. In ogni sua variante, ci regala benessere, gusto ed è perfetta in qualsiasi momento della giornata.



## CONFETTURE E MARMELLATE ARTIGIANALI DALLA SICILIA.

CASCINA BONFIGLIO

Marmellate e confetture, fatte con sola frutta e una lavorazione artigianale: sono quelle di Cascina Bonfiglio, azienda siciliana che lavora i prodotti degli agricoltori locali, rispettandone la stagionalità e i sapori. Ogni frutto viene sbucciato a mano, con pazienza e attenzione, un gesto antico che fa la differenza nel mantenere intatti gusto e proprietà nutritive.

Per marmellate e confetture, viene utilizzato fino al 140% di frutta, rigorosamente senza aggiunta di pectina e senza coloranti.

Oltre alle marmellate di arance, mandarini e limoni, trovate anche le confetture di albicocche, fichi d'india, frutti di bosco, pesche, pere e cacao e fragole e vaniglia.

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



## MELE BIOLOGICHE DALLA VAL VENOSTA.

PUOI SCEGLIERE IL PRODUTTORE  
E ORDINARLE ONLINE

Sul portale [www.lasaporeria.it](http://www.lasaporeria.it) puoi ordinare e ricevere direttamente a casa la Box BioGraphy con la varietà di mela BIO Val Venosta che più ami. Un modo nuovo per assaporare le mele, che ti permette di scoprire il mondo dei contadini che coltivano le tue mele BIO preferite. Ogni cassetta è dotata di etichetta con QR code, basta scannerizzarlo per conoscere le curiosità e i nomi di chi ha saputo cogliere con tanta cura tutta la qualità e bontà delle mele venostane.

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



## GLI SNACK DI FRUTTA CRIOESSICCATA.

TECNOLOGIA BREVETTATA PER CONSERVARNE I NUTRIENTI. Grazie alla tecnologia brevettata di crioessiccazione, gli snack Opi Frutta non contengono conservanti né zuccheri aggiunti. Il processo di lavorazione prevede 4 fasi, studiate per preservare il gusto, la croccantezza e i valori nutrizionali.

Ideali da mangiare a casa o fuori, questi snack ti consentono di consumare la frutta in ogni momento della giornata e dovunque ti trovi.

Ci sono anche confezioni per i bambini, perfette da portare a scuola!  
[www.opifrutta.com](http://www.opifrutta.com)



# SIR WINSTON TEA

PRESENTA UN'ESCLUSIVA COLLEZIONE ISPIRATA  
ALLA SERIE BRIDGERTON

Marchio dell'azienda italiana Pompadour, leader nel settore dell'infusione in Italia, Sir Winston Tea propone un'ampia selezione di tè verdi e neri, frutto di competenza, passione e sapiente miscelazione. Ispirandosi all'atmosfera regency

della celebre serie di Shondaland su Netflix, il brand ha creato una collezione esclusiva, pensata per accompagnare gli appassionati di Bridgerton e gli estimatori del tè in un'esperienza elegante, da vivere comodamente a casa.



## TUTTI I GUSTI DELLA COLLEZIONE

### › Cookies Lampona e Vaniglia

Note golose e fruttate, in cui la dolcezza di cookies, lampona e vaniglia si fonde con il carattere deciso delle foglie di tè.

### › Caramello e panna

I pregiati tè neri si intrecciano con le note cremose di caramello e panna, dando vita a un perfetto equilibrio tra tradizione e innovazione.

### › Zenzero e limone

Una raffinata miscela che unisce la forza vigorosa del tè nero alla freschezza del limone e al calore speziato dello zenzero

### › English Breakfast

Una miscela pregiata di tè neri che vi farà sentire subito ospiti d'eccezione negli eleganti salotti dell'epoca!

### › Supreme English Tea Collection

Sei preziose miscele, che vi riporteranno a un'epoca dal fascino intramontabile, dove ogni tazza era un invito a un rituale sociale.



✦ Vieni a scoprire l'edizione limitata  
nella Boutique Pompadour in corso Magenta, 25  
[www.pompadour.it](http://www.pompadour.it)



di Chiara Micozzi

@chiaralalibronauta

chiaralalibronauta.wordpress.com

chiaralalibronauta@gmail.com

# LIBRI TATTILI E INTERATTIVI, LONTANI DAGLI SCHERMI!

In un mondo in cui gli schermi brillano a ogni ora del giorno, ritagliarsi spazi di lentezza e presenza è diventato un gesto prezioso. Le attività lontane dal digitale non sono solo un antidoto alla sovrastimolazione: sono occasioni per ritrovare il ritmo naturale dell'infanzia, fatto di mani che esplorano, occhi che osservano, immaginazioni che si accendono. Tra queste, la lettura occupa un posto speciale. Un libro aperto è un invito a viaggiare senza connessione, a scoprire universi di carta che nutrono curiosità, linguaggio, relazione.



## Morbido e scintillante

### UN VIAGGIO TATTILE ATTRAVERSO L'INVERNO

In **Pimpa delle nevi**, la famosa cagnolina a pois accompagna piccoli lettori e lettrici in un paesaggio soffice e luminoso, dove ogni pagina invita a toccare, scoprire, sperimentare. Le superfici tattili - il pelo degli animali, la neve fresca, i dettagli del paesaggio - trasformano la storia in un'esperienza sensoriale che coinvolge mani e occhi. La narrazione semplice e giocosa segue Pimpa mentre incontra nuovi amici e si muove in un mondo fatto di bianco e meraviglia, perfetto per le prime letture condivise.

**L'ho scelto perché...** i libri tattili sono un ponte ideale tra lettura e gioco: stimolano la curiosità, invitano alla calma, allenano l'attenzione e offrono un'alternativa concreta e coinvolgente agli schermi, soprattutto per i più piccoli. (Dopo questo, prenderete tutti i libri della serie!).

Autore e illustratore: Francesco Tullio Altan - Casa editrice: Franco Cosimo Panini  
Età: 18 - 36 mesi

## Giocoso e liberatorio

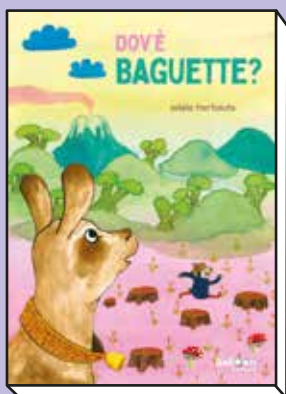
### UN INVITO A CREARE SENZA CONFINI

**La mano che disegna** del genio Hervé Tullet è un'esplosione di movimento, colore e possibilità. Il libro accompagna bambine e bambini in un percorso in cui la mano diventa protagonista: traccia linee, inventa forme, danza sulla pagina. Non c'è una storia da seguire, ma un'esperienza da vivere. Tullet, con il suo stile inconfondibile, trasforma il gesto grafico in gioco puro, incoraggiando a sperimentare senza paura di sbagliare. Ogni pagina è un invito a lasciarsi andare, a scoprire cosa può nascere da un tratto libero e imperfetto.

**L'ho scelto perché...** è un libro che allontana dagli schermi non per divieto, ma per attrazione: mette al centro il corpo, il gesto, la creatività spontanea. È un genere di libro che coniuga lettura e attività artistica, perfetto per nutrire immaginazione e autonomia. (avrete voglia di sperimentare tutte le opere di Tullet).

Autore e illustratore: Hervé Tullet - Casa editrice: Franco Cosimo Panini  
Età: dai 3 anni





## Avventuroso e colorato

### DOVE REALE E VIRTUALE SI SOVRAPPONGONO

**Dov'è Baguette?** è un fumetto irresistibile che gioca con il ritmo, l'umorismo e la sorpresa. La storia segue una bambina e la sua capretta Baguette. La bambina adora giocare ai videogiochi, Baguette non ne capisce molto, ma le sta vicino, troppo vicino, fino a quando la capretta non finisce proprio dentro al videogioco! Come riuscirà la bimba a tirarla fuori? Le vignette sono dinamiche, piene di dettagli da osservare e inseguire con lo sguardo, e il tono leggero rende la lettura un'esperienza divertente, anche per chi si avvicina per la prima volta al linguaggio del fumetto. È scritto in stampato maiuscolo, perfetto le prime letture in autonomia.

**L'ho scelto perché...** i fumetti sono perfetti per chi non legge molto o non ha ancora trovato la lettura giusta: stimolano l'attenzione visiva, allenano la sequenzialità e invitano a una lettura attiva. Un modo brillante per tenere i bambini lontani dagli schermi, offrendo loro una storia che si muove... senza bisogno di pixel.

Autrice e illustratrice: Anne Herbauts — Casa editrice: Gallucci Editore

Età: dai 6 anni

## Intrigante e misterioso

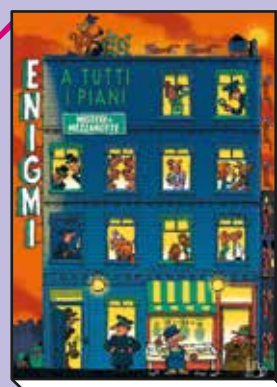
### IMPROVVISARSI DETECTIVE

**Enigmi a tutti i piani. Misteri a mezzanotte** è un libro game che trasforma la lettura in un'avventura da detective. Libro pieno di personaggi eccentrici, ognuno con un indizio da offrire... o da nascondere. Grandi doppie pagine da piegare per scoprire una nuova prospettiva. Lettori e lettrici devono leggere attentamente, osservare i dettagli, dedurre, scegliere. Lettura perfetta per chi ama mettersi alla prova.

