



Per i primi lettori che chiamano in redazione l'11 luglio dalle ore 12 alle 12,30 Tel. 335 7231625 fino ad esaurimento freepass

**1 CAPPELLINO PER PROTEGGERSI DAL SOLE** offerto da L'armadio Che Scoppia  
Baby Vintage Boutique  
Via Castiglione, 80/B  
www.armadiochescoppia.it

**1 KIT MERENDA BIO** Offerto da Alce Nero Caffè Bio  
Via Petroni 9

**1 PALETTA E 1 FORMINA PER LA SPIAGGIA** Offerto da Imaginarium  
Via Porta Nova, 14

**1 LIBRO "LA VICINA DELLE PULCETTE"** offerte da Libreria Trame  
Via Goito 3

**Bimbo-bambinidavivere lo trovi da:**  
LIBRERIA TRAME  
LIBRERIA DEI COLLI  
LIBRERIA TRAME  
Imaginarium  
www.vitruvio.emr.it

# SCONTI PIU'

DAL 7 LUGLIO AL 4 SETTEMBRE

SCONTI FINO AL **70%** SUL PREZZO OUTLET



SCONTI PIU', IL DOPPIO SCONTO CHE TI FA RISPARMIARE FINO AL 70% SUL PREZZO OUTLET.

Oltre 100 negozi aperti 7 giorni su 7.  
**A14 BO-AN** Uscita Castel San Pietro Terme

www.thestyleoutlets.com

# Bimbo

Vai sul blog di Bimbo  
[www.bambinidavivere.com](http://www.bambinidavivere.com)

Luglio-settembre 2012

Il locale dove il Biologico si stuzzica, si gusta, si compra!

BioCaffè BioRistorante BioNegozio

da lunedì a giovedì 8,00 - 20,00 venerdì e sabato 8,00 - 23,00 via Petroni, 9/b - BO tel. 051-2759196 www.alcenerocaffe.com bologna@alcenerocaffe.it

## Un acquazzone imprevisto

di Maria Beatrice Masella  
Illustrazione di Cristian Pauletto



La nuvoletta grigia era preoccupata. Aveva un prurito fastidioso al naso già dal primo mattino, e non c'era verso di farselo passare.

Si era grattata, strofinata, stropicciata fino a farsi venire le lacrime, ma quel pizzicorino se ne stava appollaiato sulla punta del suo naso come una lucertola al sole e non se ne voleva andare. Anzi, con il passare delle ore, sembrava lievitare: cresceva, cresceva e montava, gonfiava e si dilatava, fino a quando...  
**- EE...EEE...ETCHIUU!!! -**

Un fragoroso starnuto esplose in un tuono e uno scroscio d'acqua colò giù sulla terra

inondando i campi.

- Ecco, lo sapevo... -

Piagnucolò la nuvoletta, aggiungendo le lacrime salate alla pioggia battente.

- Ho resistito tutto il giorno e dovevo starnutire proprio quando i coniglietti vanno a fare merenda sul prato... Pensarono che sono una nuvoletta dispettosa! -  
Lì vicino, infatti, c'era una scuola di piccoli conigli che amavano scorrazzare sui prati giocando a rincorrersi e a rotolarsi nell'erba alta. Quando quella mattina i coniglietti furono sorpresi dall'acquazzone, invece di scappare via, spalancarono i loro mu-

setti e si misero ad ingoiare la pioggia.

Successe così una cosa strana e imprevista: le goccioline dolci di pioggia unite alle lacrime salate della nuvoletta sciolsero tutti i pensieri fastidiosi che si erano fermati in gola. Ogni coniglietto e ogni coniglietta ne aveva uno. Sara era preoccupata per la mamma che presto avrebbe avuto altri piccoli. Mimi era triste perché il papà era andato lontano a cercare il cibo. Peter era arrabbiato perché aveva litigato con un compagno di scuola. Aladin era geloso del suo fratellino che correva più veloce di lui.

