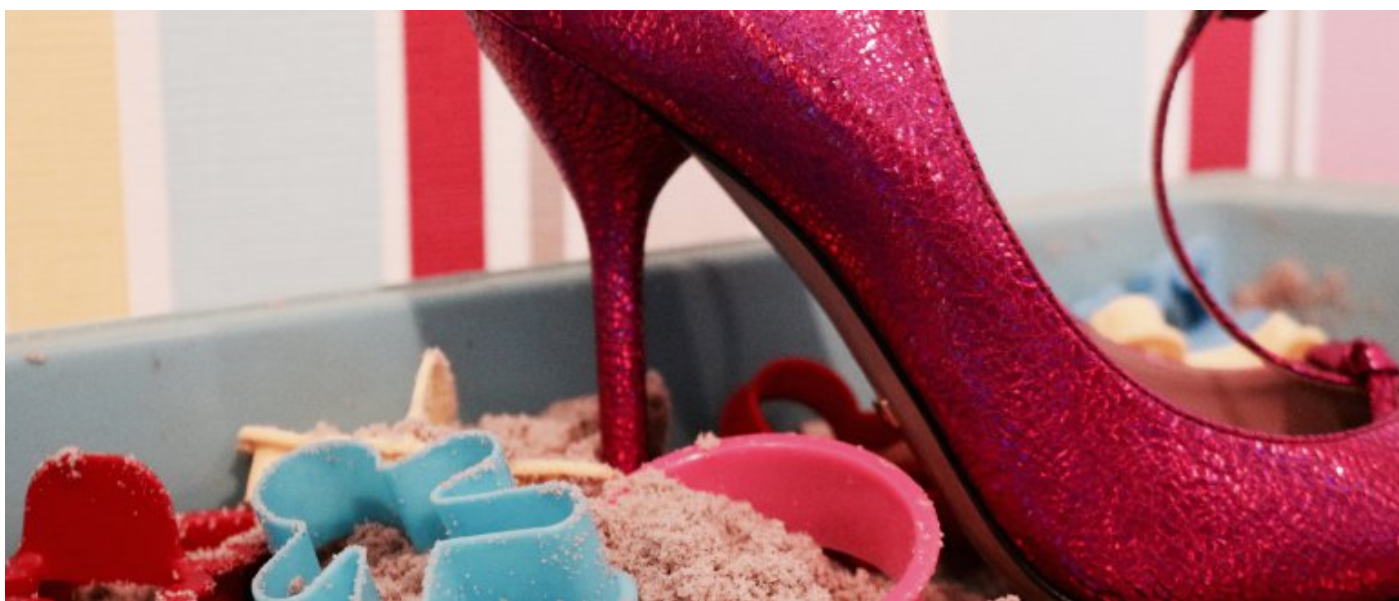


Stiletto Mommy: mamme sui tacchi... si diventa!



Essere mamma non vuol dire rinunciare alla propria femminilità... e ai propri tacchi! Parola delle Coach di Stiletto Academy che hanno inaugurato il filone dedicato alle mamme, con un workshop a Milano. Noi c'eravamo!



Stiletto Mommy | FOTO (8 immagini)

Stiletto Mommy | Stiletto Academy lancia Stiletto Mommy, un programma di corsi di portamento dedicati alle mamme che non vogliono rinunciare ai tacchi alti

(fonte: Ufficio Stampa)

Mamme e tacchi alti

“Ora che sei mamma non potrai più mettere i tacchi!”. Quante volte ce lo siamo sentite dire? Eppure essere mamme non deve per forza significare rinunciare alla propria **femminilità**. A sostenerlo a gran voce ora è anche il team di **Stiletto Mommy**, nuovo format di Stiletto Academy, ideato da Elena Bobbola, mamma e manager che ha da poco deciso di lanciarsi in questa nuova avventura.

Domenica 20 settembre lo showroom DressYouCan di Milano ha ospitato il primo workshop gratuito tenuto dal **team di Stiletto Mommy**, al quale abbiamo partecipato anche noi. Un vero e proprio **corso di portamento**, con parte teorica e pratica, per scoprire tutti i trucchi dello stiletto e imparare a portarlo consapevolmente e senza rischi.

Sapevate per esempio che esistono diverse tipologie di piede e quindi diversi tipi di calzature adatte a ciascuna di noi? Oppure, sapevate che esistono esercizi specifici in grado di alleviare i fastidi provocati dai **tacchi**? Ma, soprattutto, se siete mamme, avete mai pensato che portare in giro un passeggino potrebbe addirittura rivelarsi un vantaggio nel portare i tacchi? Se la risposta è no sappiate che in vostro aiuto ora possono venire le **Stiletto Coach**, pronte a svelarvi tanti consigli utili e darvi un'iniezione di energia e autostima attraverso il loro corsi motivazionali.