**L'ho scelto perché...** i libri game coinvolgono attivamente, stimolano logica, attenzione e capacità decisionali. Trasformano la lettura in gioco, invitando bambine e bambini a diventare protagonisti della storia e, magari, a giocare in gruppo.

Autore: Paul Martin — Casa editrice: Il Castoro

Età: dagli 8 anni



# entra nella mente del genio

viaggia nel tempo e scopri l'Ultima Cena e la sala del refettorio com'erano all'epoca di Leonardo

**Museo Leonardo3**


Piazza della Scala, ingresso Galleria  
aperto tutti i giorni

museo  
**LEONARDO3**



“BAMBINI”



 @bambinigenova

*shop online*

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

SALITA SANTA CATERINA 39 R. GENOVA

*Arte  
e manualità*

I LABORATORI  
CREATIVI

*Bilinguismo*

LA NUOVA SCUOLA  
DA SAN FRANCISCO



*Fitness*

ALLENATI CON  
IL FITBOXING

*In agenda*

SPETTACOLI, MOSTRE,  
VISITE GUIDATE

INSIDE THE CITY

# IL TEATRO COME "MEDICINA"

## POSSONO PRESCRIVERLO I PEDIATRI



"Sciropo di Teatro® Milano e dintorni" è l'iniziativa arrivata in Lombardia per volontà di **Fondazione di Comunità Milano**, **Fondazione per l'Infanzia Ronald McDonald Italia** e **Teatro del Buratto** in collaborazione con il **Comune di Milano** e il patrocinio di **Regione Lombardia** e **Città Metropolitana di Milano**.

### IN COSA CONSISTE?

I pediatri aderenti possono "prescrivere" un pomeriggio a teatro.

Lo fanno consegnando un libretto che contiene nove "ricette", nient'altro che

un voucher da presentare alla cassa del teatro per accedere in sala alla cifra simbolica di 3 euro.

La rassegna ha preso il via a Settembre 2025 e si concluderà nel mese di Aprile. Bambine e bambini dai 3 agli 11 anni e le loro famiglie possono scegliere spettacoli diversi per genere, tematiche e storytelling, diffusi in 10 Teatri di Milano, Cassano d'Adda, Corsico, Melzo, San Donato Milanese, Segrate e Vimodrone.

Il senso di Sciropo di Teatro® è **valorizzare lo spettacolo dal vivo come "medi-**

**cina"** che cura e fa stare bene fin dall'infanzia. Sciropo di Teatro® è un progetto a marchio registrato: l'iniziativa — **nata in Emilia-Romagna nel 2021** da un'idea di Silvano Antonelli e sviluppata da ATER Fondazione in collaborazione con gli Assessorati alla Cultura, al Welfare e alla Sanità della Regione Emilia-Romagna — approda ora a Milano con una proposta "tailor-made" che vede coinvolte due importanti fondazioni filantropiche milanesi e il Teatro del Buratto, qualificato come primo Centro di Teatro Ragazzi e Giovani della Città.

### I PROSSIMI SPETTACOLI

#### ►► TEATRO DEL BURATTO

► 29 Marzo 2026, ore 16.30

► **JACK IL RAGAZZINO CHE ATTRAVERSÒ L'OCEANO**

(Una storia tra cielo e mare)

Produzione La Luna nel Letto

Dai 4 anni

► **Tematiche:** viaggio, volo, incontro, crescita

c/o Teatro Bruno Munari,

via Bovio 5 – Milano

► **Per info e prenotazioni:**

[teatrodellburatto.com](http://teatrodellburatto.com)

#### ►► TECA Teatro Cassanese

► 12 Aprile 2026, ore 17

► **CHI FA LE PUZZETTE?**

Viaggio tra le flatulenze degli animali

Produzione ILINX teatro

Dai 4 ai 10 anni

► **Tematiche:** divertimento, leggerezza

viale Europa – Cassano d'Adda

► **Per info e prenotazioni:**

[teca.contatti@gmail.com](mailto:teca.contatti@gmail.com)

#### ►► PIMOFF

► 19 Aprile 2026, ore 16

► **COMETA**

Produzione Lowland, Dörte Wolter –

Tanzregion Mecklenburg-Vorpommern

Dai 6 ai 10 anni

► **Tematiche:** scoperta, viaggio, stupore

via Selvanesco, 75 – Milano

► **Per info e prenotazioni:**

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

#### ►► SPAZIO TEATRO 89

► 15 Marzo 2026, ore 11

► **MOZTRI! INNO ALL'INFANZIA**

Produzione Luna e GNAC Teatro

Dai 4 anni

► **Tematiche:** solitudine, ricerca d'identità,

superamento delle difficoltà

via Fratelli Zoia 89 – Milano

► **Prenotazioni:** [spazioteatro89.org](http://spazioteatro89.org)

#### ►► CINEMA TEATRO TROISI

► 7 Marzo 2026, ore 16

► **LUNA E ZENZERO**

Produzione Compagnia TGTP

Dai 3 agli 8 anni

piazza Generale Dalla Chiesa

– San Donato Milanese

► **Tematiche:** superamento della paura,

diversità

► **Per info e prenotazioni:**

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

#### ►► INDUSTRIA SCENICA

► 1 Marzo 2026, ore 16 (dai 4 agli 8 anni), ore 17.30 (0-3 anni)

► **IN ARMONIA**

– **Lezione-concerto per famiglie**

Produzione Insegnanti AIGAM

- Associazione Italiana Gordon per

l'Apprendimento Musicale

► **Tematiche:** musica, teatro immersivo

c/o Everest – Spazio alla Cultura

via Sant'Anna 4 – Vimodrone

► **Prenotazioni:** [industriascenica.com](http://industriascenica.com)

#### ►► TEATRO TRIVULZIO

► 1 Marzo 2026, ore 16

► **SCORDATI**

Produzione Eccentrici Dadarò

Per tutti/e

► **Tematiche:** clownerie, giochi, comunità

c/o Fondazione Teatro Trivulzio

Piazza Risorgimento 19 – Melzo

► **Per info e prenotazioni:**

[teatrotrivulzio.it](http://teatrotrivulzio.it)

►► **A maggio 2026** si terrà la festa conclusiva di Sciropo di Teatro® Milano e dintorni presso gli spazi interni ed esterni del Teatro Bruno Munari. Questo evento è pensato come un momento di condivisione, divertimento per non dimenticare mai che il teatro è prima di tutto un luogo dove incontrarsi, pensare, condividere, fare comunità.

[www.fondazionecomunitamilano.org](http://www.fondazionecomunitamilano.org)

# METTIAMOCI LE MANI!

## LABORATORI CREATIVI

Spazio alla **creatività e alla manualità**, in questi laboratori pensati per incuriosire e avvicinare i bambini alla ceramica, all'erboristeria e alla creazione di oggetti artigianali. Lontani dagli schermi, divertimento assicurato e socializzazione!



**Erboristeria e Profumeria**



**Ecoresina**



### ERBAIOLA CREATIVA

Laboratori creativi e sensoriali per bambini a tema erboristeria e profumeria, dedicati alla scoperta delle erbe officinali, in modo giocoso e coinvolgente. Attraverso racconti, giochi olfattivi, attività manuali e piccole creazioni naturali, Marialuna guida i bambini alla conoscenza delle piante, sviluppando curiosità e rispetto per l'ambiente. Seguite la sua pagina IG per conoscere le location dei prossimi appuntamenti, ma potete prenotare un laboratorio anche a domicilio o in altra location, ad esempio in occasione di un compleanno!

IG: [@erbaiola\\_creativa](https://www.instagram.com/erbaiola_creativa)



### KOOKIE

Una piccola realtà artigianale che propone oggetti di home decor in eco resina e bigiotteria in argilla polimerica; organizza inoltre laboratori creativi adatti anche ai bambini, durante i quali è possibile creare oggetti in resina atossica, sicura da maneggiare. Gli oggetti saranno subito pronti da portare a casa. I laboratori si svolgono in diverse location ma dal mese di Marzo/Aprile, Kookie avrà la sua sede. Seguite la pagina sui social o il sito.

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



**Ceramica**



### RI.STUDIOLAB

Un laboratorio di ceramica nato dalla passione di Marzia, coltivata nel tempo dopo averla sperimentata al Liceo. Così ha deciso di cambiare vita e aprire questo laboratorio che propone workshop di ceramica per adulti (base e intermedio) e per bambini: laboratori creativi pensati per avvicinare i più piccoli al mondo dell'argilla attraverso il gioco e la manualità. Disponibili anche laboratori genitore+ bambino.

L'esperienza dura 1h e 30 min, si impara a modellare, plasmare e decorare l'argilla creando un oggetto di uso quotidiano che, una volta cotto e smaltato, si potrà portare a casa.

Via Vallarsa 1, ingresso via Benaco  
ri.studiolab@gmail.com

IG: [@ri.studiolab](https://www.instagram.com/ri.studiolab)



**Ceramica**

# PICCOLI ALCHEMISTI

## UN'ALTERNATIVA REALE ALLO SCHERMO

Oggi i bambini passano sempre più tempo davanti a tablet e smartphone. Spegnerlo non basta: servono esperienze che siano altrettanto coinvolgenti, ma reali, tangibili, capaci di lasciare un ricordo duraturo.

