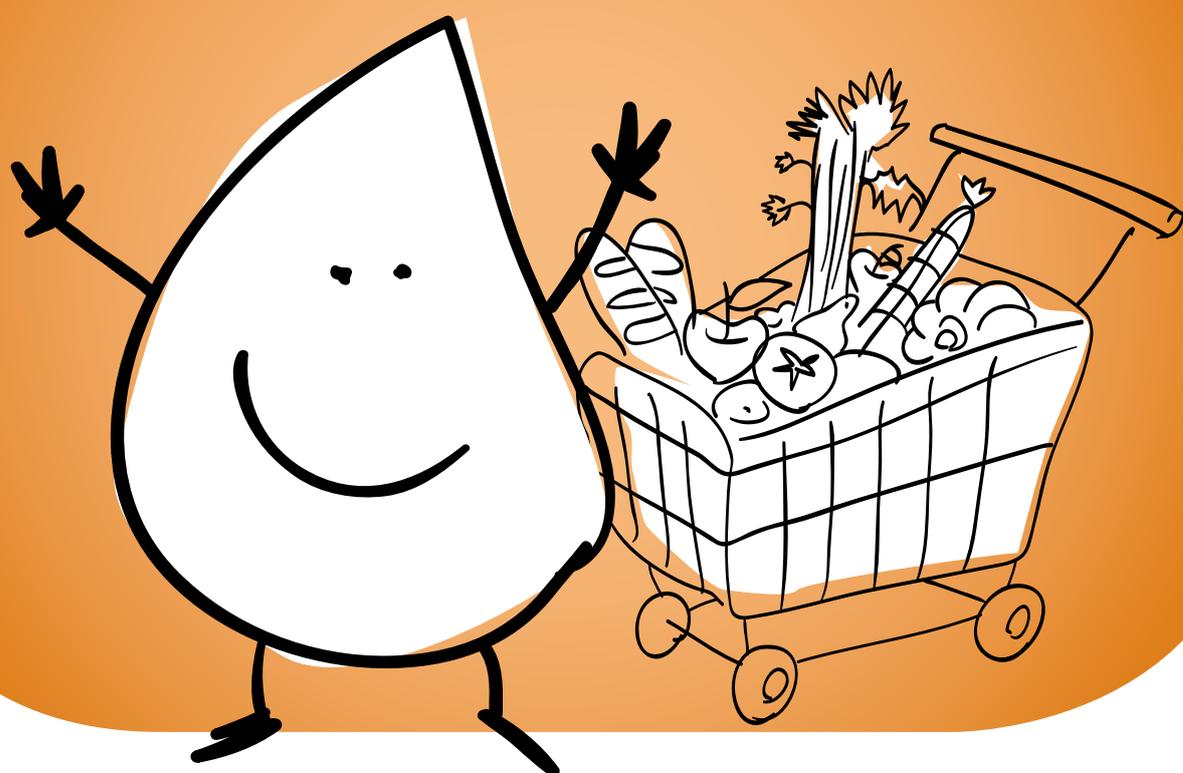


Gocce di attivismo negli acquisti



Fai la differenza e passaparola!

9+1 sfide, facili e divertenti,
per famiglie metropolitane



www.neolatte.it



www.radiomamma.it

Caro genitore, che

- hai il coraggio di provare a **cambiare le regole del gioco** se il gioco è insostenibile per la tua famiglia, la città in cui vivi, il tuo mondo;
- sei un pioniere che non si arrende all'impossibilità di conciliare famiglia e lavoro, al consumismo ad ogni costo, alla crisi energetica e... ai consigli della suocera, rivendicando e **inventando un TUO, originale, modo di essere papà e mamma**;
- che credi nel potere di convincimento, e di cambiamento, di chi, come te, si informa e **sceglie con la propria testa**.

Questa guida è **dedicata a te**. Contiene 10 sfide, facili e divertenti, da cogliere con i bambini. 10 piccole gocce di attivismo partendo dalla scuola dei tuoi figli, che possono avere un impatto... immenso!

Fai la differenza e passaparola!

Come divertirti con questa guida e con le "cartoline passaparola":

Ogni mese usciranno:

- una nuova **guida** "Gocce di attivismo" sul sito www.radiomamma.it/goccediattivismo;
- una nuova **cartolina** nei negozi family friendly di Milano.

Scarica la guida, passa a prendere la cartolina e... **accetta la sfida!** Anzi le sfide, visto che sono 9 (sulla guida) +1 (sulla cartolina) ogni mese.

Qualche consiglio?

- **Coinvolgi i bambini** e divertiti insieme a loro. Trovi suggerimenti su come farlo, sfida per sfida;
- **Agisci quotidianamente**, non rimandare. Le sfide non sono un impegno in più da inserire nella tua agenda strapiena. Piuttosto, **un modo diverso di vivere le incombenze** quotidiane!
- **Appendi sul frigo la tabella** che trovi nella pagina seguente e segna con una goccia ogni sfida intrapresa. Tu e i bambini potreste essere premiati come famiglia più intraprendente di Milano!
- **Documenta le tue imprese** con foto, filmati, disegni, racconti: i bambini saranno entusiasti di riguardarli e, noi di Radiomamma, di raccoglierci sul sito!

Sono già uscite le Guide Gocce di attivismo in **casa**, in **città**, in **viaggio** e a **scuola**.

La prossima, e ultima, uscita di Guida e cartolina sarà:

14 novembre - In ufficio



Le sfide intraprese dalla famiglia.....

formata da:

	In casa	In città	In viaggio	A scuola	Negli acquisti	In ufficio
Sfida 1						
Sfida 2						
Sfida 3						
Sfida 4						
Sfida 5						
Sfida 6						
Sfida 7						
Sfida 8						
Sfida 9						
Sfida 10						
Totale per guida						

Su 60 sfide ne abbiamo intraprese:



Appendi la tabella sul frigo e **segna** con una **goccia** le caselle corrispondenti alle sfide intraprese. Quando tutte le guide saranno state pubblicate (**entro il 30 novembre 2011**), **spedisci** la tabella via mail a goccediattivismo@radiomamma.it, insieme, se vuoi, ad una foto di famiglia. Un premio speciale verrà dato alle famiglie più intraprendenti!

