

# VIVERSANI *e belli*

DIRETTORE RESPONSABILE  
Massimiliano De Feo

**Redazione**

Nicoletta Lucia Bagliano (caporedattore), Maura Prianti (cposervizio),  
Letizia Sofia Comolo, Valeria Fernbach, Elisabetta Gabelli,  
Chiara Masciocchi, Mariacristina Panella, Lorenza Resuli, Esmeralda Wezel

**Coordinamento grafico**

Claudia Rega

**Progetto grafico**

Stefania Megazzini

**Grafica**

Chiara Bosco, Elisabetta Capra, Chiara Casalaspro, Rossana Colnago,  
Debora Piccolo, Valentina Salmaso, Marina Strignano

**Fotografie e illustrazioni**

AGF, Gallery Stock, Getty Images, IPA, iStock,  
La Camera Chiara, Masi, Marka, Masterfile, Photo Rossmagenta,  
disegni Angelo Siviglia, Shutterstock, Sunrayphoto

**Foto di copertina:** AGF

**Segreteria di redazione**

Katia Caronni, Raffaella Fagnani, Cristian Tavano

**Editore**

D.E. DIDIEFFE EDITORIALE S.r.l.

Corso di Porta Nuova 3/a - 20121 Milano

tel. 02/63675300 - fax 02/63675519

"Viversani e belli" cita i nomi commerciali dei farmaci per la completezza  
dell'informazione e per libera scelta della redazione

**Redazione** Corso di Porta Nuova 3/A - 20121 Milano Tel. 02/63675300/302/307 - Fax 02/63675519

**Diffusione** Corso di Porta Nuova 3/A - 20121 Milano Tel. 02/636751 - Fax 02/63675518

Numero arretrati per l'Italia il triplo del prezzo di copertina. Per spedizioni all'estero, maggiorare l'importo con un contributo fisso di € 3,00.

**Le richieste di arretrati vanno indirizzate a:** VIVERSANI E BELLI - Ufficio Arretrati - Corso di Porta Nuova, 3/A - 20121 Milano

**Servizio arretrati:** tel. 02/66505964

**Abbonamento annuale:** solo in versione digitale a € 35 tramite il sito [www.miabbono.com](http://www.miabbono.com)

**Servizio abbonamenti:** tel. 02/21119592 - fax 030/7772385 - [www.miabbono.com](http://www.miabbono.com)

**Informativa D. Lgs. 196/2003**

Ai sensi dell'art. 13 del D.Lgs. N.196/2003 la D.E.Didieffe Editoriale S.r.l., titolare del trattamento dei dati, La informa che i dati da Lei forniti con la presente richiesta di abbonamento verranno inseriti in un data base ed utilizzati unicamente per: dare esecuzione al presente ordine; effettuare indagini statistiche e di mercato; inviare proposte commerciali. Il conferimento dei dati è necessario per dare esecuzione al presente ordine ed i dati da Lei forniti verranno trattati anche mediante l'ausilio di strumenti informativi unicamente dal responsabile del trattamento e dai suoi incaricati. In ogni momento Lei potrà esercitare gratuitamente i diritti previsti dall'art. 7 del D.Lgs. 196/03, chiedendo la conferma dell'esistenza dei dati che La riguardano, nonché l'aggiornamento e la cancellazione per violazione di legge dei medesimi dati od opporsi al loro trattamento scrivendo al responsabile del trattamento dei suoi dati: DIRECT CHANNEL S.P.A. Via Mondadori, 1 - 20090 Segrate (MI).

UP  
UNIVERSO  
PUBBLICITÀ

**Concessionaria per la pubblicità**

Universo Pubblicità srl - Corso di Porta Nuova 3/A  
20121 Milano - Tel 02626166201 - Fax 02 626166516  
[www.universopubblicita.it](http://www.universopubblicita.it)

Ufficio Traffico - Corso di Porta Nuova 3/a - 20121 Milano  
tel 02 63675220 - 02/63675233 - Fax 02/63675517