Proprio a questa esigenza risponde Piccoli Alchimisti, il corso di disegno e pittura de La Mirabile Fucina – Italian Masters Art Academy di Milano. Qui i bambini (6-14 anni) imparano con le mani, con il corpo e con l'attenzione, riscoprendo il piacere di creare davvero. Lontani dall'intrattenimento passivo, i bambini vengono accompagnati passo dopo passo. Attraverso il contatto diretto con la materia, la lentezza del gesto e il lavoro manuale, sviluppano attenzione e concentrazione, una manualità consapevole e un rapporto più profondo con le immagini. Toccare, osservare, creare: è così che l'apprendimento diventa significativo e duraturo.



Il corso si fonda su tre pilastri fondamentali: disegno, conoscenza dei materiali e pittura. I bambini scoprono come nasce il colore, osservano le trasformazioni della materia e arrivano persino a produrre i propri colori. Qui la pittura non è il fine, ma un percorso creativo che nutre curiosità e fantasia.

Anche i materiali fanno parte dell'esperienza. Tutti professionali, sicuri e selezionati con cura, permettono ai piccoli di confrontarsi con strumenti autentici, simili a quelli utilizzati dai grandi maestri. In particolare, **La Mirabile Fucina** è l'unica realtà in Italia a **collaborare in esclusiva con Prof +, produttore danese di colori a olio atossici.** Questo significa offrire ai bambini un'esperienza di pittura autentica, di qualità e rispettosa dell'ambiente. Non è un caso che Michelangelo, Leonardo e Caravaggio abbiano imparato così: in bottega, osservando, toccando e facendo fin da piccoli. A Milano questa tradizione viene ripensata in chiave contemporanea, con un linguaggio accessibile ai bambini, senza mai scendere

a compromessi sulla qualità.

**Piccoli Alchimisti** è un percorso flessibile: **le lezioni si tengono ogni venerdì dalle 17 alle 19 e i bambini possono inserirsi in qualsiasi momento dell'anno.** Esperienze come questa lasciano un segno profondo, perché insegnano ai bambini a essere curiosi, attenti e sicuri di sé. Non si tratta di intrattenimento: si tratta di crescere attraverso il fare, il sentire e l'osservare.

### LA MIRABILE FUCINA

Via Francesco Paolo Michetti, 27  
 info@lamirabilefucina.com  
 www.lamirabilefucina.com

- Bilinguismo
- Reggio Emilia Approach
- International Baccalaureate

# LA SCUOLA INTERNATIONAL SCHOOL

ARRIVA A MILANO, DA SAN FRANCISCO, UN INNOVATIVO MODELLO EDUCATIVO



La Scuola International

A Settembre 2026 aprirà le porte a Milano, in zona Mac Mahon, il primo campus italiano che si aggiunge a quelli di San Francisco e Palo Alto, nati da un'intuizione di Valentina Imbeni, scienziata e ricercatrice in ingegneria biomedica, trasferitasi oltreoceano ma profondamente innamorata non solo della cultura italiana, anche della multiculturalità e dell'approccio scientifico. Il campus di Milano sarà il quarto della scuola e il primo al di fuori della Bay Area.

Due, quindi, i pilastri su cui si basa **La Scuola International School**: l'importanza di essere esposti alla multiculturalità, all'interdisciplinarietà e al ragionamen-



to scientifico fin da piccoli e il Reggio Emilia Approach®, che valorizza tutti i linguaggi e le potenzialità individuali. Un progetto educativo ambizioso e innovativo, il cui valore ha portato a Valentina importanti riconoscimenti, insignita dal Presidente Mattarella con l'Ordine della Stella d'Italia per aver creato negli Stati Uniti **una scuola che unisce il Reggio Emilia Approach®, l'International Baccalaureate (IB) e l'immersione linguistica nell'italiano e nell'inglese.**

Nei suoi campus americani oggi gli studenti della scuola dell'infanzia iniziano facendo scuola al 90% in italiano e al 10% in inglese, mentre nel campus di



**VALENTINA IMBENI**  
FOUNDER  
LA SCUOLA INTERNATIONAL SCHOOL

Milano la percentuale si inverte per arrivare, dal terzo anno della primaria, al bilinguismo perfetto 50 e 50.

Tutti i diplomati sono bilingui e, di conseguenza, hanno un maggiore controllo dell'attenzione, del processo decisionale e della pianificazione rispetto agli studenti che apprendono in una sola lingua.

IL PERCORSO EDUCATIVO CONSOLIDATE TRE ELEMENTI CHIAVE:

- la pedagogia di Reggio Emilia Approach®
- il programma del Baccalaureato Internazionale
- l'immersione nella lingua italiana e inglese.

Questa triade crea un potente mix di profondità accademica, esplorazione basata sull'indagine e un ambiente gioioso che celebra la bellezza e la scoperta.

La Scuola International School è l'unica scuola al mondo ad adottare l'Approccio Reggio Emilia fino alla terza media.

**"Niente senza gioia"**: su questo concetto si basa il percorso di insegnamento che guida La Scuola International, la quale fin dalla sua fondazione nel 2002, ha dato agli studenti la possibilità di diventare protagonisti del proprio percorso di apprendimento e ha ispirato un amore duraturo per la ricerca, la scoperta e il pensiero critico.

**LA SCUOLA INTERNATIONAL SCHOOL**  
info@lascuolainternational.org  
mi.lascuolainternational.org



# BABYBRAINS®

## IL CERVELLO DEI PICCOLI, SPIEGATO AI GRANDI

Essere genitori è un viaggio affascinante ma, al contempo, pieno di domande. Ci chiediamo se stiamo facendo la cosa giusta e come leggere i segnali dei nostri bambini. A Milano, **GEPO** propone **BabyBrains®**, un percorso che porta la conoscenza dello sviluppo del cervello nella prima infanzia nella quotidianità dei genitori.

Ne parliamo con Arianna Ciucci, Ostetrica e Specialista Certificata BabyBrains® di GEPO in Welcomed.

### Cos'è BabyBrains®?

Si dice spesso: "Se ci fosse un manuale d'istruzioni, sarebbe tutto più semplice". Con i bambini questa sensazione è quotidiana: i segnali sono tanti, ma non sempre immediati da leggere e il timore, come genitori, di sbagliare sempre presente. BabyBrains® nasce proprio da qui: un ciclo di laboratori che traduce le ricerche sullo sviluppo del cervello nella prima infanzia in esempi e strumenti concreti, per leggere meglio i compor-

tamenti e compiere scelte con più consapevolezza.

### Perché parlare di cervello quando si parla di educazione?

Perché educare significa accompagnare un bambino che sta imparando a regolarsi: emozioni, attenzione, attesa. Conoscere come maturano queste abilità aiuta a distinguere un bisogno da una sfida e a costruire confini coerenti con l'età.

### Cosa succede davvero nel primo anno di vita?

Il cervello cresce velocissimo: si creano connessioni e basi importanti per relazione e fiducia. Anche se il bambino non "ricorderà" come un adulto, quell'esperienza lascia delle tracce: nel modo in cui si calma, esplora, si affida e si rapporta alla vita.

### "Impara le lingue come una spugna": è davvero così?

Sì, ma non perché assorba tutto indistinta-



**ARIANNA CIUCCI**  
OSTETRICA E SPECIALISTA CERTIFICATA  
BABYBRAINS®  
ASSOCIAZIONE GEPO, PRESSO  
I CENTRI MEDICI WELCOMED

mente. Il cervello riconosce schemi e suoni e impara soprattutto dall'esposizione quotidiana e dalla relazione con persone: frasi semplici, contesti reali. La continuità e la relazione valgono più della perfezione.

### Premi e punizioni: funzionano?

Possano spostare un comportamento nel breve, ma non sempre insegnano cosa fare "al posto di". Nei laboratori si lavora su alternative più stabili: routine, anticipazioni, favorire la curiosità, coerenza, rinforzi che sostengono l'autoregolazione e un linguaggio adatto all'età.

### E l'autonomia: come si accompagna senza forzarla?

Con piccoli passaggi: occasioni per provare, tempo, prevedibilità, presenza e qualche "passo indietro" fa parte del percorso: spesso è il modo con cui una conquista si consolida.

GEPO accompagna le famiglie, mamme e bambini nei passaggi più delicati: gravidanza, nascita, primi mesi e primi anni. Oggi lo fa insieme a Welcomed, con la stessa idea di cura: competenza, ascolto e presenza.

### WELCOMED

Via F. Burlamacchi, 1A  
Via degli Olivetani, 2A  
info@associazionegepo.it



La baby spa per neonati.  
Acquaticità-Idroterapia-Massaggio infantile.  
Sessioni individuali o in piccoli gruppi.



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

Via Scarpa, 12 - Tel. 0236539783 - [info@babybubble.it](mailto:info@babybubble.it) - IG: @babybubblemilano

# DAI BUONI PROPOSITI A UNA ROUTINE VINCENTE

CON *BROOKLYN FITBOXING*

C'è un momento della giornata tra riunioni, chat della scuola e liste di cose da fare, in cui capita di chiedersi: "E io, dove mi metto?". Il tempo è poco, le energie sempre distribuite tra lavoro, famiglia e responsabilità. Eppure, il **bisogno di stare bene, di scaricare la tensione e ritrovare forza** (fisica e mentale) non è mai stato così urgente. Il tempo dedicato a "rimettersi in for-



ma" non deve inserirsi negli impegni da incastrare, ma merita uno spazio tutto per sé, una routine sostenibile per stare meglio. Sempre più donne stanno cambiando approccio allo sport: meno ossessione per l'estetica, **più attenzione a energia quotidiana, gestione dello stress, benessere mentale e longevità**. Perché allenarsi oggi significa stare bene domani, ma anche arrivare a sera con forza in più.