Sfida 1 Se pensi che la carota sia meglio del bastone, sostituisci il boicottaggio con un carrotmob!

Hai presente il **dilemma del bastone e della carota**?

Il dubbio se è più efficace punire un comportamento scorretto o premiare un'azione positiva. Ecco, forse non sei ancora giunto a una conclusione per quanto riguarda l'educazione dei tuoi figli (!), ma in molti nel mondo hanno sperimentato che per incentivare negozianti e produttori a essere "virtuosi" la carota funziona molto bene!

Nella pratica significa: invece che boicottare chi si comporta male, usa il tuo **potere di consumatore** (i tuoi soldi, ovvero - visto con gli occhi dei venditori - la carota) per premiare o sostenere chi si comporta come piace a te, per esempio rispettando l'ambiente o investendo parte degli utili a fini sociali. Affinché la tua azione sia più rilevante, **organizza un carrotmob**: invita **più persone possibili** a comprare nel negozio "virtuoso" affinché parte degli extra-utili possano essere dedicati a sostenere o implementare i suoi comportamenti positivi.

I fatti

- Divertiti a capire come e perché funziona il carrotmob con il **video** su www.carrotmob.org;
- Brent Schulkin è l'ideatore dei carrotmob: è partito **chiedendo ai negozi di alimentari del suo quartiere** di San Francisco quanto dei loro guadagni fossero **disposti a investire** in misure di risparmio energetico e ha, quindi, organizzato un carrotmob in quello che ha offerto di più. Il guadagno derivato dal carrotmob ha permesso al negoziante di realizzare le misure energetiche promesse! (guarda il video su vimeo.com/925729)

Per iniziare subito

- Pensa a **ciò che vuoi incentivare** nei negozi del tuo quartiere: la disponibilità di prodotti "responsabili" (esempio certificati ecolabel o a chilometri zero), il risparmio energetico, la partecipazione a progetti sociali, la presenza di facilitazioni per mamme e bambini (un angolo dove allattare o cambiare il pannolino);
- Chiedi ai negozi **quanto del loro ricavato** sarebbero disposti a dedicare a ciò che chiedi se gli portassi nuovi clienti;
- Nel negozio che fa l'offerta migliore, **organizza un carrotmob**: invita - attraverso la scuola, i social network, volantini nel quartiere, ... - il maggior numero di persone possibili a fare la spesa in quel negozio un certo giorno spiegando che parte del ricavato delle vendite servirà per realizzare il progetto a te caro;
- Quel giorno fai di tutto anche per attirare i passanti a fare la spesa nel negozio;
- Se il carrotmob ha avuto l'effetto desiderato facendo aumentare le vendite, **verifica** che il negozio realizzi ciò che ha promesso!

Per influenzare un'azienda a livello globale serve un numero significativo di persone - spiega Brent - e se c'è una prospettiva di guadagno, un'impresa farà qualunque cosa!

La vetrofania per il carrotmob

QUESTO NEGOZIO SI E' IMPEGNATO A

.....

.....

.....

SOSTIENILO ANCHE TU!

VIENI A COMPRARE IL **GIORNO**.....

SAREMO IN TANTI, *FAREMO UN **CARROTMOB!***



Per info:

Gocce di attivismo. *Fai la differenza!* www.radiomamma.it/goccediattivismo

Sfida 2 Usa il tuo superpotere: dematerializza!

E' arrivato il momento di tirare fuori il tuo superpotere nascosto e, se non sapevi di averlo, di scoprirlo e attivarlo!

Si tratta della D E M A T E R I A L I Z Z A Z I O N E. La possibilità, cioè, di muovere bit invece che atomi di materia, ovvero di rendere immateriale ciò che finora è stato materia pura, accompagnato spesso da fatica inutile ed evitabile.

Compra la tua musica on line e scaricala sul tuo lettore mp3/mp4 invece che su CD, usa la banca on line per bonifici e bollette, chiedi di inviarti gli estratti conti via mail invece che cartacei (risparmi anche il costo dell'invio che è a tuo carico!).

Allenando il tuo superpotere contribuirai a conservare le risorse naturali, ridurre i rifiuti e diminuire l'emissione di anidride carbonica: mica male per un supereroe!

I fatti

- Le emissioni di CO2 legate alla produzione e distribuzione di un CD di musica, o anche alla sua masterizzazione a casa, sono circa 3 volte quelle dovute all'uso di energia per acquistarla e scaricarla on line;
- Se paghi una bolletta in banca consumi 2,5 volte più risorse che se la paghi on line;
- Meglio libri stampati o l'e-book? La questione è aperta, ma i dati più recenti dicono che l'e-book inizia a essere più "ecologico" per almeno 70 libri...

Proviamoci con i bambini

Il potere della dematerializzazione i bambini lo conoscono bene: si chiama fantasia, immaginazione, espressione. Come allenarlo? Giocando a calcio senza palla, immaginando di essere un re che cavalca un drago o una principessa con i capelli di vento, inventando una canzone-filastrocca capace di scacciare i mostri del buio più di una spada giocattolo, usando tombini, muretti, pali che si incontrano per strada come gli ostacoli da superare per arrivare al centro della terra,...

Il divertimento è assicurato!

Attenzione!!

Ricordati che il tuo superpotere richiede l'uso di **energia**, tipicamente per far funzionare il pc o ricaricare lo smartphone: non abusarne e ricordati sempre di **spegnere l'interruttore** o **staccare il caricatore** dalla presa! Puoi anche cambiare fornitore di energia scegliendone uno che ti garantisca maggior provenienza da fonti rinnovabili.