**indice**  
All'interno  
• AGENDA luglio-agosto-settembre  
• Da mangiare: creme ad alta protezione  
• Piccole letture estive  
• Sconti e freepass sul retro

dando verso l'alto. La nuvoletta grigia ascoltò quelle parole: per l'emozione diventò rossa come un peperone, ma così rossa che il suo colore si sparse tutt'intorno e quando finalmente si soffiò il naso e si asciugò gli occhi, la pioggia era cessata e nel cielo tinto di rosa era comparso l'arcobaleno.

**Cristian Pauletto**, nato in provincia di Belluno, vive e disegna a Bologna.

**Maria Beatrice Masella**, insegnante e pedagogista, autrice di testi per ragazzi e bambini, ha scritto il suo ultimo libro dedicandolo alle famiglie di tutti i colori. Bambini, bambine e sapori da un lato, e Famiglie a colori dall'altro, filastrocche con due versi di lettura corredate da un CD. Parole narrate da Alfonso Cucurullo, musiche di Federico Squassabia, illustrazioni di Nicolas Gouny. Collana ViceVersa, Bacchilega Junior, Imola, 2012.

- Ci voleva proprio questo bell'acquazzone per farvi felici, non è vero? -  
Disse la maestra coniglia, che la sapeva lunga sui pensieri tristi dei suoi piccoli e non temeva il fango.  
- Dobbiamo dire grazie a quella nuvoletta lassù... -  
aggiunse sorridendo e guar-

**LIBRERIA TRAME**  
LIBRERIA DEI COLLI  
LIBRERIA TRAME  
Imaginarium  
www.vitruvio.emr.it

## LIBRERIA TRAME Piccole letture estive

a cura di Nicoletta - Libreria Trame - Via Goito 3/c

Un garbato racconto delle differenze fra maschi e femmine. Dai tre anni.

**Per passare il tempo**  
Tante cose da trovare e colorare in vacanza  
AAVV - edizioni Usborne  
Un libro quasi in bianco e nero fonte di mille spunti per giochi e disegni fra topini in bicicletta e conigli balneari. Dai cinque anni.

**Per imparare a giocare fra maschi e femmine**  
La vicina delle pulcette  
Beatrice Alemagna  
edizioni Phaidon  
La pulcetta multicolore riceve una visita dalla nuova vicina a cui piacciono giochi nuovi e diversi dai soliti.

Una scelta di titoli monografici su formaggio, pane, 1 shirt, libri, acqua e frutta che racconta con disegni foto e testi brevi ma efficaci le modalità di produzione e trasformazione dei cibi che mangiamo e delle cose che usiamo ogni giorno. Molto accattivante. Dai sette anni.

**Per i genitori**  
A cura della Scuola Holden  
Collana save the parents (ed. Feltrinelli)  
Quattro per ora i titoli di pronto soccorso per genitori a caccia di suggerimenti, che si spingono arditamente fino alla pre-adolescenza...

Mary, quasi dodici anni, sa benissimo che quando va a trovare la nonna in ospedale ogni visita potrebbe essere l'ultima. Sulla strada di casa un incontro speciale con una misteriosa ragazza permette a Mary e alla sua mamma di accompagnare la nonna verso il suo cammino fra lacrime e risate di cuore. Dai dieci anni.

**Per momenti speciali**  
La gita di mezzanotte  
Roddy Doyle - edizioni Salani

## DA OGGI PER L'ALIMENTAZIONE DEL TUO BAMBINO la massima convenienza e la migliore consulenza TUTTI I GIORNI!

**MELLIN** LATTI PER L'INFANZIA  
€ 12,30 Mellin 2 800 gr

**MILUPA** LATTI PER L'INFANZIA  
€ 12,60 Aptamil 2 800 gr

**PLASMON** OMOGENIZZATI  
€ 1,89 cad. Carte o formaggio tutti i tipi 2x80 g

**E IN PIU' SU OGNI ACQUISTO DI PARAFARMACO RICEVERAI BUONO SCONTO € 5,00**

L'uso del prodotto è indicato su consiglio del medico per lattanti di almeno sei mesi, ove non disponibile il latte materno. Non si induce a ritenere il prodotto equivalente al latte materno. Il latte materno è l'alimento ideale e l'allattamento al seno è sempre consigliato.

