

La prima rivista italiana per le donne in dolce attesa

9mesi

www.9mesimagazine.it

Nove Mesi#166
Bimestrale
Ottobre/
Novembre 2021
3,90 euro

Attualità
12 emozionanti
racconti di nascite
in piena
pandemia

Parla l'ostetrica

**Un travaglio
sereno? Si può!**

LE VISUALIZZAZIONI COME METODO
DI PREPARAZIONE AL PARTO

Salute

PICCOLI DISTURBI

Quali aspettarsi durante
i 9 mesi e come affrontarli

Da provare

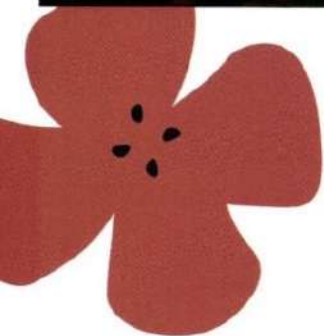
**DANZA DEL
VENTRE**

I benefici per **mamma
e nascituro**



Aria nuova

...e all'improvviso eccola qua! Rendete ancora più bella questa solare stagione con i capi e gli accessori giusti, pensati per essere sia belli che pratici e funzionali



A cura di
Alessandra
Greco

Che profumo hanno gioia e felicità, paura e tristezza? Ognuno di noi potrebbe darne una personale definizione, perché spesso ai ricordi si associano reminescenze olfattive. L'olfatto, infatti, gioca un ruolo fondamentale nella vita e ancor più in gravidanza, quando le nostre percezioni vengono amplificate enormemente dagli estrogeni e condizionano le nostre scelte. È un meccanismo naturale di tutti i mammiferi che, attraverso gli odori, percepiscono i pericoli e riescono a difendere se stessi e la prole da cibi potenzialmente dannosi o possibili predatori. Non sorprende dunque che, per cambiare umore, a volte, possa bastare anche solo un profumo. Ci sono odori che mettono in allarme o risultano sgraditi come quello di vernice e benzina, particolarmente aspri e pungenti, ma di contro ci sono anche molti profumi capaci di stimolare memorie positive, come quello del pane appena sfornato, della cannella dei dolci natalizi, della biancheria pulita, di rosa o

violetta, che fanno venire il sorriso sulle labbra. Nei primi mesi di gravidanza spesso si ha una esagerata sensibilità dell'olfatto, fenomeno chiamato "iperosmia", ed è facile cambiare anche "gusti odorosi" scegliendo fragranze che prima si sarebbero ignorate.

Nei nove mesi di attesa, allora, meglio lasciarsi guidare dall'istinto: optate per una fragranza rassicurante o preziosa da indossare o diffondere negli ambienti; create il vostro odore, quello che sarà riconoscibile immediatamente come "odore di casa" dal vostro piccolo.

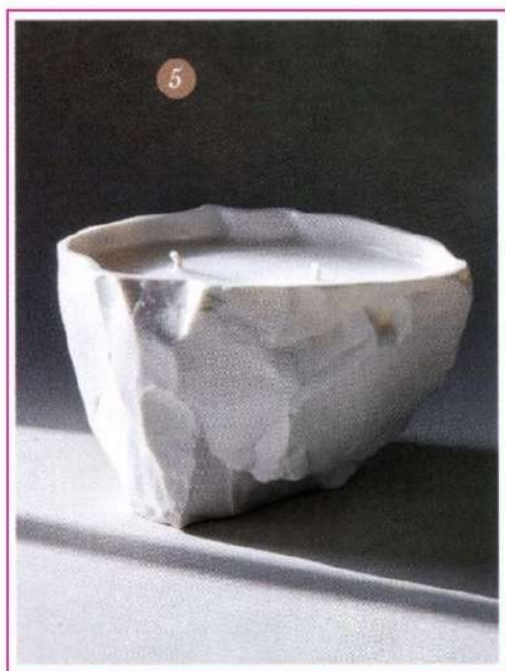
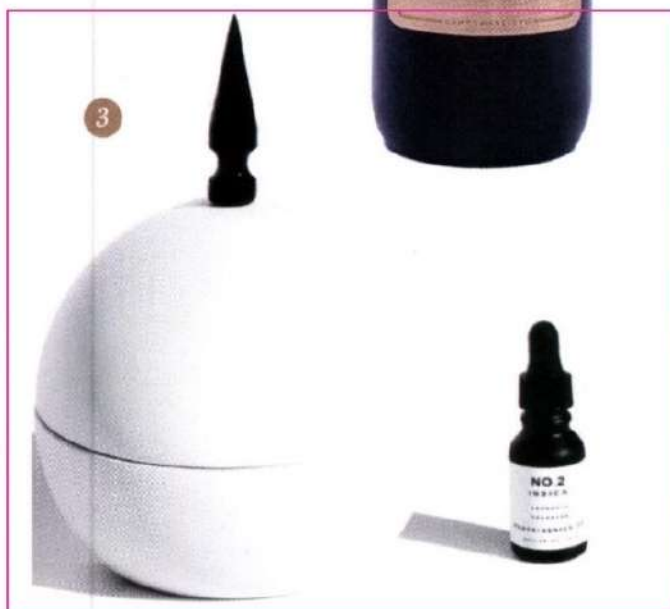
Il consiglio: eau de parfum, oli e creme profumati e in genere le composizioni poco alcoliche e naturali sono da preferire a extrait e parfum troppo intensi e meno tollerati.