Sfida 3 Be trendy: condividi!

La proprietà privata sta diventando fuori moda. Se vuoi stare al passo coi tempi - e con il mondo dei tuoi figli - fai tuo il motto "*What's mine is yours*", ciò che è mio è tuo. Non si tratta di una tardiva rivoluzione comunista ma di un nuovo modo di concepire l'uso delle cose, così innovativo che il Times lo considera una delle 10 idee che cambieranno (in meglio!) il mondo. Si tratta del **consumo collaborativo**, un modello di consumo sempre più diffuso dove al possedere viene sostituito il condividere. Dal trapano alla macchina, dalla borsetta all'orto, dai libri ai giocattoli, fino alle opere d'arte da appendere in casa, tutto può essere prestato, scambiato o affittato, una possibilità che permette anche di guadagnare. Se hai un piede già nel futuro, trova il tuo modo e...share your stuff!

I fatti

- Oltre 10.000 uomini e donne, dai 18 ai 90 anni, sono stati ospitati su un **divano di una casa milanese** attraverso la community di couchsurfing.org;
- Se abiti a Singapore, in Francia o negli Stati Uniti puoi **affittare i giochi** per i tuoi figli al posto che comprarli (rent-a-toy.com, www.dimdom.fr, www.toygaroo.com);
- metà delle famiglie americane posseggono un trapano elettrico e, nella maggior parte dei casi, lo usano per **meno di 10 minuti in un anno!**

Per iniziare subito

Condividi...

- i **libri**: dai via quelli che hai già letto e prendine altri da leggere su bookmooch.com;
- una **stanza della tua casa**: affittala a chi viene a Milano o scegline una per il tuo prossimo viaggio su airbnb.com;
- il **divano**: ospita o viaggia dormendo sui divani di www.couchsurfing.org;
- un **passaggio in macchina**: cerca o offri un passaggio da Milano per Malpensa, Lecco, Varese, Genova o altre località, condividendo le spese, su www.carpooling.it e www.postoinauto.it. Spesso i guidatori sono da soli e hanno anche 3-4 posti liberi per te e i tuoi figli o, se sei una donna sola, puoi cercare passaggi "rosa" in tutta sicurezza;
- ...scambia e presta **di tutto**: su www.zerorelativo.it. Ad oggi oltre 22.000 iscritti, 71.000 annunci attivi, 65.000 baratti conclusi, 73 prestiti e 3.317 doni effettuati.

Trovi moltissimi altri esempi su

www.collaborativeconsumption.com/the-movement/snapshot-of-examples.php

La maggior parte sono attivi negli Stati Uniti, perché non farli partire **anche a Milano?**

Avviso di prestito per i vicini di casa



Caro vicino,

in casa abbiamo **tante cose utili**
ma che usiamo poco.

Ci piacerebbe **imprestartele**
tutte le volte che ti servono.

Suona alla nostra porta se ha bisogno di:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Gocce di attivismo. *Fai la differenza!*
www.radiomamma.it/goccediattivismo

Passa in rassegna le **stanze della tua casa**, soppalco, box e cantina inclusi, e segna tutte le cose che potresti prestare. Qualche suggerimento? Oltre il famoso trapano, anche film in DVD, videogiochi, qualche programma per il computer, CD di musica, macchina per il gelato, macchina per il pane, libri, aspirapolvere, macchina da cucire, carrozzina dismessa, borsetta da sera, portasci o portabici per la macchina, valigia rigida per viaggi intercontinentali, pallone, biciclette, stivali di gomma, imbrago per arrampicare, imbottigliatrice, chitarra elettrica, ...
Una volta completato con la tua lista di oggetti da prestare, ritaglia e appendi sulla porta di casa il cartello.

Sfida 4 Goditi la conquista dell'oggetto dei desideri

Pensaci: un **alpinista** che raggiunge una vetta sarebbe ugualmente **soddisfatto** se, al posto di essersela guadagnata **passo a passo**, l'avrebbero portato in cima in elicottero? Sicuramente no, perché l'appagamento e la soddisfazione sta anche nella preparazione, nell'allenamento e nel guadagnarsi con le proprie forze ogni centimetro di montagna.

Perché, allora, negare a te stesso e ai tuoi figli una simile gioia?

Il prossimo **desiderio** fallo diventare una **conquista**, a cui avvicinarsi pian piano, mettendo poco alla volta da parte i soldi necessari al suo acquisto o alla sua realizzazione. Vedrai che gioia arrivare alla cima!



I fatti

"Scalare non serve a conquistare le montagne;
le montagne restano immobili,
siamo noi che dopo un'avventura non siamo più gli stessi."

Royal Robbins, climber americano

Proviamoci con i bambini

- **Disegna** con i tuoi bambini l'oggetto dei desideri, ciascuno il suo oppure uno collettivo. Riportate semplicemente i **contorni**, la sagoma;
- Con delle righe **dividete** l'oggetto in pezzetti;
- **Man mano** che mettete da parte dei soldi, **colorate** un pezzetto dell'oggetto... fino al grande giorno dell'acquisto!



I bambini possono guadagnare qualche soldo o "punto di merito" per la conquista dell'oggetto anche compiendo qualche lavoretto extra, come apparecchiare e sparecchiare più del dovuto, aiutare a pulire la cantina, accompagnare la nonna a fare la spesa, ...

Sfida 5 Ingegnati con 24 ore senza shopping

Provaci: 24 ore senza acquisti. Senza comprare nulla. Assaporando la libertà di dire: "non lo voglio", "non ne ho bisogno", "questa volta ho la forza di volontà e l'intelligenza di non cadere nella trappola, di non abboccare all'amo, di non cedere a bisogni indotti,..."

Ammettiamolo, anche appellandosi alla razionalità, è dura. Allora perché non fare ricorso all'ingegno e alla fantasia?