**DocMorris** FARMACIA LA TUA NUOVA FARMACIA COMUNALE  
www.docmorrisfarmacia.it

**Farmacia Comunale** Vicino a te...  
www.farmaciacomunale.it



Iscriviti alla newsletter su  
[www.bambinidavivere.com](http://www.bambinidavivere.com)

# agenda bimbo

## Libri e giochi per Ricominciare

Dove: Biblioteca SalaBorsa  
Piazza nettuno 3  
Quando: Fino al 4 dicembre  
Raccolta di libri e giochi per bambini e ragazzi delle Zone terremotate in Emilia. Tutti possono partecipare donando libri, giochi e giocattoli presso il banco della Sala Bambini all'interno di Biblioteca Salaborsa Ragazzi e in altri punti di raccolta a Bologna (Giannino Stoppiani - libreria per ragazzi, Hoffman - giochi e giocattoli, Libreria Ulisse, Les libellules, Fondazione Villa Ghigi, Modo infoshop, Libreria Trame), Casalecchio di Reno - BO (Bradipo - libreria per ragazzi), San Lazzaro di Savena - BO (Il mondo di Ozuk), Melegnano - MI (Biblioteca comunale Carlo Emilio Gadda) e Palermo (Associazione culturale Oliver).  
Si accettano solo libri e giochi nuovi, gli stessi che tutti noi vorremmo avere nelle nostre case.  
[www.bibliotecasalaborsa.it](http://www.bibliotecasalaborsa.it)



## IN CITTÀ



**Arcoveggio FantaShow**  
Quando: tutto luglio, tutte le sere  
Dove: via Arcoveggio 37, via Corticella 102 dalle 18.30 merenda, giochi, animazione, aperitivo, cena.  
ore 21 Spettacolo  
Mille e una trama con personaggi noti e arcinoti  
[www.fantateatro.it](http://www.fantateatro.it)

## C'era una volta... C'era e non c'era

Quando: 2, 4, 8 luglio alle 18:10  
Dove: Giardino del Guasto  
Narrazioni e viaggi fantastici a cura delle mamme, nonne, zie, maestre, amiche guaste.

## Gelati e ciclabili

Il gelato e la bici, un binomio in allegria  
Dove ritrovo partenza Piazza Maggiore ore 20.15  
Quando: Mercoledì 4, 11, 18, 25 luglio, 1, 8, 22, 29 agosto, 5 settembre  
- 6 € per persona (include la consumazione di due gelati per persona e assicurazione RC).  
- 3 € bambini sino a 10 anni, 2 € per chi partecipa senza gelati.  
[www.montesolebikegroup.it](http://www.montesolebikegroup.it)

## Tutti a costruire il "Guastino" baretino corsaro...

Dove: Giardino del Guasto  
Quando: 4, 6, 9, 18, 30 luglio ore 18:00  
I bambini del Guasto nei pomeriggi loro dedicati potranno costruirsi e poi gestire il loro "baretino corsaro".

## Si Canta e si gioca

Quando 5 e 12 luglio ore 10.15  
Età 0 - 3 anni  
Dove: Biblioteca Sala borsa  
Piazza nettuno 3  
Si gioca e si canta per i più piccoli, Non è necessaria la prenotazione, ma saranno accolte presenze fino a raggiungimento del limite di capienza della sala. Le attività sono a cura di Associazione QB Quanto Basta e sono realizzate grazie alla collaborazione di ResRubini.  
info 051 2194411

## La Strega Morgana

Dove: Arena del Navile, Ponte della Bionda via dei Terraioi  
Quando: 11 luglio ore 21:15  
Spettacolo di teatro di figura con un classico del repertorio bolognese, tra burattini e storie magiche  
E dalle 19... crescentine a volontà!  
bevande, piatti fritti e gelato artigianale.