In questo scenario, l'allenamento di forza e il cardio ad alta intensità (HIIT)

si confermano alleati preziosi: aiutano a proteggere il cuore, migliorano la resistenza e regalano quella sensazione di "reset" mentale che equivale ad una ricarica di energia completa.

È proprio da questa esigenza reale che nasce l'approccio di **Brooklyn Fitboxing**, catena di fitness che sta conquistando Milano, con 13 club distribuiti in tutta la cit-

tà, pensati per adattarsi ai ritmi di chi non ha tempo da perdere. **L'allenamento è un HIIT di 47 minuti che combina round di boxe e kickboxing al sacco** (e quindi senza contatto) con esercizi di forza, il tutto **a ritmo di musica**. Intenso, sì, ma accessibile: ogni persona lavora secondo il proprio livello, guidata da **trainer certificati**. Le lezioni, distribuite su tutta la giornata, si svolgono in gruppo, perché la motivazione cresce quando si condividono emozioni, energia ed esperienze.

Ogni sacco da boxe è dotato di sensori che misurano in tempo reale forza, coordinazione e ritmo. Il risultato? Un feedback immediato sui propri progressi, che trasforma l'allenamento in un gioco motivante, dove la vera sfida non è con gli altri, ma con sé stesse.

*Brooklyn Fitboxing* diventa così una parentesi di energia nella settimana. Perché prendersi cura di sé non è un lusso, ma una necessità. Quando diventa una routine che funziona, fa bene a tutti.

**BROOKLYN FITBOXING**  
[www.brooklynfitboxing.com](http://www.brooklynfitboxing.com)

Scansiona il QR code e scopri la **promozione per la prima sessione di allenamento**, dedicata a tutte le lettrici di **MilanoMoms**.

Vieni a provarlo in uno dei tanti club di Milano.

Oppure collegati al link [www.brooklynfitboxing.com/public/it/it-it?ref=mgi2ymj](http://www.brooklynfitboxing.com/public/it/it-it?ref=mgi2ymj)



# GUARDANDO LO SKYLINE A'RICCIONE TERRAZZA 12

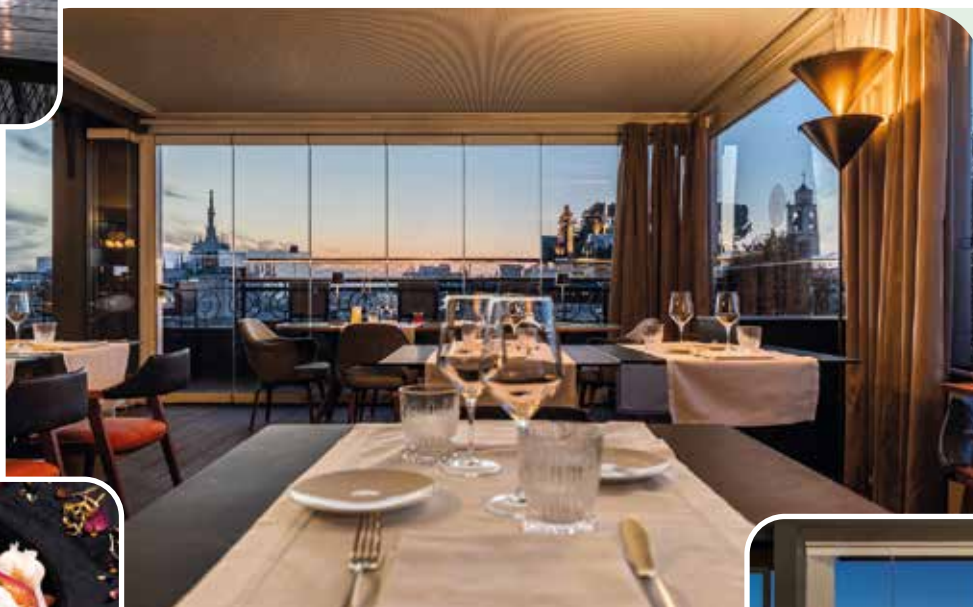
RISTORANTE E LUONGE BAR PANORAMICO

Nel cuore di Milano, a pochi passi da Piazza San Babila, A'Riccione Terrazza 12 è un indirizzo da segnare, se desiderate concedervi una serata in coppia o con gli amici, in **un'atmosfera elegante, con vista sulla città**. Terzo nato della famiglia A'Riccione, dopo il locale storico fondato nel 1955 e il bistro aperto nel 2008 dai fratelli Dante e Giuseppe di Paolo, A'Riccione Terrazza 12 accoglie i clienti in un am-

biente dal design fresco e contemporaneo. La cucina è affidata allo Chef Marco Fossati che rilegge in chiave moderna la migliore tradizione mediterranea, aggiungendo un tocco di internazionalità. Al piacere della cena si aggiunge quello della vista. Aperto dalle 12 alle 02 di notte, A'Riccione Terrazza 12 è uno spazio versatile, ideale per accogliere sia un pranzo d'affari, sia una serata glamour o un aperitivo.



Fiore all'occhiello del ristorante è la terrazza panoramica, che offre un colpo d'occhio su tutta Milano.



Nel lounge bar, una vasta selezione di drink tra classici e miscelezioni innovative.



La cucina mediterranea celebra il gusto del pesce, con piatti che coniugano la tradizione e sfumature internazionali.



Aperitivo con vista.

**A'RICCIONE TERRAZZA 12**  
Via Durini, 28  
[www.ariccionemilano.it](http://www.ariccionemilano.it)

**▶▶ TEATRO FRANCO PARENTI****•> Il giardino di Rigoletto**

OPERA BABY – DAI 6 AI 36 MESI  
28-29 MARZO, ORE 10 E 11.15

Una storia delicata di cura e crescita, ispirata a Rigoletto di Verdi: un'esperienza partecipativa di canto, movimento e musica dal vivo, pensata per la primissima infanzia.

▶ [www.teatrofrancoparenti.it](http://www.teatrofrancoparenti.it)

**▶▶ AUDITORIUM DI MILANO****•> La Piccola Mozart  
Storia di Nannerl e di Wolfgang  
suo fratello**

SABATO 7 MARZO 2026, ORE 16

Il racconto teatrale dello straordinario giro in Europa del piccolo Wolfgang Amadeus e di sua sorella Nannerl, prima che le venisse

detto che lei no, lei non avrebbe potuto continuare a fare la musicista nonostante il talento e la passione. Una storia vera, accompagnata da alcune tra le pagine sinfoniche più famose del compositore salisburghese.

▶ [www.sinfonicamilano.org](http://www.sinfonicamilano.org)

**▶▶ BASILICA DI SANT'AMBROGIO****•> Visita laboratorio organizzata da AD ARTEM**

PER BAMBINI 6-10 ANNI  
DOMENICA 1 MARZO, ORE 14.45  
SABATO 7 MARZO, ORE 10  
SABATO 14 MARZO, ORE 14.45  
SABATO 21 MARZO, ORE 10

Nel suggestivo quadriportico della Basilica di Sant' Ambrogio, tra colonne antiche e pietre consumate dal tempo, si celano dettagli sorprendenti: code di pesce, corna di cervo, zampe di leone, teste d'aquila e fauci di drago emergono dai capitelli come frammenti di un mondo simbolico ormai lontano. Durante la visita guidata, i bambini impareranno a riconoscerli, e ad interpretarne il significato. Poi tutti in laboratorio: combinando elementi reali e fantastici, i piccoli visitatori potranno dar vita ad un personale bestiario di classe.

▶ [www.adartem.it](http://www.adartem.it)

**▶▶ TEATRO ARCIMBOLDI****•> K-Pop Le Guerriere**

LUNEDÌ 6 APRILE – ORE 18

Il concerto LE GUERRIERE K-POP è un'esperienza scenica che intreccia musica, ballo e narrazione in un viaggio emozionante, dinamico e adatto a spettatori di tutte le età. Uno show che conquista con la sua energia, la sua spettacolarità visiva e un racconto epico che parla di coraggio, unione e potere della musica. Una celebrazione della musica come forza universale, un invito a credere nell'unità e nel potere

delle emozioni condivise.

▶ [www.teatroarcimboldi.it](http://www.teatroarcimboldi.it)

**▶▶ MUSEO IMPOSSIBILE**

FINO A MAGGIO 2026

Curiosità e stupore sono gli ingredienti di questa mostra unica nel suo genere, che si presenta come un connubio perfetto tra arte, innovazione e tecnologia. Foto incredibili e selfie spettacolari stimoleranno la fantasia: giochi di ruolo e situazioni surreali offrono al pubblico di ogni età l'occasione per staccare dalla quotidianità e vivere un'esperienza divertente, coinvolgente e al tempo stesso in grado di stimolare la creatività.

▶ Presso le Cartiere Vannucci, Via Atto Vannucci, 16

▶ [www.museoimpossibile.it](http://www.museoimpossibile.it)

**▶▶ MUSEO DELLA SCIENZA  
E DELLA TECNOLOGIA****•> Laboratori creativi per bambini 4-8 anni**

28 FEBBRAIO, ORE 15 - 18

In occasione dell'uscita del libro "Dove crescono le favole" (Diego Cusano, Andrea Maugeri-Valentina edizioni) pensato per avvicinare i bambini in modo creativo al mondo del cibo, si svolgeranno laboratori per bambini dai 4 agli 8 anni. Le attività uniranno narrazione, arte e sostenibilità, coinvolgendo le famiglie in un percorso condiviso fatto di racconti collettivi, creazioni artistiche con materiali di recupero e installazioni partecipate. Attività incluse nel biglietto di ingresso al Museo. Partecipazione senza prenotazione, fino a esaurimento posti. Per partecipare è necessaria la presenza di una persona adulta.