Stiletto Academy: tacco e femminilità

Il format dedicato alle mamme è una novità del programma **Stiletto Academy**, ideato cinque anni fa da Veronica Benini (blogger e autrice anche del libro *Tacco 12* di Sperling & Kupfer). Ex manager di successo, Veronica è diventata in pochi anni una sorta di paladina dello stiletto, dedicandogli tutta la sua vita. In bilico tra il suo lavoro da architetto di grattacieli a Parigi e guru dei tacchi, la 38enne italo-argentina ha deciso infatti di rivoluzionare la sua vita, dopo un evento che ha rimesso tutto in discussione. Veronica si è trovata, infatti, a combattere con un cancro all'utero che ha intaccato la sua fertilità, minando alla base la sua **femminilità** e portandola a riconoscere in tacchi e rossetti delle armi valide per riappropriarsene.

Leggi anche: [Mamme sui tacchi o sulle ballerine?](#)

Per anni ha portato avanti da sola la sua nuova attività, approfondendo l'argomento e tenendo workshop ovunque la chiamassero, e adesso, ha deciso che era venuto il momento di condividere con altre donne la sua avventura, insegnando loro tutto quello che ha imparato. È così che Stiletto Academy è diventata un'associazione, impegnata a formare nuove coach, ed è così che è nato il filone Mommy.

A gestire quest'ultimo è Elena Bobbola, che si rivolge proprio alle donne che come lei

lavorano e hanno un'idea nel cassetto da realizzare, che lottano tutti i

giorni per evitare di indossare l' "uniforme mimetica" della **donna in carriera** e rimangono uniche e speciali nelle loro scarpe

Il **tacco** come **simbolo di femminilità** e autodeterminazione, dunque, che va però portato nel modo giusto, anche per salvaguardare la propria salute.

Un workshop per mamme e bambini

Ecco cosa ci ha raccontato Elena, che da quattro anni è mamma di Viola, e che sabato ha debuttato come coach durante il workshop milanese

Ero direttore creativo per un gruppo di aziende e, dopo dieci anni di lavoro, ho deciso di prendermi un anno sabbatico, per stare più tempo con mia figlia e fare una pausa. Stiamo cercando location adatte per i corsi del 2016. Servono posti in cui ci sia spazio anche per i bambini, che non possono rimanere con le mamme durante il workshop, ma almeno possono venire all'evento insieme a loro se lo desiderano e, nel frattempo, fare qualcosa di divertente. Oggi per esempio i bambini sono seguiti dalle tate del team Le Cicogne, giocano con la sabbia cinetica di Borgione e fanno merenda con i prodotti offerti da Merende diverse

Una start up resa dunque possibile grazie agli sponsor che sostengono il progetto che, oltre ai **corsi** a pagamento, vuole continuare a poter offrire anche **workshop** gratuiti.

Oggi abbiamo la fortuna di essere ospitate da DressYouCan (showroom che offre abiti firmati ndr) che ha dato la possibilità a tutte le mamme di tenere indosso i suoi abiti per tutta la durata del workshop. Insomma, l'idea era organizzare una coccola a 360 gradi per le mamme!

E così, mentre i bambini giocavano, le **mamme** sfilavano davanti agli

specchi dello showroom in cerca dell'abito che le valorizzasse di più, per poi goderselo durante la **lezione teorica e pratica**, tenuta dalle coach Elena, Irina e dalla stessa Veronica, con qualche incursione dell'Estetista Cinica (e dei suoi consigli di bellezza e salute legati all'utilizzo dei tacchi) e con tanto di sfilata finale sul red carpet.

Consigli pratici per salvare stile e caviglie

Ecco qualche consiglio pratico per le mamme intenzionate a **non rinunciare ai tacchi**: quando per esempio uscite coi bambini, ma siete dirette a un aperitivo con le amiche, portate sempre con voi il tacco A (basso per correre dietro a loro) e il tacco B (da indossare una volta giunte a destinazione).

Usate il passeggino come vostro alleato, appoggiandovi a lui per camminare coi **tacchi** e usando i suoi comodi scomparti per portarvi dietro le scarpe di riserva. Più in generale le coach hanno messo l'accento sull'importanza di **non usare i tacchi troppe ore al giorno** e di privilegiare sempre le scarpe passe par tout, ovvero quelle adatte a tutte e che offrono insieme comfort e femminilità.

Per fare qualche esempio: gli stivali, le richelieu, le multilaccio, quelle a T e le Mary Jane. Ad accomunarle alcuni aspetti: le dita sono libere di muoversi e non stritolate e la caviglia è tenuta ben salda in modo da non storcersi. Da privilegiare sempre le **scarpe con plateau** (almeno 7 mm) che rendono più rigida la scarpa evitando di stritolare i metatarsi, e tacchi alti al massimo 10 cm. Mamme sì, ma con stile...

Se volete approfondire l'argomento le Stiletto Mommy vi aspettano sul sito [Stiletto Academy](#)