## Il manifesto dei Burattini

Quando: 11 luglio alle 20:00  
Dove: Palazzo d'Accursio  
piazza Maggiore 8  
Testo, regia e interpretazione di Vittorio Zanella.  
Varietà a numeri dalla tradizione alla sperimentazione, con burattini a guaina e a mano nuda, pupazzi e marionette, dedicato a Sergej Obrazov e Otello Sarzi, grandi maestri burattinai del '900.

## È buio, buissimo al Guasto!

Dove: Giardino del Guasto  
Quando: 13 luglio ore 21:00  
Dal tardo pomeriggio fino alla mattina successiva bambini e loro accompagnatori potranno rimanere a dormire sotto le stelle del guasto.... Poi colazione tutti insieme!

## Burattini per L'estate

Avventure, bastonate e tante risate!  
Dove: Palazzo d'Accursio  
Quando: dal 14 Luglio al 13 Settembre  
Segnaliamo: Giovedì 16 Agosto ore 21 "Sganapino al Mare"  
Quest'estate segui Sganapino  
[www.burattinidiricardo.it](http://www.burattinidiricardo.it)

## La città dello Zecchino

Quando: 7, 8, 9 settembre 2012

Una città a misura di bambino  
[www.zecchino.org](http://www.zecchino.org)

## LABORATORI Cine-Porto

Boff rassegna di cinema indipendente  
Quado: 1, 8, 15, 22 luglio alle 18.30  
Dove: Dipartimento educativo MAMbo, via Don Minzoni 14 , Bologna  
Nel parco dell'ex Manifattura Tabacchi laboratori per bambini e cinema di animazione.  
Gratuito

## En plein air

Lezioni di pittura per bambini e genitori insieme  
Quando: giovedì 5 luglio, 19 luglio, 30 agosto - dalle 18.00 alle 20.00  
Dove: Dipartimento educativo MAMbo, via Don Minzoni 14 , Bologna  
Un pomeriggio speciale da trascorrere con i propri figli nel parco del Cavaticcio per rivivere l'atmosfera degli artisti impressionisti e dipingere en plein air, catturando colori e impressioni sulle proprie tele.  
A chi sono rivolti: bambini da 7 a 11 anni  
Ingresso: € 5 a partecipante (max 15 bambini). Info e prenotazioni: tel. 051/6496628 (dal lunedì al venerdì, dalle 10.00 alle 13.00)

## Cena trappola

## MAMbo

Museo d'Arte Moderna di Bologna  
Cena a tema dedicata a Daniel Spoerri + laboratorio  
Quando: giovedì 12 luglio dalle 19.00 alle 22.30  
Dove: Dipartimento educativo MAMbo, via Don Minzoni 14, Bologna  
La cucina è proprio un'arte e al Mambo ve ne accorgete quando a condurre la cena sono le idee di Daniel Spoerri. L'esperienza quotidiana del mangiare diventa una vera e propria performance da consumare e catturare in creative tavole-trappola.  
Età: bambini da 6 a 10 anni  
Ingresso: € 25 a partecipante (max 20 bambini)  
Info e prenotazioni: tel.051/6496628 (dal lunedì al venerdì, dalle 10.00 alle 13.00)

## Il superlab dei supereroi

19 luglio alle 19:30  
Museo del patrimonio industriale via della Beverara 123  
Senza la scienza e la tecnica supereroi come Batman o Spiderman non esisterebbero. Ma cosa significa avere la superforza?  
Esperimenti di chimica e fisica, realizzati con strumenti e oggetti di uso comune.