▶ [www.museoscienza.org/it](http://www.museoscienza.org/it)





►► **MUSEO DI STORIA NATURALE**

•> **Le avventure di Babydino**

7 MARZO ALLE 10.30 - 29 MARZO ALLE 16

4-6 ANNI

Un cucciolo molto speciale è comparso nel museo. Proviene da un passato lontano e ha bisogno del nostro aiuto per poter tornare a casa. Attraverso un viaggio nel tempo, con l'aiuto di Dino i bambini impareranno moltissime cose sui dinosauri e sugli animali che hanno preceduto e condiviso il tempo con questi meravigliosi rettili. Un'avventura che si dipanerà per tutte le sale di paleontologia fino ad aiutare il piccolo amico a ritrovare la strada di casa.

► [www.museodistorianaturalemilano.it](http://www.museodistorianaturalemilano.it)

►► **TEATRO MANZONI**

14 MARZO, ALLE ORE 15 E ALLE ORE 17.30

•> **Quando siamo grandi**

Due fratelli di 8 e 9 anni per salvare il matrimonio dei genitori si rivolgono ad una fata pasticciona, a cui chiedono di farli tornare 30 anni indietro nel tempo, nel giorno in cui si innamorarono i genitori, per cambiare il futuro della famiglia. Cosa accadrà con il loro intervento?

► [www.teatromanzoni.it](http://www.teatromanzoni.it)



►► **MUSEOCITY**

DAL 27 FEBBRAIO AL 5 MARZO

Dal 27 febbraio al 5 marzo 2026, prenderà il via il cuore della manifestazione con aperture straordinarie, visite guidate, laboratori, incontri e conferenze promossi dalle 124 istituzioni partecipanti, tra musei d'arte, di storia, di design, musei scientifici, case museo, musei d'impresa, fondazioni e archivi d'artista. L'attesa sezione "Museo Segreto" svela quest'anno 64 capolavori solitamente non esposti, offrendo al pubblico nuovi sguardi sul patrimonio cittadino. Una sezione è dedicata alle attività per i bambini, consultabile sul sito, nell'apposita sezione Museo Kids.

► [www.museocity.it](http://www.museocity.it)



Boutique  de Niños



**IL TUO NUOVO  
INDIRIZZO PER  
LO SHOPPING  
0-10 ANNI**

VIA PARMIGIANINO, 14  
(Metro De Angeli)



# MINIGUIDA ALLE ESPERIENZE SENSORIALI

DA 0 A 3 ANNI

di Alessandra Basile, puericultrice,  
educatrice e responsabile dei servizi  
alla genitorialità di Family District.

I primi anni di vita sono caratterizzati da una straordinaria plasticità cerebrale. Le neuroscienze confermano che, tra 0 e 3 anni, l'esperienza quotidiana modella in modo profondo lo sviluppo cognitivo, motorio ed emotivo del bambino. In questa fase, il ruolo dell'adulto non è quello di accelerare le competenze, ma di creare un ambiente adeguato, ricco di proposte coerenti con i bisogni evolutivi. Ecco una miniguia utile e pratica per attività da proporre e fare insieme, in questa straordinaria fascia di età!

## ► 0-12 MESI. IL CORPO COME PRIMO STRUMENTO DI CONOSCENZA.

Nel primo anno di vita, il bambino apprende soprattutto attraverso il corpo e i sensi. Il movimento libero su superfici sicure favorisce lo sviluppo motorio spontaneo, l'equilibrio e la coordinazione. Oggetti semplici, realizzati con **materiali naturali e caratterizzati da diverse texture e pesi**, stimolano la percezione sensoriale senza sovraccaricare. Il linguaggio inizia a costruirsi fin da subito; **parlare lentamente, descrivere le azioni quotidiane e rispondere ai vocalizzi** rafforza le connessioni neurali legate alla comunicazione e alle relazioni.

► **Esempio pratico:** predisporre un



tappeto a terra con pochi oggetti, vari per consistenza e forma, lasciando il bambino libero di esplorarli mentre l'adulto osserva e verbalizza.

## ► 12-24 MESI. AUTONOMIA, RIPEZZIONE E INTENZIONALITÀ.

Con l'acquisizione della postura eretta e della deambulazione, il bambino manifesta un forte impulso all'autonomia. È il momento ideale per offrire proposte che prevedano **sequenze chiare e ripetibili. Infilare, versare, aprire e chiudere, trasportare oggetti.**

Queste azioni supportano la motricità fine, la concentrazione e il controllo esecutivo. Coinvolgere il bambino in piccole attività quotidiane rinforza il senso di competenza e appartenenza.

► **Esempio pratico:** offrire diversi con-

tenitori e oggetti di dimensioni medie o grandi da travasare, consentendo la ripetizione autonoma dell'azione.

## ► 24-36 MESI. ORDINE MENTALE E COSTRUZIONE DEL PENSIERO.

Tra i due e i tre anni emerge il bisogno di ordine e classificazione. Giochi che prevedono **abbinamenti, seriazioni e differenziazioni** per forma, colore o dimensione favoriscono il pensiero logico. Il linguaggio verbale si sviluppa rapidamente; **leggere insieme, nominare emozioni e lasciare spazio al racconto spontaneo** sostiene la crescita emotiva e simbolica. Anche l'espressione artistica contribuisce all'organizzazione del pensiero.

► **Esempio pratico:** proporre un numero limitato di oggetti da raggruppare secondo un criterio scelto dal bambino, sostenendo verbalmente senza correggere.

In ogni fase, la qualità della proposta esperienziale è più importante della quantità. Un ambiente essenziale, prevedibile e rispettoso dei tempi individuali consente al bambino di crescere con fiducia. L'adulto osserva, accompagna, sostiene e prepara il contesto. È in questo equilibrio silenzioso che si pongono le basi di un apprendimento solido e duraturo.

 [www.familydistrict.it](http://www.familydistrict.it)  
[www.novepassi.it](http://www.novepassi.it)





# MOMENTI DA CUSTODIRE

## SCATTI CHE CATTURANO LE EMOZIONI

Scattare foto è un gesto ormai istintivo e ripetuto, per salvare momenti e condividerli in tempo reale con lo smartphone, ma affidare un servizio fotografico a un professionista è qualcosa di diverso: significa regalarsi e regalare un momento speciale, **dare un valore a un passaggio importante della vita**, con immagini preziose da custodire. La gravidanza, i primi mesi di vita, il primo compleanno, le cerimonie: i ritratti fotografici eseguiti dai professionisti trasformano i ricordi in un'eredità di famiglia.

Fernanda Radaelli, fotografa professionista, ci racconta il suo percorso di specializzazione

nel modo della maternità e della famiglia: "Mi sono laureata in fotografia presso la Libera Accademia di Belle Arti e specializzata nel ritratto di bambini e maternità frequentando diversi workshop tra Australia e Italia, tenuti dai più importanti esponenti del settore. Quando sono diventata mamma, nel 2022, ho capito sulla mia pelle cosa vuol dire farsi fotografare con il proprio bambino. Così ho deciso di rivoluzionare i miei servizi fotografici in modo da **far vivere un'esperienza rilassante per ai genitori, ma sempre con l'intento di catturare i momenti più belli e non lasciarli sfuggire**".

- > Maternità
- > Neonato
- > Bebè
- > Smash Cake (primo compleanno)
- > Mamme e figlio
- > Ritratto di famiglia
- > Cerimonie
- > Woman Esteem



**FERNANDA RADAELLI**  
fernandaradaelliph.com  
IG: @fernandaradaelliphotography



Scansiona il QR code  
e scopri gli scatti  
di Fernanda Radaelli.



# VOCI CHE ACCOMPAGNANO

TRE PODCAST DA ASCOLTARE PER SENTIRSI SOSTENUTE  
NELLA MATERNITÀ E NELLA GENITORIALITÀ: TRA EDUCAZIONE GENTILE,  
CONSAPEVOLEZZA E STORIE VERE

di *Ombretta Mottadelli*

Diventare madri, soprattutto all'inizio, può essere un'esperienza potente e disorientante insieme. Oggi, però, esistono nuove forme di racconto e confronto a cui appoggiarsi. A volte basta una voce nelle cuffie per fare chiarezza, ritrovare equilibrio e sentirsi comprese.



## DISCIPLINA DOLCE DI ELENA CORTINOVIS

È un podcast per chi desidera educare senza punire, ma anche senza perdersi lungo la strada. Elena Cortinovis, pedagogista esperta di educazione rispettosa, accompagna i genitori dentro le sfide quotidiane della crescita: capricci, confini, emozioni difficili, regole e relazione. Con un linguaggio chiaro e accessibile, intreccia teoria pedagogica ed esperienza quotidiana, quella che accade davvero tra emozioni intense, stanchezza e tentativi imperfetti. Aiutando, episodio dopo episodio, a spostare lo sguardo dal "controllo" alla connessione. Un ascolto prezioso per chi vuole crescere figli autonomi, ascoltati e competenti, senza rinunciare alla propria autorevolezza di adulto.