Per ogni cosa non comprata, rivolgiti un pensiero a quello che giace nell'armadio, nella dispensa, nel frigorifero. Beni dimenticati, rinnegati in attesa di finire in pattumiera - un pacco di lenticchie, una maglia rossa slavata, le acciughe già aperte - e ingegnati per ridargli una nuova vita, un nuovo sapore, una nuova occasione. Con allegria, leggerezza, ottimismo.

Trasforma le lenticchie in una cena con gli amici, tingi la maglia scolorita di un colore che non avresti mai osato, approfitta delle acciughe per allestire e goderti un aperitivo prima di cena - nel momento di massimo delirio familiare - come non ti saresti mai concessa.

I fatti

- Ogni anno, a novembre, in tutto il mondo si celebra il giorno del non acquisto, una pausa per ripensare all'imperativo del consumismo e ai suoi effetti negativi sull'ambiente e sulle condizioni di vita di molti lavoratori del Sud del mondo (www.buynothingday.co.uk);
- Ogni oggetto, anche il più economico, comporta l'uso di risorse naturali e la produzione di rifiuti, non comprarlo se non è necessario è anche un atto d'amore verso il tuo pianeta

Lo voglio fare!

Martina, mamma di Loris e Maro, 4 e 2 anni - C'è shopping e shopping e io voglio che i negozi del mio quartiere non muoiano sopraffatti dalla grande distribuzione. Voglio approfittare del giorno del non acquisto per proporre un diverso modo di comprare. Proporrò al panettiere, al cartolaio, al vinaio, alla bottega di borse autoprodotte e al negozio di CD usati sotto casa mia di organizzare per quel giorno qualcosa di speciale: un aperitivo con assaggio dei loro prodotti, un baratto di articoli usati, un laboratorio di autoproduzione, ... per mostrare che lo shopping può essere intelligente!

Proviamoci con i bambini

24 ore x 7 giorni senza shopping inutile ma solo acquisti e azioni intelligenti per ricordarti che puoi uscire dal coro, liberarti dall'idea che comprare ti rende felice e decidere con la tua testa! Stampa la tabella della pagina seguente, una per ogni membro della famiglia o una sola se intraprendete la sfidatutti insieme, Ogni giorno della prossima settimana segna i punti, in più o meno, a seconda delle tue azioni colorando le caselle corrispondenti. Potete anche inventare nuove azioni. Domenica sera sommate i punti e leggete il profilo corrispondente.

Test: 7 giorni per volare alto!

Guadagni 2 punti se...	Rinnovi un oggetto dismesso e torni ad usarlo Baratti l'oggetto dei desideri invece che comprarlo
Guadagni 1 punto se...	Rinunci a comprare una cosa di cui non hai bisogno: 1 punto ogni 10 euro risparmiati Prepari una cena gustosa sfruttando tutti gli avanzi Guardi una vetrina in maniera zen: "la moda non mi tocca, seguo il mio stile"
Perdi 1 punto se...	Butti via del cibo scaduto Dici "non ho niente da mettermi" e hai 4 pantaloni, 2 gonne e 5 magliette nell'armadio Rinnovi le copertine dei quaderni di scuola anche se non sono rotte
Perdi 2 punti se...	Compri qualcosa che avevi dimenticato di avere già Compri un vestito che non ti piace o non ti sta bene solo perché è di moda

	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'	SABATO	DOMENICA	PUNTEGGIO FINALE
+10								
+9								
+8								
+7								
+6								
+5								
+4								
+3								
+2								
+1								
-1								
-2								
-3								
-4								
-5								
-6								
-7								
-8								
-9								
-10								

Leggi il tuo profilo:

Da -10 a -4: **Canarino**

Rinchiuso in gabbia, hai dimenticato che puoi volare libero? Fashion victim e re dell'inutile, prova un po' ad aprire lo sportellino e a darti alla fuga...

Da -4 a +4: **Picchio**

Ti impegni un po' ma poi ci ricadi, il richiamo delle vetrine è troppo forte... ritenta il test settimana prossima con più convinzione!

Da +4 a +10: **Aquila**

Ti stagli libero nel cielo, pronto a volare giù in picchiata solo per ciò per cui vale la pena. Bravo continua così, sei un inno alla libertà di pensiero o... alla forza di volontà!

Sfida 6 Non spendere a caso: scegli bene!

Ogni volta che compri qualcosa pensa che tu **puoi fare la differenza!**

Puoi orientare il mercato, puoi scegliere con responsabilità, puoi favorire chi produce rispettando l'**ambiente**, la salute e le persone, chi predilige **materiali resistenti** fatti per durare, chi sceglie di favorire le risorse e l'economia **locale**, chi non calpesta il **benessere** di tutti per il proprio tornaconto, chi investe più nella creatività e nell'innovazione che in pubblicità.

Tu puoi **SCEGLIERE**. Guarda l'etichetta, informati sul produttore, prenditi qualche secondo in più per capire e...decidere a chi vale la pena dare il tuo denaro!



I fatti

- Oltre 120.000 prodotti valutati secondo il loro impatto su ambiente, salute umana e rispetto delle persone, per decidere responsabilmente e con cognizione di causa cosa comprare: è ciò che offre il sito e l'applicazione per smartphone **Good Guide** ai consumatori americani;
- Le **certificazioni ambientali**, tra cui l'Ecolabel, garantiscono che tutto il ciclo di produzione di un bene rispetta l'ambiente secondo criteri rigorosi;
- Sono oltre 120 i **Gruppi di Acquisto Solidale** (GAS) censiti in Lombardia.

Prodotti locali...