## Cena di luce

Quando: giovedì 06 settembre

dalle 19.00 alle 22.30

Dove: MAMbo, via Don Minzoni 14, Lampi di luce illumineranno la cena, creando un'atmosfera suggestiva tra il buio e la luce. I cibi verranno serviti in un allestimento, costruito dagli stessi partecipanti, dedicato alle magiche stelle di Gilberto Zorio.  
A chi sono rivolti: bambini da 6 a 10 anni  
Ingresso: € 25 a partecipante (max 20 bambini).  
Info e prenotazioni: tel.051/6496628 (dal lunedì al venerdì, dalle 10.00 alle 13.00)  
[www.mambo-bologna.org](http://www.mambo-bologna.org)

## FUORI PORTA Urban rafting reno



Tutti in gommone!  
Domenica 1 luglio ore 16.30 e giovedì 5 luglio ore 19  
Info e prenotazioni: tel. 051 0474235  
[info@vitruvio.emr.it](mailto:info@vitruvio.emr.it)  
Ritrovo: Centro Sportivo Barca - Reno, via Raffaello Sanzio 6 (fermata autobus 36)  
Contributo a persona: € 12,00 biglietto intero - € 8,00 biglietto ridotto  
La durata del percorso in gommone varia a seconda dell'intensità della corrente da 40 a 60 minuti  
Prenotazione obbligatoria  
[www.vitruvio.emr.it/](http://www.vitruvio.emr.it/)

## Fiera di San Lazzaro

Quando: 2 - 5 agosto  
Dove: Piazza Luciano Bracci e strade limitrofe  
Il Parco sarà presente con un proprio spazio espositivo, in collaborazione con le Guardie Ecologiche Volontarie del Parco dei Gessi

## E quindi uscimmo a riveder le stelle

Serata di osservazione della volta celeste  
Quando: Sabato 11 Agosto 2012  
Dove: Dulcamara, Ozzano dell'Emilia  
Alle ore 22, serata di osservazione della volta celeste presso l'Azienda Agrituristica Dulcamara via Tolara di Sopra Settefonti Ozzano Emilia.  
Possibilità di cenare presso l'agriturismo su prenotazione (051/796643). Con Marco Cattelani, astronomo del Museo del Cielo e della Terra.

## Bat NigHt: La notte dei pipistrelli

Quando: Venerdì 24 Agosto 2012



Ore 20, ritrovo presso il parcheggio, in Via Gesso, Loc. Gessi Zola Predosa

Bat Night: La notte dei pipistrelli per "farli uscire dall'ombra". Passeggiata nel SIC Gessi di Monte Rocca, Monte Capra e Tizzano alla scoperta di un ambiente "gemello del Parco".

Scopriamo le abitudini e gli ambienti in cui vivono questi mammiferi straordinari e stravaganti. Occorrono calzature tipo trekking. Prenotazione obbligatoria  
Gratuito. Info line: 0516254821

## Calderara Incanta

Quando: settembre 2012  
Dove: Evento nella Vie e Piazze di Calderara di Reno.  
[www.remidadologna.it](http://www.remidadologna.it)

## IN RIVIERA La notte rosa dei bambini

Quando: Dal 6 al 8 luglio  
Dove: Bellaria Igea Marina (RN)  
Tre giorni di grandi appuntamenti per tutte le età.

## L'acquario prende il volo

Quando: 22 luglio  
Dove: Acquario di Cattolica  
"L'Acquario in volo", uno spettacolo realizzato grazie agli aquilonisti di Ottimo Cielo di Cervia. Squali, meduse, piovre, piranha, foche e stelle marine

## Cartoon club

Quando: 2 - 28 luglio  
Dove: Rimini, centro storico e marina  
Dove: Piazza Luciano Bracci e strade limitrofe  
Torna a Rimini Festival Internazionale del Cinema d'Animazione e del Fumetto.