**Dove trovarlo:** Spotify, Amazon Music, Apple Podcasts

**Cosa imparerai da questo podcast:** a mettere limiti chiari restando in relazione con tuo figlio.

## L'ORA DELLE DONNE DI NATALIA LEVINTÉ

È un podcast che accende riflettori sinceri e necessari sul vissuto femminile e materno, senza scorciatoie né filtri zuccherati. Natalia Levinté, con voce calma e sguardo lucido, affronta temi come maternità reale, carico mentale, burnout, rientro al lavoro, femminismo, parità di genere e indipendenza economica delle donne. Tra riflessioni personali, confronti e contributi autorevoli, ogni episodio diventa uno spazio di ascolto autentico, dove potersi riconoscere, anche quando fa un po' male, senza giudizio.

**Dove trovarlo:** Spotify, Apple Podcasts, Podbean

**Cosa imparerai da questo podcast:** a leggere il carico mentale e il lavoro di cura con maggiore consapevolezza.



## GREMBO, RACCONTI DI PANCIA DI ANNA ACQUISTAPACE

È un podcast intimo e narrativo che dà voce alla maternità così com'è, lontana dagli stereotipi e dalle apparenze. Anna Acquistapace raccoglie storie di gravidanza mettendo al centro il corpo, le emozioni e i pensieri spesso taciuti che accompagnano l'attesa del percorso verso il diventare madri. Ogni episodio è un racconto autentico, senza idealizzazioni, che restituisce dignità alle paure, ai desideri e alle contraddizioni di questo tempo di passaggio. Grembo è uno spazio lento e accogliente, da ascoltare come si ascolta una confidenza. Per sentirsi riconosciute e meno isolate in un'esperienza profondamente personale e, allo stesso tempo, condivisa.

**Dove trovarlo:** Spotify, Apple Podcasts, Amazon Music

**Cosa imparerai da questo podcast:** a dare voce ai tuoi sentimenti e ad ascoltare il tuo passo.

**Joie**<sup>™</sup>  
signature

# Design compatto. Versatilità senza limiti.

**valora**<sup>™</sup>

Passeggino compatto 4in1 dalla nascita fino a 22kg (circa 4 anni)



Compatibile  
con navicella



Compatibile con  
seggolino auto



Seduta fronte  
genitore



Seduta fronte  
mondo



**FASCIA**

A costine in cotone, **Nanán**.  
[www.nanan.it](http://www.nanan.it)



**FELPA**

Con tasca in denim,  
**Roy Roger's Kids**.  
[www.royrogers.it](http://www.royrogers.it)



**CUFFIA**

Con lacci regolabili, **Birinit**.  
[birinit.com](http://birinit.com)



**BODY**

Con balze in mussola di cotone, **Mini Rodini**.  
[Minirodini.com](http://Minirodini.com)



**BLOOMERS**

In maglia con volant, **Birinit**.  
[Birinit.com](http://Birinit.com)



**TUTINA**

Corta, unisex in cotone a maglia traforata, **Petit Bateau**.  
[www.petit-bateau.it](http://www.petit-bateau.it)

# BENVENUTO AL MONDO

Piccoli volumi, grandi attenzioni. Tessuti naturali, comfort e praticità camminano insieme fin dal primo giorno. La moda bébé nasce dalla cura.

di *Ombretta Mottadelli*



**TUTINA**

In cotone biologico, **Marc Jacobs**.  
[It.kidsaround.com](http://It.kidsaround.com)



**PAGLIACCETTO**

Pagliaccetto in garza di cotone organico, **Nanán**.  
[www.nanan.it](http://www.nanan.it)



**CAPPELLO**

In mussola di cotone biologico, **Molo**.  
[www.molo.com](http://www.molo.com)



**SCARPINE**

In cotone con fiocchetto, **Nanán**.  
[www.nanan.it](http://www.nanan.it)



**TOTAL LOOK**

La nuova **Wardrobe Collection**, **Nuna**.  
[Nunababy.eu/it](http://Nunababy.eu/it)



**GIACCA**

Reversibile in lana mista cotone, **Bonpoint Kids**.  
[www.bonpoint.com](http://www.bonpoint.com)



**SALOPETTE**  
Con spilline,  
Birinit.  
[birinit.com](http://birinit.com)



**PAGLIACCETTO**  
In cotone,  
The Animals  
Observatory.  
[theanimalsobservatory.com](http://theanimalsobservatory.com)



**COMPLETO**  
in maglia di lana,  
Petit Bateau.  
[www.petit-bateau.it](http://www.petit-bateau.it)



**SCARPETTE**  
in tessuto mesh con  
ricami floreali,  
PèPè Children Shoes.  
[pepechildrenshoes.com/it](http://pepechildrenshoes.com/it)



**CARDIGAN**  
In cotone, Boboli.  
[www.boboli.it](http://www.boboli.it)



**BODY**  
In cotone biologico  
a costine, Molo.  
[www.molo.com](http://www.molo.com)



**TUTINA**  
In denim leggero, Diesel.  
[bravekid.com](http://bravekid.com)



**SALOPETTE**  
In cotone biologico,  
Hust & Claire.  
[www.hustandclaire.com](http://www.hustandclaire.com)

**GIACCHINA**  
In denim, Minibanda.  
[www.sarabanda.it](http://www.sarabanda.it)



**BODY**  
Con cappuccio in cotone  
organico, Gensami.  
[gensami.it](http://gensami.it)



**BAVAGLINO**  
In cotone organico,  
Forivor.  
[forivor.com](http://forivor.com)



**CALZINI**  
A costine con volant,  
Mini Rodini.  
[minirodini.com](http://minirodini.com)



**SCARPETTE**  
In pelle scamosciata,  
PèPè Children Shoes.  
[pepechildrenshoes.com/it](http://pepechildrenshoes.com/it)

# NELLA LISTA **NASCITA**

Oggetti che cullano, assicurano, intrattengono: sono i piccoli alleati dei primi rituali quotidiani. Indispensabili e da scegliere con amore.

di *Ombretta Mottadelli*

New Born



### SONAGLIO

Da appendere al lettino o al passeggino, **Doudou et Compagnie** in vendita da **Città del Sole**.  
[www.cittadelsole.it](http://www.cittadelsole.it)



### SET MUSSOLINE

In cotone, **Marni**.  
[bravekid.com](http://bravekid.com)



### SACCO NANNA

Leggero 0-6 mesi in cotone biologico, **Nobodinoz**.  
[www.nobodinoz.com](http://www.nobodinoz.com)



### GIOSTRINA ARIA

Per la culla next to me evolutiva, **Nabè**.  
[nabecreation.com](http://nabecreation.com)



### GIOSTRINA MUSICALE

In legno, **Moulin Roty**.  
[www.moulinroty-maboutique.com](http://www.moulinroty-maboutique.com)



### DOUDOU

Personalizzabile con nome ricamato a mano, **M'Amélie Creations**.  
[www.mameliecreations.com](http://www.mameliecreations.com)



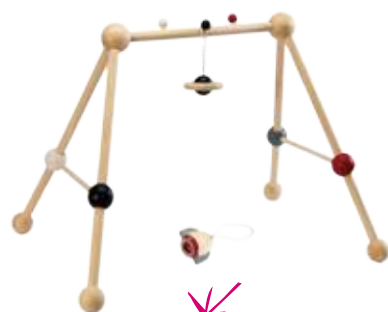
### PORTACIUCCIO

In lino certificato OEKO-TEX, **LUÈ Kids**.  
[www.luekids.com](http://www.luekids.com)



### BAVAGLINO

In cotone biologico, **Oli & Carol**.  
[www.gioconaturalmente.com](http://www.gioconaturalmente.com)



### PALESTRINA

In legno con elementi rimovibili, **PlanToys**.  
[www.gioconaturalmente.com](http://www.gioconaturalmente.com)



### CUSCINO ALLATTAMENTO

Luna in mussola di cotone, **Nabè**.  
[nabecreation.com](http://nabecreation.com)



### SDRAIETTA

In legno e cotone biologico fino a 9 kg, **Nobodinoz**.  
[www.nobodinoz.com](http://www.nobodinoz.com)



### LIBRO SENSORIALE

Con gancio per passeggino, **Trixie**.  
[www.gioconaturalmente.com](http://www.gioconaturalmente.com)



*In montagna*

HOTEL E MASI  
CON FATTORIA

*Summer  
camp*

FULL IMMERSION  
NELL'INGLESE

*Al mare*

IN LIGURIA  
CON I BAMBINI

# WEEKEND DI BENESSERE

## SULLE COLLINE DEL LAGO DI COMO



Nel territorio di Uggiate, a circa venti minuti di auto dalle sponde del Lario e dalla città di Como, **Tenuta de l'Annunziata** è un'oasi di natura, tranquillità e benessere, perfetta per un weekend rigenerante, in coppia, con le amiche ma anche in famiglia.

Sono quattro le sue anime: il Relais, il Ristorante Quercus, la Spa del Benessere e il Bosco Bioenergetico.

### IL RELAIS

A disposizione degli ospiti, 21 camere di varie tipologie (standard, superior e deluxe), accomunate dalla splendida vista che abbraccia il castagneto. Per le famiglie sono disponibili su richiesta camere provviste di divano letto per i bambini o potete chiedere una culla in fase di prenotazione.