Con i colleghi d'ufficio, con le famiglie del condominio, con un gruppo d'acquisto già formato, o appoggiandosi ad una bottega che si rifornisce di produttori locali selezionati: molti sono i modi per comprare **frutta, verdura, uova, formaggi, carne o salumi a km zero**, che provengono dal territorio intorno a Milano. Trova il modo che va bene per te e per la tua famiglia, che è compatibile con i tuoi tempi e inizia anche solo da un prodotto *...il resto verrà poi!*

Alcuni siti utili:

www.gasmilano.org,

www.bottegas.it

www.buonmercato.info

...e che fanno bene a tutti!

Catering, stamperie, sartorie, sgomberi e falegnamerie: molti sono i servizi offerti a Milano da cooperative sociali che lavorano per dare a tutti una possibilità. Dal catering Olinda al laboratorio Taivè delle donne rom.

Li puoi scoprire anche a a **Fa la cosa giusta!** La fiera si tiene tutti gli anni a Milano tra marzo e aprile



www.falacosagiusta.org

Sfida 7 AAA Regali strategici cercasi e offresi!

Se non sai più dove sbattere la testa alla ricerca dell'ennesimo regalo di compleanno che sia insieme **intelligente e divertente**, senza essere fuori budget...

Se pensi che un **regalo desiderato** e personale sia molto più prezioso di un regalo semplicemente costoso...

Se credi che ciascuno, se interpellato sulle sue **passioni**, può dare il meglio di sé...

Allora segui tre piccoli suggerimenti per regali strategici:

- 1) Scopri i **desideri**,
- 2) **Unisciti** con altri genitori, amici e parenti per un regalo collettivo,
- 3) Ampia il concetto di regalo: non solo "cose" materiali ma anche del **tempo** per fare una cosa insieme, una **capacità** da insegnare e condividere, un "**piacere**" - come una cena preparata - da offrire.



I fatti

Chiedere a ciascuno secondo le **proprie passioni e competenze**: è quello che fa Gerry, il bambino protagonista del libro di Durrell "La mia famiglia e altri animali", per tutto ciò che desidera per poter portare avanti i suoi esperimenti. Così chiede al fratello "secchione" **libri** di botanica che sicuramente avrebbe amato cercargli, e allo zio con ottima manualità di costruirgli una barca.

Proviamoci con i bambini

Una lista dei **desideri**, appesa al frigo e in continuo aggiornamento, aiuta a seguire la politica dei regali strategici perché:

- offre subito un'alternativa alla zia che si propone di regalare a tuo figlio un robot gigante che consuma 18 pile alla volta;
- ti permette di scoprire i gusti di tuo figlio e osservare come si evolvono nel tempo;
- ti aiuta a capire insieme a lui quali sono le cose a cui tiene di più e quelle a cui invece è disposto a rinunciare;
- ti permette di poter dire, quando strilla in mezzo al supermercato per ottenere un nuovo gioco, "Hai ragione è bellissimo, quando siamo a casa lo scriviamo subito sulla lista dei tuoi desideri..."

Io l'ho fatto!

Rodger Hill, papà di 2 bambini - In Inghilterra, ogni anno i genitori spendono oltre **400 milioni di sterline** per regalini (detti "**party bags**"), spesso in plastica e di pessima qualità, da dare agli invitati alle feste di compleanno dei propri figli. Ho pensato che questi soldi potevano venire spesi meglio e ho lanciato la mia lotta allo spreco e alla malaria: al posto dei regalini, acquista **zanzariere** per proteggere i bambini dalla **malaria** in Africa.



Party Bags Save Lives

www.partybagssavelives.com

Zanzariere antimalaria al posto dei regalini per gli invitati

Se vuoi aderire all'iniziativa di Rodger per la festa di tuo figlio, trovi come fare sul sito www.partybagssavelives.com. Qui ti alleghiamo due modelli di **volantini** che puoi dare agli invitati per spiegare la vostra scelta. Ricordati di aggiungere il **numero di zanzariere** comprate e di fare **firmare** i biglietti a tuo figlio.

Cara invitata, caro invitato,

il **regalino** di questa festa è un po' speciale: intanto non è qui ma sta **viaggiando verso l'Africa**, poi ha il potere di **salvare una vita a un bambino** come te! E' una **zanzariera**: una rete da mettere sopra il letto mentre si dorme, per proteggersi dalle punture delle zanzare che possono trasmettere una malattia molta brutta, la malaria.

In Africa purtroppo molti bambini muoiono di questa malattia ma una semplice zanzariera può salvargli la vita.

Grazie, venendo alla mia festa mi hai aiutato a **comprare** **zanzariere**.



Party Bags Save Lives

Per saperne di più: www.partybagssavelives.com

E' un'iniziativa di un papà inglese, puoi leggere la sua storia su: www.radiomamma.it/iniziative/regalini_salva_vita

Puoi seguire dove le zanzariere vengono distribuite su: www.againstmalaria.com/partybagssavelives

Cara invitata, caro invitato,

il **regalino** di questa festa è un po' speciale: intanto non è qui ma sta **viaggiando verso l'Africa**, poi ha il potere di **salvare una vita a un bambino** come te! E' una **zanzariera**: una rete da mettere sopra il letto mentre si dorme, per proteggersi dalle punture delle zanzare che possono trasmettere una malattia molta brutta, la malaria.

In Africa purtroppo molti bambini muoiono di questa malattia ma una semplice zanzariera può salvargli la vita.

Grazie, venendo alla mia festa mi hai aiutato a **comprare** **zanzariere**.



Party Bags Save Lives

Per saperne di più: www.partybagssavelives.com

E' un'iniziativa di un papà inglese, puoi leggere la sua storia su: www.radiomamma.it/iniziative/regalini_salva_vita

Puoi seguire dove le zanzariere vengono distribuite su: www.againstmalaria.com/partybagssavelives

***Invece di tanti giochini,
per la festa di abbiamo comprato
..... zanzariere per i bambini in Africa***

**Ogni 30 secondi in Africa
un bambino muore di malaria**

**I bambini più esposti
alla malaria hanno
meno di 5 anni**

**I bambini prendono la malaria
se vengono punti dalle zanzare**



**Le zanzare vengono di notte,
i bambini devono essere protetti quando dormono**

**Se i bambini dormono sotto le zanzariere
non saranno punti dalle zanzare !**

Una zanzariera costa poco più di 3 € !