## La notte magica delle vongole

Dove: Cattolica  
Aperitivi a base di vongole e pesce accompagnati da musica  
Quando: 28/07/2012

**Bimbo cerca agenti procacciatori possibilmente mamme o papà**

Iscriviti alla newsletter su [www.bambinidavivere.com](http://www.bambinidavivere.com)

# Creme estive: fattore ad alta protezione

Come assicurarsi 5 porzioni di frutta e verdura al giorno? E soprattutto come assicurarle ai tuoi bambini? Con zuppe servite fredde o tiepide e centrifugati. Su [www.saluteincucina.it](http://www.saluteincucina.it) trovi la lista dei migliori centrifugati e le ricette di zuppe e centrifugati

È arrivato il caldo e io vi propongo zuppe, creme e minestre. Come mai? Minestre e zuppe vengono servite anche in primavera ed estate perché ben si adattano al paese e alla stagione. Così in un paese caldo come la Spagna vi verrà servito il Gazpacho, rigorosamente freddo, mentre più a nord in Svezia se capitate di giovedì vi verrà servita la tradizionale *Arter med flask* con piselli gialli e maiale, mentre a Parma o a Bologna una buona minestra di cappelletti o tortellini.

### Centrifugato di carote e mela



**Ingredienti**  
4 carote  
2 mele  
il succo di 1 limone

**Preparazione**  
Durante l'estate i bambini hanno bisogno di qualcosa di fresco e piacevole da bere e un centrifugato di frutta e verdura può rivelarsi una merenda sana e gustosa che piacerà molto ai vostri bambini e anche a voi!

Spremete il succo di limone, lavate e pelate accuratamente le carote, lavate la mela e tagliatela in quattro spicchi privandola dei semi e del torsolo.

Centrifugate le carote e la mela e versate il succo in un bicchiere in cui aggiungerete un cucchiaino di succo di limone.

Se non avete una centrifuga, potete tagliare a pezzi le carote e la mela (privata però della buccia), aggiungere il succo di limone e un bicchiere di acqua naturale fresca e con un frullatore a immersione, frullare il tutto. Passate poi il purea di verdure in un colino a maglie strette. Otterrete così il succo puro di carote e mela pronto da bere.

### Vellutata di fagiolini



**Ingredienti**  
300 gr patate  
400 gr fagiolini  
qb latte scremato/magro senza grassi  
qb porro o cipolla  
qb acqua di cottura

**Preparazione**  
Oggi vi propongo una minestra veloce: una crema di fagiolini freschi a cui ho aggiunto patate lessate.

300 gr. di patate lessate con acqua e sale nella pentola a pressione, 400 gr fagiolini freschi...lavati e mondati (surgelati per la pigrone) e cotti per max 10 minuti in poca acqua con sale sempre nella pentola a pressione.

Fare un soffritto a parte con poco porro o cipolla. Unire nella pentola i fagiolini con la loro acqua, le patate tagliate in 4, il porro o cipolla, un bicchierino di latte magro, due manciate di parmigiano reggiano e frullate tutto ( non sul fuoco) con il minipimer. Fantastico, veloce e salutare. Per il marito aggiungete metà uovo sodo che colora il tutto e aggiunge proteine.

<http://www.saluteincucina.it/Ricetta/vellutata-di-fagiolini-e-patate.html/>

### Crema di cavolfiore



**Ingredienti**  
2 cavoli piccoli  
100 gr di fontina,  
250 gr di latte scremato o panna fresca,  
parmigiano reggiano,  
1 porro o cipolla  
acqua e sale qb

**Preparazione**  
Cuocere il cavolo (2 cavoli per farla più densa), dopo averlo sciacquato, con poca acqua (1 lt circa) e poco sale nella pentola a pressione.

Intanto tagliare una cipolla o un porro a dadini e soffriggere in padella con poco olio di oliva. Aspettare 10 minuti, togliere dal fuoco, sfiatate la pentola a pressione, aprirla, lasciare raffreddare.

Unire il porro, un bicchiere di latte scremato ( o panna fresca).

Passare il tutto con il Minipimer. Aggiustare di sale e aggiungere a piacere parmigiano reggiano o 100 gr di fontina tagliata a dadini.

Cuore altri 10 minuti e servire o calda o tiepida a seconda della stagione.