Per occasioni speciali, la sistemazione

top è la Red Suite, ospitata al piano più alto dell'antica torretta. Per tutte le tipologie di camera il soggiorno include, oltre alla prima colazione, un accesso di quattro ore alla SPA per ogni giorno di permanenza.

### IL RISTORANTE QUERCUS

Il ristorante è nato come espressione gourmet dell'azienda agricola di proprietà. La proposta gastronomica è improntata su ingredienti stagionali e curata dallo Chef Domenico Ruberto, Gastronomy Director della struttura, con la collaborazione dello Chef Mauricio Teixeira. La cucina è un mix di tradizione e creatività che rivisita le specialità culinarie tipiche della cucina comasca e del territorio lariano. Per chi desidera godere un contesto più informale, è disponibile il Tree Cocktail Bar Bistrot con la sua proposta casual dining.



### WELLNESS E SPA

La SPA (accessibile anche a ospiti esterni) si estende su 1.500 mq: piscina coperta con musica subacquea, idromassaggio, percorso Kneipp, hammam, bagno turco, sauna finlandese e sauna alle erbe, docce emozionali, fontana del ghiaccio, solarium e tisaneria. Ampia la proposta di trattamenti viso e corpo adatti alle più diverse esigenze, con particolare attenzione ai trattamenti ayurvedici. Infine, la nuovissima infinity pool esterna con solarium.

### IL BOSCO BIOENERGETICO

Fiore all'occhiello della Tenuta è il bosco bioenergetico, un vero e proprio "parco del benessere" grazie al quale il piacere di una semplice passeggiata nella natura si trasforma in un momento di benessere psico-fisico. Troverete quaranta diverse aree dove la presenza di determinate specie arboree crea condizioni bioenergetiche tali da permettere a chi vi sosta per almeno dieci minuti di abbassare il livello generale di stress e aumentare il proprio benessere complessivo. A ogni ospite del Relais viene consegnata una mappa con itinerario e specifici effetti benefici, così da orientare l'esperienza sensoriale secondo le specifiche esigenze.



### TENUTA DE L'ANNUNZIATA

Via Dante Alighieri, 13  
Uggiate con Ronago (Como)  
tel. 031.949352  
[www.tenutadelannunziata.it](http://www.tenutadelannunziata.it)

# TRA CASTELLI ARROCCATI E MUSEI SORPRENDENTI

## UN VIAGGIO TRA STORIA E NATURA

Un piccolo viaggio nel tempo, per ammirare alcuni tesori del Friuli Venezia Giulia, regione mitteleuropea ricca di storia, tradizioni ed esperienze adatta a tutta la famiglia. Abbiamo selezionato 4 idee, per un weekend lungo, tra scoperte, panorami e musei interattivi.



© Fabrice Gallina

### CASTELLO E PARCO DI MIRAMARE

Inserito in una posizione panoramica incantevole e circondato da un rigoglioso parco, il Castello di Miramare è stato costruito tra il 1856 e il 1860 come residenza per l'arciduca Ferdinando Massimiliano d'Asburgo. L'interno è costituito da oltre 20 stanze: di particolare pregio sono le Sale di Massimiliano, fra le quali la camera da letto, arredata come una cabina di nave, e la Sala del trono. Nell'area delle Serre Nuove è presente il Miralab, un nuovo spazio per bambini e ragazzi, dove è possibile vivere nuove esperienze a contatto con la natura e con la storia del Parco.

[www.castellomiramare.org](http://www.castellomiramare.org)

### CASTELLO DI DUINO

Costruito nel XIV secolo sulle rovine di un avamposto militare romano, nel Settecento divenne un centro culturale ed umanistico, mantenendo tutt'oggi questa tradizione. Numerosi ospiti di prestigio si sono susseguiti nel tempo: Elisabetta d'Austria (Sissi), l'Arciduca Francesco Ferdinando d'Austria, Strauss, Liszt, Gabriele d'Annunzio, Paul Valéry e Rainer Maria Rilke. Si possono prenotare, con un certo anticipo, visite guidate in varie lingue. Da non perdere: la Scala del Palladio, il forte-piano del 1810 sul quale suonò Liszt e lo straordinario panorama sul golfo che si può ammirare dai bastioni esterni a picco sul mare.

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



### MUSEO DI STORIA NATURALE

Il Museo di Storia Naturale di Trieste, fondato nel 1846, espone vaste collezioni di botanica, zoologia, mineralogia, geologia e paleontologia, divise in due grandi sezioni. Troverete, inoltre, un reparto sull'evoluzione degli ominidi dove è esposto il cranio dell'Uomo di Mompaderno, proveniente dall'Istria e calchi importanti di ominidi fossili tra cui la famosa "Lucy".

[museostorianaturaletrieste.it](http://museostorianaturaletrieste.it)

### BIOMA BIODIVERSITARIO MARINO

Lontano dalla forma più classica e statica di museo, il Biodiversitario Marino offre al visitatore una vera e propria immersione nell'intera varietà di ambienti della Riserva marina protetta di Miramare. Una prima sezione è organizzata per "ambienti" con ricostruzioni della scogliera sommersa, sezioni di sedimento sabbioso, il tutto accompagnato da video immersivi, rappresentazioni 3D, docce acustiche per ascoltare i suoni del mare e lo spettacolo della bioluminescenza del mare di notte, uno speciale acquario che permette di toccare alcuni organismi. Un'altra sezione è dedicata invece al rapporto dell'uomo con il mare, nei suoi aspetti positivi e in quelli negativi. Il Biodiversitario Marino accoglie un nuovo percorso bambini con fiaba illustrata e tanti giochi a tema.

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



# BOLZANO: LA PORTA DELLE DOLOMITI.

Dove culture diverse si incontrano, le tradizioni prendono vita e la sostenibilità strizza l'occhio all'innovazione. Scopri Bolzano. Vivi Bolzano.

**Azienda di Soggiorno  
e Turismo Bolzano**

Via Alto Adige 60  
Piazza del Grano 11  
+39 0471 307000  
info@bolzano-bozen.it



# FINALE LIGURE

## LA LIGURIA DIVENTA FAMILY

### MARE, BORGHI E NATURA: PERCHÉ È LA META PERFETTA PER UNA FUGA CON I BAMBINI, A DUE PASSI DA MILANO

Ci sono luoghi che riescono a mettere d'accordo tutti: i bambini, che vogliono giocare e muoversi liberi, e i genitori, che cercano semplicità, bellezza e zero stress. Finale Ligure è uno di questi. Facilmente raggiungibile da Milano, accoglie le famiglie con spiagge ampie e sabbiose, un mare pulito e un'atmosfera rilassata che si percepisce fin dal primo giorno.

La zona di **Finalmarina** è ideale con i più piccoli: stabilimenti attrezzati, lungomare pianeggiante e tanti servizi a portata di passeggino. Poco distante, **Varigotti** regala uno dei panorami più iconici della Riviera, con la sua spiaggia dorata e il mare trasparente, perfetto anche per una prima maschera e boccaglio. E quando il sole cala, una passeggiata tra i vicoli di **Finalborgo**, uno dei borghi medievali più belli d'Italia, è un viaggio nel tempo che affascina anche i bambini.

Finale Ligure non è solo mare. L'entroterra offre sentieri facili, ponti romani immersi nel verde e percorsi ideali per cammina-



te in famiglia. È una destinazione che funziona bene tutto l'anno, perfetta anche fuori stagione per un weekend lento tra natura, cultura e buona cucina ligure.

#### IL CONSIGLIO DI **RIVIERADEIBAMBINI.IT**

Per vivere Finale Ligure senza pensieri, molte famiglie scelgono strutture immerse nel verde, come il **Villaggio di GiuEle**, pensate davvero a misura di bambino. Oltre ai servizi family e alla comoda navetta per la **spiaggia di Varigotti**, il Villaggio propone durante la settimana **gite organizzate che permettono di scoprire il territorio** insieme: dal **maneggio Le Perle Nere di GiuEle** a **Finalborgo**, fino ai suggestivi **Ponti Romani in Val Ponci**. Un modo semplice e divertente per esplorare Finale anche senza auto, lasciando spazio solo al piacere della vacanza.



INQUADRA  
IL QR CODE PER VEDERE  
IL VILLAGGIO E  
PRENOTARE



#### **IL VILLAGGIO DI GIUELE**

Residence - Hotel  
Via Calvisio, 37 - Finale Ligure  
Tel 019 601240  
[www.ilvillaggiodigiuEle.it](http://www.ilvillaggiodigiuEle.it)

# TRA STALLE, FIENILI E AMICI ANIMALI

## GLI HOTEL E I MASI CON FATTORIE E MINI-ZOO

di Laura Della Badia

La vacanza in montagna non è solo un momento per staccare dalla routine ma anche un'occasione per vivere esperienze autentiche, tra natura e scoperte, lontani dai ritmi frenetici. Il contatto con gli animali è una di queste esperienze, sempre più ricercata dalle famiglie. Molti

hotel di montagna ne hanno fatto un plus delle proprie proposte, consentendo ai bambini di conoscere dal vivo gli animali, dare da mangiare a caprette e conigli, osservare le mucche durante la mungitura o raccogliere le uova nel pollaio. Mini zoo, stalle: le proposte sono di-

versificate a seconda che si tratti di resort e hotel oppure agriturismi e masi. Oltre alla possibilità di osservare e finalmente toccare gli animali, si può partecipare anche alle attività quotidiane o alle passeggiate in compagnia di cavalli e alpaca.