Per saperne di più www.partybagsavelives.com
Per seguire la distribuzione delle zanzariere
www.againstmalaria.com/partybagsavelivesitaly

Party Bags Save Lives

***Invece di tanti giochini,
per la festa di abbiamo comprato
..... zanzariere per i bambini in Africa***

**Ogni 30 secondi in Africa
un bambino muore di malaria**

**I bambini più esposti
alla malaria hanno
meno di 5 anni**

**I bambini prendono la malaria
se vengono punti dalle zanzare**



**Le zanzare vengono di notte,
i bambini devono essere protetti quando dormono**

**Se i bambini dormono sotto le zanzariere
non saranno punti dalle zanzare !**

Una zanzariera costa poco più di 3 € !



Per saperne di più www.partybagsavelives.com
Per seguire la distribuzione delle zanzariere
www.againstmalaria.com/partybagsavelivesitaly

Party Bags Save Lives

Sfida 8 Fallo tu!

Questa è una sfida di poche parole e molta azione: "Al posto di comprare, fallo tu!" Non è detto che risparmierai tempo o denaro, ma di sicuro ne guadagnerai in soddisfazione, autostima e possibilità di farlo proprio come piace a te, per colore, materiale e dimensioni.

Da che cosa partire? Soprattutto da ciò che più desideri, da ciò che hai voglia di fare.

Le competenze...cresceranno con il progetto!



I fatti

- Una cosa fatta da sé la **si ama** di più e più a lungo;
- **www.etsy.com** non è solo un sito dove comprare vestiti e oggetti hand-made e vendere le proprie creazioni, ma anche una community di artisti, creatori, artigiani,....
- Ciascuno a casa sua ma contemporaneamente, scambiandosi, man mano che il lavoro a maglia procede, consigli e aiuti sul web: è la moderna versione del **knitalong** (o **crochetalong** se all'uncinetto). Puoi cercare un gruppo a cui unirti su **www.ravelry.com**.

Per iniziare subito

Una buona occasione per iniziare a imparare a fare la maglia o l'uncinetto è "**La notte dei senza dimora**" organizzata il **15 ottobre** in Piazza Santo Stefano a Milano da Terre di mezzo (<http://associazione.terre.it>). Dalle 17 alle 20 si raccoglieranno e realizzeranno insieme **sciarpe, guanti, cappelli** da donare a chi vive in strada per proteggersi dal freddo.



E se l'idea di sferruzzare insieme ti alletta, puoi unirti al **Stitch and Bitch** di Milano (<http://maglia.blogspot.com>).

L'abbiamo fatto!

Adriano, 40 anni e 2 figli - La nostra casa è piccola e mi sono ingegnato a costruire per i bambini dei letti in legno ribaltabili che di giorno si chiudono contro il muro e di notte si abbassano per dormire. Mi sono ispirato alle cuccette del treno!

Giovanna, 41 anni e 3 figli - Non avevo mai fatto l'uncinetto ma volevo delle presine comode e colorate: mi sono cimentata da zero! Ho comprato un manuale fai-da-te all'usato e...ho imparato durante le vacanze di Natale in montagna

Gadget autoprodotti per Halloween

Si avvicina Halloween e cartolerie, supermercati, negozi di ogni tipo, si riempiono di **gadget** e travestimenti tematici. Ma da dove vengono? Come sono stati prodotti e da chi? E perché tanto uso di **plastica**?

Molto meglio farseli da se insieme ai bambini! Con **cartoncino, carta velina e zucche**. E' veloce e facilissimo! Per i travestimenti si possono usare **vestiti** e **stoffe di recupero**.



La classica **zucca tagliata** in cui mettere dentro una candela



Festoni con cartoncino e carta velina



Prendi una striscia di **cartoncino nero** 50x25 cm, **intaglia** una forma di zucca, pipistrello o fantasma, incolla all'interno una **carta velina arancione**, aggiungi disegnandoli occhi o altri particolari, chiudi il **cilindro** con la pinzatrice. Puoi appoggiarlo sul tavolo con dentro una candela o usarlo anche come paralume. L'effetto è assicurato!

Sfida 9 Organizza una sfilata tra mamme

"Modello Giuditta!" Chi non ricorda la sfilata di Benigni ne "Il piccolo diavolo"?

Se hai voglia di divertirti anche tu, di rinnovare con allegria il tuo guardaroba, facendoti consigliare da mamme e amiche, organizza uno Swap Party!

Un'occasione per liberare l'armadio dai vestiti che non metti più ma che possono andare alla perfezione ad una tua amica, per divertirsi a provare insieme i vestiti - magari improvvisando una sfilata - e consigliarsi, per rinnovare il guardaroba senza spendere un euro!



I fatti

- *Katrin, 34 anni*: "La mia giacca di pelle dell'università **giaceva** nell'armadio da anni e penso non sarei mai riuscita a darla via...ora vederla su Monica è una sensazione bellissima!";
- la **produzione di una t-shirt in cotone**, anche la più economica, richiede circa **2.000 litri di acqua** e comporta in media l'emissione in atmosfera di **6.500 kg di CO₂**!

Per iniziare subito

- Meglio fissare qualche regola sui capi da portare: devono essere **aggiustati, in ordine, puliti e stirati**. Le scarpe, in particolare, se sono rovinate non invogliano nessuno;
- Uno **specchio** a figura intera è fondamentale per poter ammirarsi;
- Le **regole di scambio** possono essere diverse (scambio diretto uno-a-uno, oppure tutti i vestiti in comune e ognuna prende quello che vuole, o ancora ogni vestito portato da diritto ad un **gettone** per prenderne un'altro) ma in ogni caso vanno decise e omuncate prima;
- Lo swap party è anche un'occasione per assemblare e scoprire **nuovi abbinamenti**, magari inaspettati, con le amiche...per un effetto moltiplicatore delle possibilità del proprio guardaroba!
- Per aggiungere emozione allo swap party, compila l'etichette da abbinare ad ogni capo raccontando perché è speciale.