Potete servire con dei crostini, più la volete densa, meno acqua metete.

## Contro l'obesità e il sovrappeso. Difendi i tuoi bambini dalla Cattiva Alimentazione

Le buone e sane abitudini alimentari se adottate fin da piccoli migliorano la qualità di tutta la vita.  
Vai subito su <http://www.bambinidavivere.com/2012/02/15/difendi-tuofiglio-dalla-cattiva-alimentazione/> per scoprire come fare.  
*Collana ebook di Bimbo realizzati in collaborazione con il Blog di Sic: le ricette di saluteincucina.it ©2010*



**Attenti a quelle bibite! Molti zuccheri, possibili tracce di alcol e coloranti potenzialmente dannosi per la salute**

acidità,citato di sodio, antiossidantei: acido l-ascorbico, SALE.

La prima cosa che mi fa sobbalzare è: **SALE????!!** Non lo sapevo ma no sembra molto. Passiamo agli **AROMI**: non si sa cosa siano esattamente e questo potrebbe essere un problema per allergici e intolleranti anche se fino ad oggi la normativa UE ammette questo termine. **ZUCCHERI**: vi siete mai fermati a riflettere su quanto zucchero c'è in un lattina di chinotto? Nella sezione informazione nutrizionale del Chinò c'è scritto che per 250 ml di prodotto (1 lattina) ci sono 28,3 gr di zuccheri pari a **7 bustine** o zollette di zucchero da 4 grammi. Per renderlo meno dolce poi i produttori aggiungono acido citrico e acido ortofosforico.

Per colorare la bevanda si usa il **caramello E150d inserito da poco dalla Stato della California nella lista delle sostanze potenzialmente pericolose per la salute e tolto per esempio da alcune bevande negli USA ma non in Europa dove la normativa non è aggiornata**. Per la **Coca Cola** valgono considerazioni simili. Gli **ingredienti** sono acqua, zucchero, anidride carbonica, colorante E 150d, acidificante acido fosforico, aromi naturali, aromi (inclusa caffeina) e gli zuccheri per lattina ammontano a 27 gr.

Certo potreste optare per la versione light, per voi mamme, magari non per i più piccoli, dove c'è **aspartame** sostanza su cui di recente si aperto un dibattito circa la pericolosità o meno e la cui quantità non è solitamente indicata in etichetta. Alcuni

Non è nel nostro stile fare allarmismo. La missione di SaluteInCucina è quella di aumentare la nostra consapevolezza nel campo delle scelte alimentari. Oggi l'invito è a riflettere su quanto è contenuto in alcune bevande in commercio che noi tutti, chi più chi meno, siamo abituati a bere ...fin da piccoli.

Ormai leggo sempre le etichette e oggi mi è capitato di soffermarmi su quella del mio amato chinotto e della coca cola che ogni tanto mi capita di bere in spiaggia o quando è caldo.

Gli ingredienti della bevanda al chinotto sono scritti sull'etichetta in maniera non proprio esauriente per chi soffre di allergie e intolleranze alimentari: acqua, sciroppo di glucosio-fruttosio, zucchero, anidride carbonica, coloranti E150d, AROMI, acidificanti:acido ortofosforico, acido citrico, estratto di chinotto, correttori di

Insomma quando ascoltiamo o leggiamo le notizie cerchiamo di approfondire per non lasciarsi trasportare dalle emozioni e per verificare i fatti ma cerchiamo anche di fare scelte alimentari consapevoli per evitare eccessi.

Usare il buon senso è sempre un bene. Limitare il consumo di bevande troppo zuccherate, magari gassate e "artificiali" è sicuramente un bene, soprattutto se si parla di bambini.

# Ordineresti un babyccino per tuo figlio?



caffeinato o in alternativa latte caldo con schiuma, spolverato con cioccolata che trovate da in una nota catena americana.

Il babyccino nasce in Australia una decina di anni fa con il latte di soia.

Baby marketing.

In America spopola il **Babyccino**, capuccino deca per ragazzini.