### SCHNEEBERG FAMILY SPA RESORT

Nella splendida Val Ridanna, a pochi chilometri da Vipiteno, lo Schneeberg è ormai un punto di riferimento per le famiglie. Qui, a pochi metri dall'hotel, il piccolo zoo è uno spazio amatissimo dai bambini, che possono finalmente accarezzare e conoscere dal vivo gli animali che ospita: cavalli, pony, alpaca, pecore, capre, conigli, oche, galline e un pavone. È possibile accarezzarli e dar loro da mangiare!

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



### HOTEL HUBER

Nell'Hotel Huber, nell'area Sci e Malghe Rio Pusteria, è possibile visitare il maso esperienziale Ritzailer, a solo un chilometro dall'hotel, dove conoscere capre, alpaca, pony e dare una mano durante le attività quotidiane. Porcellini d'India e conigli invece attendono i bimbi in hotel!

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

### CHALET TISCION

Le strutture ricettive che rientrano nel circuito del Gallo Rosso si distinguono per la capacità di offrire esperienze autentiche nei masi, avvicinando i turisti alla vita quotidiana dei contadini e degli allevatori dell'Alto Adige. I masi sono tantissimi, ognuno con la sua identità.

Tiscion, a Ortisei, è particolarmente adatto per i bambini. Troverete cavalli, pony, pecore, capre, galline, conigli. Vengono organizzate anche escursioni a cavallo o passeggiate sui pony.

[www.tiscion.it](http://www.tiscion.it) - [www.gallorosso.it](http://www.gallorosso.it)





### FAMILIAMUS

Nella fattoria del Familiamus (sull'altopiano di Maranza, nel comprensorio di Rio Pusteria) i piccoli ospiti imparano a prendersi cura di conigli, maiali, porcellini d'India e cavalli, in un contesto protetto e guidato. C'è poi Equidolomites, il nuovo maneggio a pochi passi dalla struttura, che accoglie 11 cavalli e pony, pensato per i bambini alle prime esperienze in sella. Infine l'hotel propone il lamatrekking con guida privata, un'escursione tra i sentieri, in compagnia di questi animali docili e curiosi.

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

### HOTEL LANERHOF

Nel mini zoo dell'Hotel Lanerhof, in Val Pusteria, grandi e piccini possono incontrare alpaca dal soffice pelo, porcellini d'India, caprette, coniglietti, pecore, teneri pony e la mucca Winki, la mascotte! Per chi lo desidera, si può salire in sella al pony per un giro speciale o intraprendere una piacevole escursione nella natura accompagnati dagli alpaca. [www.winklerhotels.com/it/hotel-lanerhof](http://www.winklerhotels.com/it/hotel-lanerhof)



### DAS MUEHWALD

Nella fattoria didattica dell'hotel Das Muehwald (a pochi km da Bressanone), troverete pecore, lepri e galline per poter dar loro da mangiare e accarezzarli. Ogni giorno il personale dell'hotel accompagna i bambini alla fattoria, dove possono accarezzare gli animali e dar loro da mangiare. Una volta alla settimana si organizza una visita guidata a una fattoria agricola vicina, dove i bambini possono scoprire da vicino la vita contadina e conoscere altri animali. [www.dasmuehwald.com](http://www.dasmuehwald.com)

### FAMILY RESORT RAINER

Il Children's Farm del Family Resort Rainer (a Sesto, in Val Pusteria) ospita alpaca, conigli, galline, pecore, anatre, oche e porcellini d'India che regalano ai bambini un'esperienza autentica a contatto con la natura. Accudire e osservare gli animali insegna in modo giocoso il rispetto e la cura, creando ricordi preziosi per tutta la famiglia. [www.familyresort-rainer.com](http://www.familyresort-rainer.com)



# SPEAK TEENS

UNA VACANZA STUDIO UNICA IN ITALIA

I campi estivi in inglese sono un'esperienza importante per accompagnare la crescita di bambini e ragazzi, sia per migliorare le loro abilità in inglese, sia per sviluppare indipendenza e sicurezza in se stessi nei rapporti sociali.

Abbiamo intervistato Rustin Schutte, Programme Director di Speak Teens: un campo estivo che si distingue da quelli tradizionali per l'approccio innovativo nell'apprendimento della lingua inglese.

## Cosa significa per te il nome Speak Teens?

Il nome significa molto per noi in quanto rappresenta davvero l'essenza del nostro campo, ovvero aiutare bambini e adolescenti a sviluppare le loro capacità comunicative in inglese, e accrescere la loro sicurezza nel parlare una nuova lingua. Il nostro obiettivo è offrire agli adolescenti la possibilità di fare esperienza diretta e pratica della lingua inglese, attraverso l'immersione totale nella lingua inglese. In che modo? Invitando ragazzi e ragazze madrelingua da tutto il mondo anglofono, dando vita a una "bolla linguistica" internazionale in cui si parla solo inglese.

## Quindi i ragazzi italiani incontrano coetanei provenienti dal Regno Unito e dagli Stati Uniti?

Sì, e non si limitano a incontrarsi: trascorrono l'intero campo insieme, fanno conversazione, giocano, praticano sport, partecipano a escursioni, pranzano e cenano insieme, condividono le stanze della struttura. In questo senso si tratta

di una vera e propria immersione nella lingua inglese, poiché gli adolescenti italiani vivono e stringono amicizie con adolescenti di età simile provenienti da tutto il mondo.

## Perché i ragazzi di lingua inglese partecipano a questo campo?

Selezioniamo ragazzi socievoli e capaci di contribuire alla creazione di una comunità in lingua inglese nel campo, sono ragazzi e ragazze amichevoli, aperti e disponibili, e interagiscono e fanno amicizia con i ragazzi italiani. Naturalmente sono lì anche per godersi il fantastico programma del campo estivo: infatti, a Speak Teens, le capacità linguistiche non si sviluppano attraverso il tipico approccio in un ambiente scolastico, ma attraverso attività ludiche e interattive, sport, challenge a squadre, escursioni e tanti momenti di socializzazione.

## Quanti ragazzi di lingua inglese invitate?

In ogni campo garantiamo un rapporto di 1:1 tra italiani e persone madrelingua inglese, il che ci permette di offrire un'esperienza di immersione totale nella lingua. Ogni estate invitiamo ragazzi di lingua inglese provenienti da diversi paesi, in modo che i nostri studenti possano entrare in contatto con una grande varietà di accenti e culture.



**RUSTIN SCHUTTE**  
Programme  
Director  
di Speak Teens



## Prima hai parlato di fiducia in se stessi, quanto pensi che sia importante per i ragazzi?

Tutti i genitori vogliono che i loro figli si sentano sicuri di sé e facciano amicizia, soprattutto quando diventano adolescenti, un periodo che può essere impegnativo sia per loro che per i genitori. I campi estivi offrono uno spazio sicuro e un'esperienza emozionante dove i ragazzi possono socializzare e sviluppare la loro autostima incontrando e passando del tempo con altri ragazzi, allargando così la loro cerchia di amici. Oltre a questo, ovviamente, c'è la crescita in termini di indipendenza lontani da casa, una garanzia per i genitori che i loro figli siano al sicuro e a loro agio. Per fare ciò, noi di Speak Teens abbiamo un team di personale esperto che si impegna a creare un ambiente sereno, affinché i ragazzi e le ragazze possano interagire, divertirsi ed imparare.



### TUTTE LE INFORMAZIONI

- ▶ **Luogo:** Centro Turistico Valbonella, Bagno di Romagna (FC) Emilia-Romagna
- ▶ **Fascia d'età degli studenti:** 10 - 17 anni
- ▶ **Durata del campo:** 8 giorni / 7 notti
  - ▶ **Madrelingua presenti durante il campo:** Staff e insegnanti di Speak Teens + "Teen Anglos"
- ▶ **Età dei "Teen Anglos":** 13 - 17 anni
  - ▶ **Rapporto madrelingua:** 1:1 (50 studenti italiani: 50 madrelingua)
  - ▶ **Rapporto staff-ragazzi:** 1:6



### INFO

[www.speakinitaly.com/teens](http://www.speakinitaly.com/teens)



# Riviera dei bambini

Ecco un indirizzo top firmato Riviera dei Bambini,  
perfetto per le vacanze in famiglia in Liguria!



[rivieradeibambini.it](http://rivieradeibambini.it)



Il Villaggio di GiuEle  
Eurocamping Calvisio  
CAMPEGGIO • RESIDENCE • HOTEL | FINALE LIGURE

*Villaggio di GiuEle: la vacanza family  
che cercavi, a Finale Ligure!*

**Residence ed Hotel** nel cuore della natura, tra ulivi e carruggi, un villaggio in stile ligure-saraceno dove ogni famiglia si sente a casa.

Piscine, animazione, maneggio e una spiaggia privata a Varigotti raggiungibile con comoda navetta.

Ristorante con menù pensati per i bambini e sapori autentici a km 0, per una vacanza che conquista grandi e piccini. **Scopri tutte le offerte per l'estate!**

[ilvillaggiodigiuete.it](http://ilvillaggiodigiuete.it)  
Tel. 019 601240





# Winter Wonderland & Wellness Intensive

allo Schneeberg - Family Spa Resort 4 stelle

TOP OFFERTA

## 4 giorni da 410€\* p.pers.

con "All-Inclusive Light"

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



\*prenotabile dal:  
19/02 - 29/03/26 | 12/04 - 26/04/26 da € 410.- p.p.  
giorni (gi-do) o 4 giorni (do-gi)



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



+39 0472 656232

info@schneeberg.it