Etichette per i vestiti dello Swap party

Questo vestito era di.....
ed è speciale perché.....

Se ti piace e ti va bene, usalo!

Questo vestito era di.....
ed è speciale perché.....

Se ti piace e ti va bene, usalo!

Questo vestito era di.....
ed è speciale perché.....

Se ti piace e ti va bene, usalo!

Questo vestito era di.....
ed è speciale perché.....

Se ti piace e ti va bene, usalo!

Invito per lo Swap party tra mamme

Ehi tu, mamma! Sei stata selezionata tra mille
per partecipare allo **SWAP PARTY** del secolo.

*Un baratto per liberarsi e rifarsi il guardaroba
con capi affettivamente vissuti.*

Porta i vestiti che non metti più.
Prova quelli delle altre mamme.
Scegli il capo che vuoi e portalo a casa con te.

*Ti aspettiamo
il giorno.....alle ore.....
in via.....*

Sfida 10 ...Scopri-la sulla cartolina!

Se vuoi scoprire la decima sfida di attivismo in casa ritira la **cartolina** di questo mese presso uno degli **oltre 100 esercizi** commerciali **family friendly** di Milano.

Trovi l'elenco su www.radiomamma.it/esercizi_family_friendly o nella pagina seguente.

LA TUA MILANO FINALMENTE!



Una piccola anticipazione...

Al supermercato, compra 2 kg di mele: 1 kg nel vassoio di plastica e 1 kg sciolte, tenendo i guanti usa e getta e il sacchettino. Una volta a casa pesa separatamente gli imballi di plastica dei 2 kg di mele. *Se acquisti bene*, quanta plastica puoi risparmiare in un anno?



I punti Family Friendly di Milano

ZONA 1

23Corsovenezia - Corso Venezia 23
Al Buon Convento - Corso Italia n.26
Amelia Boutique - Via Ansperto 10 ang. via Nirone
Bhu-m Milano Mamme - Via Bianca di Savoia 7
Bim Bum Brunch - Piazza Fontana
Bimbi allegri - via Vincenzo Monti 47
Cavalli e Nastri - Via Brera 2
Centro Medico Monte Rosa - Via Monterosa 3
Centro sportivo San Carlo - Corso Magenta 71
Codice Verde - Via Crivelli 15/1
Dadà - Via Gian Giacomo Mora 22
Fate e Gnomi - P.zza S.Simpliciano 6
Fortura Giocattoli - via Olmetto 10
Gepo - via San Giovanni sul Muro 5
Hello Kids - via Caradosso 8
Il club delle mamme - Via Canonica 20
Il Germoglio - Via Lanzone 53
Il Platano - Corso di Porta Ticinese 87
Il Sole - Corso Magenta 52
La casetta di Via Cirillo - Via Cirillo 14
Les Abeilles - Via S. Marta 12
Liviani - Corso di Porta Romana 74
Ma.Ba - Corso di Porta Romana 72
Mhug - via Camminadella 16
Milk Room - via Mazzini 20
Mini Art Factory - Via Gaudenzio Ferrari ang. Corso Genova 25
Movimento Arte - Corso Garibaldi 34
Museo Diocesano - Corso di Porta Ticinese 95
Nuova Educazione - via Pace n.10
Nuvò Pizza Place - via Cirillo
Pandora - Via Borromei 13
Panpepato - via Solari 2/a
Sanvitto - V.le Papiniano 16
Spazio Mediazione - Via Mario Pagano 2
Unduetrestella - Via Gianbattista Vico 1
Zazie - Via Conca del Naviglio 10

ZONA 2 -

Agenzia 2 BCC - via Melchiorre Gioia 64
Angel baby - via Emilio de Marchi n. 52
Archè - via Ressi 23
Da Sabatino - via Marocco 17 ang. via Soperago
Doris Diner - Viale Sarca 336/f
Follador Nursery School - Largo V Alpini 6
Fondazione Cineteca Italiana - c/o Manifattura
Tabacchi, viale Fulvio Testi 121
Fun & Fun - Via Beroldo 2
I Cocolotti - Via Livraghi 12
International Language School - Piazzale Loreto 11
La Lunanuova - Via Settembrini 3
Osteria qui da noi - via G.Fara 10

Osterialnove - Via Tahon di Revel 9
Ta Hua - via Fara 15

ZONA 3 -

il girotondo - via thaon de revel 8
Il Koala - via Arnò 2
Il Nano Gigante - Via Lambrate 18
La casa di tutti i colori - via Mancinelli 3
La teiera eclettica - piazzale Bacone 2
Mano Libera - via Stoppani
Mezzanotte - Viale Premuda 13
Mille Bolle - Via Gustavo Modena 12
Museo Beni Cappuccini - Via Antonio Kramer, 5
Pietra oro e gemme - via Spallanzani 11
Saltafrotiere - Via Sangallo 10
Teo Boutique - Corso Concordia 9
Terreno di danza - Via Nino Bixio 15

ZONA 4 -

Altrotempo - Via Ferrini 11
Bibidibodibibu - via F.Anzani 1
Bottegas - via Colletta 31
Centro odontoiatrico Sanfelice - via Luisa Sanfelice 8
Cicogna - Via Bellosio 15
Città del Sole - Corso Lodi 3
Gelateria Lulù - Viale Brenta 39
Il mio libro - Via Sannio 18
Il nido di Lù - Via Friuli 8/a
La Locomotiva di Momo - Via Comelico 40
La Scuola di Pippi - Via Friuli 8
Laboratorio Teatro Mangiafuoco - via Grasselli 4
Libreria Nuova Scaldapensieri - Via Don Bosco fronte civico 39
Modamodà - Viale Umbria 18
One to Three - Viale Premuda 38/a
One&One diffusion -via Longhena Baldassarre 16
Piccole orme - Via Gardone, 22