Le note? Agrumate e fresche risultano più gradevoli di quelle legnose o fiorite. Tra quelle speziate preferite lo zenzero che aiuta anche a calmare le nausee.



Per la casa

tutte al mare



1. Villa Noailles Diptyque

Rosmarin è la candela profumata creata da Diptyque per celebrare Villa Noailles in Francia. Evoca l'odore del rosmarino e si lega alle essenze toniche delle foglie di basilico e di eucalipto, arricchite di sfaccettature resinose e boisé. In edizione limitata, in vendita nella boutique Olfattorio di Milano. **65 euro**

2. The Essential Blend

Evocare un luogo e un ricordo. Luca Maffei crea un'esclusiva linea di fragranze d'ambiente distribuite da Capomazzone70. Ognuna trasporta in un punto preciso: una passeggiata a Roma vicino al Pantheon, o quella fra le nevi di Cortina, a Milano, a Brera. La numero 8 evoca l'estate in pineta a Forte dei Marmi, per riportare il sole in casa anche in inverno. Trigger, 250 ml. **45 euro**

3. Concrete Dome Diffuser, Photo/Genics + Co

Un pezzo di design più che un vero e proprio diffusore. Una cupola in cemento realizzata a mano con roccia di lava, in California. La fragranza No 2 Indica ha note di testa di cannabis sativa e bergamotto, estremamente rilassanti. Su releasedistribution.it. **180 euro**

4. Neanderthal Them

Una candela dalle forme preistoriche, realizzata e colata a mano nel sud della Francia in un vaso di ceramica, garantisce oltre 80 ore di combustione. Le sue note di testa fresche e floreali si combinano perfettamente con essenze naturali di ambra grigia e alghe marine, per creare una fragranza pulita e accattivante che accende l'immaginazione e stimola l'ottimismo. **105 euro**

5. Jo Malone Lilac Lavender

Il profumo del bucato, delle lenzuola stese al sole, di lavanda e levistico si fondono insieme in questa nuova creazione di Jo Malone, una candela in un vaso di porcellana bisquit bianca testurizzata e rifinita a mano in UK. Dura sino a 70 ore. **100 euro**

shopping

Da indossare

6. Lili fantasy di Juliette has a gun

Un intrigante bouquet di fiori bianchi si mescola alla nota di testa dai sentori gourmand inediti come il bubble gum, per chi ama stupire e lasciare il segno. N.D

7. Moonight Maison Ianne

Maison Ianne è un brand italiano che ha da poco presentato 5 fragranze accattivanti dedicate a 5 diversi momenti della giornata: Moonight è la fragranza dedicata alla notte, quando la luna e le stelle vestono il cielo. Pensata per la donna pronta ad attirare l'attenzione. Ha un sillage iconico e misterioso, note floreali di gardenia, fnesia, rosa damascena e fruttate di frutti rossi. Distribuito da Omnia Luxury Trade. N.D

8. Pink Diamond Eau de Milano

Un brand italianissimo che premia le amanti della città meneghina. Pink Diamond è una fragranza floreale/fruttata, legnosa, edibile... per una donna ottimista che ama lasciarsi ricordare. Il tocco gourmand è dato dalla nota di pesca e praline.

95 euro

9. Luce d'Oro Mediterranea

Cedro, mandarino e limone di Sicilia aprono questa fragranza solare e mediterranea che ha un cuore fruttato di fico d'India e floreale di gelsomino e lavanda. C'è tutto il calore del sole buono, quello che scalda senza bruciare, che fa sentire ancora in vacanza.

43 euro

10. Alien Goddess Thierry Mugler

La nuova fragranza per le amanti di Alien è un manifesto per un nuovo tipo di femminilità, inclusivo e ottimista. Gli ingredienti sono ricercati e raccolti rispettando l'ambiente: essenza di bergamotto e super-infusione di gelsomino grandiflorum coltivato in India, trattato a caldo con infusione di vaniglia bourbon del Madagascar e Cashmeran.

Eau de parfum, da 47 euro



6



7

8



9



10

