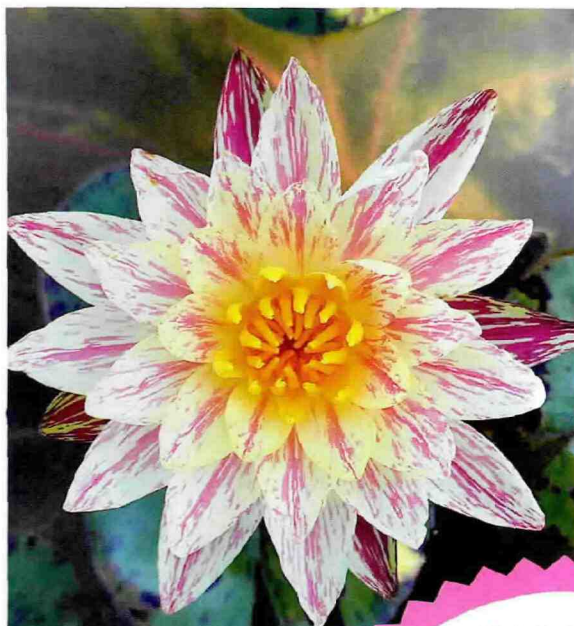


un po' di tutto

in 5 domande

a cura di Mariacristina Panella



Nella foto: Ninfea "Paranee" di Water Nursery (Latina)

quando 4-5-6 ottobre

Piante fantasmagoriche

In questo periodo sono tantissimi gli appuntamenti con le manifestazioni florivaistiche in ogni parte d'Italia e, in effetti, l'autunno è il momento migliore sia per ripensare il giardino sia per mettere a dimora le nuove piante che desideriamo inserire. Nel primo weekend di ottobre non bisogna lasciarsi scappare l'occasione per visitare "Orticolario" a Cernobbio (Co), un evento che ogni anno si distingue

per l'eleganza delle sue proposte, per l'intento di fare cultura e non solo mercato, per la bellezza dello scenario di Villa Erba, del suo parco e del lago che fa da sfondo agli allestimenti. L'edizione di quest'anno è intitolata "Fantasmagoria" ed è dedicata al tema del viaggio, perché senza i viaggiatori non esisterebbero i giardini come li conosciamo oggi. Per informazioni e dettagli sul programma: orticolario.it

quanto

500mila

Malati di epilessia in Italia

Nonostante in Italia siano 500mila i casi di epilessia, che spesso riguardano i bambini, oltre il 60% degli insegnanti non saprebbe come comportarsi se un alunno avesse una crisi mentre si trova in classe. Per colmare questa lacuna, la Lega italiana contro l'epilessia (Lice) ha lanciato la prima campagna educativa digitale "A scuola di epilessia, quando la malattia ci chiede di sapere", rivolta proprio ai docenti e ai bambini tra 8 e 12 anni. Per info: educazionedigitale.it/epilessia

cosa

LA CUCINA "DELLA MAMMA"

Pasta, lasagne, risotto e anche tramezzini, buoni come se li avesse preparati la mamma, ma già pronti per essere gustati "al volo" da chi non ha molto tempo da dedicare alla cucina. È la scommessa della linea "Viva la Mamma Beretta", che con l'iniziativa "Vivi di gusto" invita a provare di persona la qualità dei prodotti in due piazze di Milano (largo La Foppa fino al 5 ottobre e piazza Argentina dall'8 al 12 ottobre), assaggiandoli sul posto o facendosi consegnare nel raggio di 2 km. Il pasto è gratuito, ma c'è la possibilità di fare una donazione in favore dell'associazione Pane Quotidiano.



perché

CORRERE INSIEME...

... è meglio!



Donne che corrono insieme, all'aperto e in totale sicurezza, contro la violenza e per se stesse, perché fare gruppo fa bene al fisico e allo spirito. È questo lo scopo del network Women In Run nato su Facebook e attivo in diverse città italiane (Milano, Lecco, Verona, Cesena, Napoli, Trieste, Arezzo, Modena, Trento, Bari, Vicenza, Roma) con gruppi di allenamento gratuiti. In particolare, al centro sportivo XXV Aprile di Milano, ora Woman in Run propone incontri finalizzati alla preparazione in vista della Milano 21 Half Marathon, in programma domenica 24 novembre, con un allenamento settimanale guidato da coach esperti. Per informazioni: www.facebook.com/wirmilano

come Capire le emozioni

Leggendo una storia

Si parla tanto di empatia, una qualità fondamentale nelle relazioni e che viene considerata innata. Invece no: si può imparare o, comunque, potenziare già da piccoli. Il libro "Il linguaggio delle emozioni" (a cura di Barbara Franco, ed. Gribaudo, € 16,90), si rivolge ai bambini dai 2 ai 6 anni e ai loro genitori, proponendo 48 episodi di vita quotidiana e altrettanti stati d'animo vissuti da Pietro, Elisa e la loro famiglia, protagonisti delle storie. Così, in modo semplice e diretto, i bambini impareranno a dare un nome a quello che provano e a riconoscere anche negli altri gli stessi sentimenti. Per i genitori ci sono pagine dedicate, che li aiuteranno a guidare i piccoli in modo più efficace nella lettura e nella comprensione.