ZONA 5 -

Anadima - Via Pavia 10
Arts & Education Reunited - ple Francesco Carrara n.19
Blutuja - Via S.Rocco 5
Green Brunch Visconti Palace - Viale Isonzo 14
Il pianeta del tesoro - Via felice Perussia 6/1
La stazione delle biciclette - Piazza IX novembre 1989, San Donato
L'Hub - Ripa di porta ticinese 69
Ludum - Via Pietrasanta 14
Spazio Nur - Via Ripamonti 2

ZONA 6 -

Bausette - Via Soderini 31
Dixieland Café - c/o Progetti futuri srl, Via Santa Marta 12
Halosal - Via Washington 98

I monelli - via Coni Zugna 58
Il Naviglio a vapore - Via Ernesto Rossi 7/A
Il Sole Bircò - via Lorenteggio 41
Il villaggio dei puffi - via Scrosati 8
La Casa de Pepa - Via Anfossi 19
Libreria Archivi del 900 - V. Montevideo 9
Perle e pirati - Via Valparaiso 2
Vita Beata - Via californiana 21

ZONA 7 -

Helen Doron Early English - Via A. Mario 20
Il Cammino - Via Felice Bisleri 19
Il Rigoletto - via San Siro 4
La casetta dei bambini -Viale Caterina da Forlì 40
Nonsolomerenda - Via Pessano, 11
One to three via Quarenghi - via Quarenghi 22

ZONA 8 -

Bruconido - Via Gallarate 94
Coccinella - Via G Boccaccio 34
Family service - Via monte cervino 3
Foto Ottica Manazza - Viale Certosa 241
Il nido dei bimbi - Via londonio 28
Incantesimi urbani - via Tolentino 5
Iridea - Via Cenisio 62
Mondo musica - via Mac Mahon 9
La Tartuca - Via Varesina 19
Mammamondo - via Cimarosa 8
Osteria opera prima - via Lomazzo 29
Salina Albera - via Palizzi 119

ZONA 9 -

Associazione Capoeira de Angola - Via Angelo della Pergola 15
Babygioco - Via Arganini 30
Grani e Braci - via C.Farini ang. via G.Ferrari
Isola dell'Infanzia - Via Lario 16
La giocomotiva - Via Boschetti 1
La Puperia - Via Nullo 19
Lotus pocus - Via Boltraffio 16
Magazzino del Cotone - Via Terruggia 2 ang. Via L. Ornato
Miele - Via Porro Lambertenghi 12
Musicaingiochi - via Confalonieri 7
Pasticceria alla fontana - Piazza S. Maria alla Fontana 1
Pizzeria alla Fontana - Via Thaon di Revel 28
Rovelli & Sala Merceria - Via Ornato 7
Sportmastermediolanum - Via G. Govone 67
Teatro della Cooperativa - via Hermada 8
Teatro Sala Fontana - Via Boltraffio 21

LA TUA MILANO FINALMENTE!



Come è cominciato tutto: la storia di Neolatte

Il "caro biberon" e la sfida di Unifarm

Chi l'ha detto che il latte in polvere deve costare come lo champagne? Italia, anno 2005: a dirlo, sono le aziende produttrici che fanno "cartello" e propongono alle mamme latte in polvere che costa fino al 370% in più dei prodotti venduti in Austria, Germania e Svizzera. Media e consumatori puntano il dito contro i farmacisti, secondo loro responsabili del "caro biberon". E invece è proprio dalle farmacie che parte una sfida alle multinazionali destinata a rivoluzionare il mercato: Unifarm, società di distribuzione del farmaco di proprietà dei farmacisti del Trentino Alto Adige e del Veneto, lancia un latte in polvere, Neolatte, che costa meno di 10 euro per 900 grammi. Un terzo del prezzo corrente. Possibile?

Parola d'ordine: cambiare le regole del gioco



Quella che sembra una sfida impossibile poggia su un'idea semplice e innovativa al tempo stesso: abbattere i costi eliminando informazione medica, pubblicità e pressing sui pediatri puntando, invece, sulla capillarità delle farmacie nel territorio e sul potere del passaparola tra mamme. Sono loro che Unifarm, dal web e dal banco della farmacia, si premura di informare: il latte vaccino utilizzato per il Neolatte proviene dalle fattorie biologiche

della Baviera e da un produttore certificato, l'azienda tedesca Topfer (certificazione di industria alimentare e farmaceutica Dqs En Iso 9001 e accreditamento Bcs Oeko Garnatie come produttore di alimenti bio per lattanti).

Un successo costruito dal basso

A 6 anni di distanza, Neolatte è il latte in polvere più venduto nelle farmacie italiane con il 29% di quota di mercato a volume. Un successo che Matteo Tamanini, direttore commerciale di Unifarm, riassume così: "Siamo un prodotto per ricchi di informazioni". I numeri, parlano chiaro: un terzo delle mamme italiane con figli tra 0 e 3 anni conosce Neolatte, e un conoscitore su due lo ha provato. Il 41% delle mamme che lo usano, l'ha scoperto grazie al tam tam tra amici e conoscenti. E, a sua volta, ha informato altre mamme

***Fai la differenza e passaparola.
Cambiare le regole del gioco è possibile!***



Se stampi questa guida,
usa carta certificata ecologica (FSC, PEFC,
Ecolabel, Nordic Swan) , meglio se riciclata,
e stampa 2 pagine per foglio.

Se invece la guardi a video,
ricordati di spegnere completamente il
computer quando smetti di usarlo.

Grazie per contribuire ad un mondo con più
alberi e meno rifiuti.

...Fai la differenza e passaparola!