**Agenzie di vendita pubblicità:** Piemonte e la Valle d'Aosta Alessio Cantamessa, C.so Roma 38, 10024 Moncalieri (To), tel. 335/8108605; province di Verona, Vicenza, Bolzano, Trento e Mantova Sara Boni, cell. 348/3300809; Friuli Venezia Giulia, province di Venezia, Rovigo, Belluno, Treviso, Padova Sc2 Media di Stefano Cattaruzza e Stefano Chérié Lignière, via San Donà, 276/a 30174 Mestre (Ve) tel. 041/8221515; Liguria Rbmedia di Beatrice Carlesi, via Vespucci 45/2, 16165 Genova; tel. 010/665246; Emilia Romagna, Repubblica di San Marino Universal Italiana, Lucio Guastaroba, cell. 348/1314279; Marche, Abruzzo e Molise Gianni Malatini via Orsini 45, 62012 Civitanova Marche (Mc) tel 0733/688286 fax 0733/881671; Toscana e Umbria L.P. Communication, tel. 055/6800508; Lazio Raffaella Ruzzini, via Lamberto Vignoli 76/78, 00123 Roma, cell. 335/8192637, tel. 06/35454135; Puglia e Basilicata MPS di Silvio Pellicano via Mulini 50, 70043 Monopoli (Ba) tel. 333599290; Sicilia Publisette s.r.l., Salvo Giუსino, via Catania 14, 90141 Palermo, tel. 091/7302750, cell. 336/890019; Sardegna Universo Pubblicità tel 02/626166201.

**Distribuzione Italia:** SODIP - Angelo Patuzzi SpA, Via Bettola 18 - 20092 Cinisello Balsamo (MI) - tel. 02/660301; PRINTED IN ITALY - Stampa: ELCOGRAF SPA - Via Zanica 92, Bergamo. Registrazione Tribunale di Milano n. 2 del 4/1/1992.

ISSN 1124 - 240X (Print)

ISSN 2499 - 2631 (Online)

Copyright D.E. Didieffe Editoriale S.r.l.© - Tutti i diritti riservati: all rights reserved.

È vietata la riproduzione e l'uso anche parziale di testi, illustrazioni e foto.

Pubblicazione iscritta alla Federazione Italiana Editori Giornali.



ACCERTAMENTI DIFFUSIONE STAMPA  
Certificato N. 8775 del 25.5.2020



PUBBLICAZIONE RILEVATA AUDIPRESS: INDAGINE SULLA  
LETTURA DEI PERIODICI E DEI QUOTIDIANI ITALIANI

**SERVIZIO ABBONAMENTI**

telefonare al numero:

02/21119592

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

**SERVIZIO ARRETRATI**

telefonare al numero:

02/66505964

## vacanze e Covid con i bimbi

Quest'anno non è solo il grande caldo a preoccupare le mamme con figli piccoli in vacanza. La pandemia amplifica l'ansia e i dubbi sui comportamenti da tenere con i bambini si moltiplicano. Molti genitori si trovano a dover prendere decisioni difficili in merito alla sicurezza dei loro pargoli, soprattutto quando si tratta di metterli nelle condizioni di giocare e divertirsi senza correre pericoli per la salute. Ecco i consigli dei pediatri dell'ospedale Sacra Famiglia Fatebenefratelli di Erba (Co).

### Non allarmatevi!



Senza spaventarli, i piccoli vanno comunque informati. Anche se sono bambini, infatti, devono essere consapevoli di ciò che sta succedendo. Dato che dovremo imparare a convivere con l'emergenza ancora per diversi mesi, è bene che i genitori diano messaggi chiari ai figli, in vista del rientro a scuola e dell'arrivo della stagione autunnale. Ai più grandicelli bisognerà spiegare l'importanza del distanziamento sociale, sorvegliando i più piccoli durante i giochi di gruppo.

### A distanza, anche al mare



Anche in spiaggia rispettare le regole del distanziamento tra i bagnanti è fondamentale, così come è importante indossare la mascherina quando non si sta nel proprio spazio. Evitare assembramenti e non condividere sdraio e lettini con persone al di fuori del nucleo familiare.

### Questione di matematica



Ricordate che le distanze di legge non sono "flessibili". Al mare quella minima tra le persone è di un metro, ma intorno a ogni ombrellone devono esserci 10 metri quadri, cioè circa tre metri lineari tra un ombrellone e l'altro. Tra lettini e sdraio è previsto un metro e mezzo. Inoltre i galleggianti e le cabine vanno disinfettati a ogni cambio di persona e a fine giornata. I lidi, infine, devono mettere a disposizione dei bagnanti soluzioni per igienizzare le mani facilmente fruibili.

### Attenzione agli ambienti chiusi



Anche se si trascorre la maggior parte della giornata all'aperto, bisogna stare comunque attenti al rischio di contagio negli ambienti chiusi, come ristoranti, alberghi e negozi, specie se aerati in modo artificiale e forzato. Qui è ancora più importante indossare la mascherina e farla mettere anche ai bambini.

### Non scordate l'igiene!



Con i bambini la cosa più importante è dare l'esempio. Quindi sono gli adulti che per primi devono rispettare le norme di igiene, per poi pretendere di essere imitati dai figli. Lavatevi spesso le mani e fatele lavare anche a loro, per almeno un minuto, cantando due volte "tanti auguri a te", chiudendo poi il rubinetto con un fazzolettino di carta.