Il mondo dell'infanzia e dei bambini piace molto agli esperti di marketing e alle aziende. Il mercato dei prodotti e servizi dedicati ai più piccoli è in continua espansione.

Così è nato il Babyccino, un mini cappuccino con caffè de-

Ma vogliamo veramente che i nostri bimbi imparino a pronunciare tra le prime parole "Cappuccino"?

Se volete la ricetta por voi invece potete scaricarla da una APP barista per smartphone (tariffe vs piano tariffario, alcune app sono gratuite, altre a pagamento).

Scrivete cosa ne pensate su [www.bambinidavivere.com](http://www.bambinidavivere.com)



**BURATTINI RICCARDO**

**SPETTACOLI**

**BURATTINI DA COLLEZIONE**

**LABORATORI LUDICO CREATIVI**

**FESTE DI COMPLEANNO ED EVENTI**

*Prenota subito la tua festa!*

*In regalo il prezioso BURATTINIPASS 2012!!!*

**335 7632180 - 333 2566426**

[burattinidiricardo@gmail.com](mailto:burattinidiricardo@gmail.com)

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

**INVITO A ReMIDA: UN'ESTATE ECOLOGICA E DIVERTENTE**

**Visite per i bambini che frequentano i Centri estivi.**  
giugno\_luglio\_settembre 2012 a ReMida

ReMida Bologna\_Terre d'Acqua offre uno spazio ricco di stimoli e percorsi educativi rivolti ai Centri estivi del territorio durante i mesi di giugno, luglio e settembre.

Per celebrare il 2012, dichiarato dall'Onu "Anno internazionale per l'energia sostenibile", ReMida propone diverse attività all'interno dei suoi Atelier.

Letture, giochi e laboratori condurranno i partecipanti alla scoperta di nuove esperienze creative ed ecologiche, grazie al riuso degli scarti aziendali, riscoprendo il gusto di divertirsi insieme, in un ottico di conoscenza e rispetto per l'ambiente.

I giorni per le visite sono martedì, giovedì e venerdì dalle 9.30 alle 11.30

Per maggiori informazioni in merito a ReMida: [www.remidabologna.it](http://www.remidabologna.it)

**REMIDA**

**2012 ANNO DELL'ENERGIA SOSTENIBILE**



**la città dello Zecchino**

**BOLOGNA 7-8-9 settembre 2012**

**Venerdì 7**  
Alla scoperta dei musei cittadini

**Sabato 8**  
via Belle Arti e via Mascarella, due strade per giocare

**Domenica 9**  
Grande festa al Parco della Montagnola

Fino al 31 agosto disegna o racconta la tua città senza povertà! Potrai vincere lo Zecchino d'Oro e peluche a marchio Trudi. Info e regolamento su [www.zecchino.org](http://www.zecchino.org)

**Indiana Park**

**Terme della Fratta**

**Volà senza fili!**

**Vivi la Natura!**

**Domina l'altezza!**

**PERCORSI AVVENTURA - PISCINE e CORSI NUOTO, CAMPI DI BEACH VOLLEY - RACCHETTONI - CALCIO e CALCETTO TORRE di ARRAMPICATA - SALTO DALLA TORRE - ORIENTEERING**

**TERME DELLA FRATTA DI RENTONDO (FC) - Via Sapegna 190 - Per info, tel. 392 10 33 333 - 334 33 39 323**  
[info@termedellafatta.indianapark.it](mailto:info@termedellafatta.indianapark.it) <http://termedellafatta.indianapark.it>

**FELICI & SICURI**

a Centrolame spazio bimbi gratuito

**Lame-la**

**centro Lame**

via Marco Polo,3  
Wi-Fi free

**ORARI DI APERTURA SPAZIO BIMBI**  
lunedì/venerdì dalle 15.30 alle 19.30  
sabato dalle 10.30 alle 13 e dalle 15 alle 19.30  
domeniche di apertura per info telefonata allo 051/634785C