

## Una spirale di benessere



Non è la ricetta di lunga vita ma di sicuro un efficace metodo per rilassarsi e stare bene...  
SVOLGERE ATTIVITÀ CHE DIANO LIBERO SFOGO ALLA FANTASIA ABBASSA LO STRESS E ALLONTANA

LA DEPRESSIONE, ATTIVANDO UNA SPIRALE CRESCENTE DI CREATIVITÀ E BUONUMORE. A dimostrarlo è uno studio dell'Università di Otago, in Nuova Zelanda, pubblicato sulla rivista *The Journal of Positive Psychology*. D'obbligo, allora, ritagliarsi mezz'ora al giorno (e non sarà tempo perso!) per cercare e trovare nuovi spunti creativi. Come? Un altro studio, stavolta della Stanford University, ha evidenziato che la CREATIVITÀ VIENE... CAMMINANDO! E sì, passo dopo passo nascono le idee migliori! E poi ci siamo noi di Casa Creativa, che vogliamo iniziare il nuovo anno offrendovi un numero ancor più ricco di idee e spunti, notizie e tutorial, che sia per voi di ispirazione, accompagnandovi con fantasia nel 2017. Dai progetti per un "CALDO INVERNO" alla sezione dedicata alla carta, dal quilting ai fa da te per i piccoli... magari il mondo dell'handcraft potrebbe diventare un nuovo lavoro (a sostegno della creatività c'è anche il FONDO DI GARANZIA PER I SETTORI CULTURALI E CREATIVI DAL NOME EUROPA CREATIVA (per saperne di più: [ec.europa.eu/programmes/creative-europe/index\\_en.htm](http://ec.europa.eu/programmes/creative-europe/index_en.htm)). Buona lettura!

**ALBERTO MAZZANTINI**  
Direttore Responsabile

## In questo numero:



**Caldo inverno**  
Tanti progetti per scaldare questa stagione.  
Da pag. 42

42



46



26



**Guida alla decorazione**  
Quilting: hobby scacciapensieri



70

**Hobby time**  
Idee creative dedicate a te.  
Da pag. 68



78

**Junior**  
Colore e fantasia  
formato kids. Da pag. 78

|  |    |
|--|----|
| <b>Io ce l'ho fatta!</b>                       |    |
| <b>Giusy Acunzo</b> - Con carta e forbici..... | 10 |
| Il tutorial: Matita con nuvola di carta.....   | 12 |
| <b>Anna Borrelli</b> - Il filo delle idee..... | 18 |

### Guida alla decorazione

|  |    |
|--|----|
| <b>Quilting: hobby scacciapensieri</b> ..... | 26 |
|--|----|

### Reportage

|   |    |
|---|----|
| Crociera Creativa: creando in mezzo al mar..... | 20 |
|---|----|

### tecniche varie

|   |    |
|---|----|
| Tecnica mix - Cornucopia d'abbondanza.....  | 14 |
| Pasta polimerica - Cabochon... facile!..... | 52 |
| Crochet - Cover... passepartout.....        | 60 |
| Pasta polimerica - Intrecci di luce.....    | 62 |
| Recupero - Sedute... moderne.....           | 64 |
| Crochet - Cesto di nastri.....              | 76 |

### cucito creativo

|                              |    |
|------------------------------|----|
| L'agenda del nuovo anno..... | 16 |
| Casa dolce casa.....         | 24 |

### in cucina

|  |    |
|--|----|
| Cucito creativo - Copriforno patchwork.....  | 32 |
| Tecnica mix - Un piccolo "verde" aiuto.....  | 34 |
| Country painting - Gufetti country.....      | 36 |
| Cucito creativo - Lovetto del mattino.....   | 38 |
| Crochet - Gat-tovaglietta per colazione..... | 40 |



Di molti lavori trovi anche il costo dei materiali e il tempo di realizzazione indicativi



### Caldo inverno

|   |    |
|---|----|
| Cucito creativo - La mug del risveglio..... | 42 |
| Cucito creativo - Pompon per scaldare.....  | 44 |
| Cucito creativo - Orsetto scaldino.....     | 46 |
| Cucito creativo - Tasca da divano.....      | 48 |
| Feltro - Tris di fiori.....                 | 50 |

### Carta & fantasia

|                               |    |
|-------------------------------|----|
| Mongolfiera-party.....        | 54 |
| Cartellina a fisarmonica..... | 56 |
| Trilli mini planner.....      | 58 |

### Hobby time

|  |    |
|--|----|
| Recupero - Decorazione pittorica.....        | 68 |
| Tessitura - Moderna Penelope.....            | 70 |
| Cucito creativo - La valigia del cucito..... | 72 |
| Stumpwork - Bauletto 3D.....                 | 74 |

### junior

|  |    |
|--|----|
| Carta creativa - Animal party.....                           | 78 |
| Tecnica mix - Winter dreams.....                             | 80 |
| Carta creativa - Nuvoletta luminosa.....                     | 82 |
| Cucito creativo - Giostrina prendi sonno.....                | 84 |
| Cucito creativo - Cubi tattili.....                          | 86 |
| Cucito creativo - Calzarughe e altre fantastiche storie..... | 88 |

### rubriche

|                                 |    |
|---------------------------------|----|
| Crea facile.....                | 6  |
| Shopping - Pareti creative..... | 7  |
| News dal mondo creativo.....    | 13 |
| Libri per te.....               | 15 |
| Shopping - Copri... ..          | 66 |
| News dal mondo creativo.....    | 67 |

### crea... tu!

|   |    |
|---|----|
| Le idee da copiare.....                       | 90 |
| Materiale, istruzioni, disegni e cartamodelli |    |
| Gli indirizzi.....                            | 98 |

## Casa Creativa

**EDITORIA EUROPEA SRL**  
www.editoriaeuropa.com

**Direttore Responsabile**  
Alberto Mazzantini

**Ha realizzato questo numero**  
Leonardo Studio Associato

**Redazione**  
Barbara Medici - Carolina Peciola

**Grafica e impaginazione**  
Eleonora Brugnolini - Oxana Voropinova

**Editoria Europea srl**  
Sede Legale  
Via Monte Petrella, 24 - 00139 Roma

### Uffici operativi, redazione, amministrazione

Viale Europa, 3 - 05010 Porano (TR)  
Tel. 0763/375070  
Fax 0763/375070

amministrazione@editoriaeuropa.com  
redazione@editoriaeuropa.com

### Pubblicità a cura di ABCcomunicazione

Sede legale: via Innocenzo Malvasia, 26  
40131 Bologna

Riferimento per la pubblicità:  
Alberto Belli - Cell. 339/6808482

Tel ufficio: 051/8495022

www.abcomunicazione.it - info@abcomunicazione.it

### Distributore per l'Italia Press-di

Distribuzione Stampa e Multimedia S.r.l.  
20134 Milano

### Distribuzione per l'estero

**Johnsons International News Italia S.p.A.**  
Via Valparaiso, 4 - 20144 Milano

### Stampa

**Rotopress International S.r.l.**  
Via Enrico Mattei, 106 - 40138 Bologna

Iscrizione n. 361 del 1/7/2011  
al registro della Stampa del Tribunale di Milano

Per la richiesta di copie arretrate e per informazioni  
su come abbonarsi, visitare il sito  
www.editoriaeuropa.com

### Editoria Europea srl pubblica anche:

Casa da Sogno - Gli Speciali di Casa da Sogno  
L'orto in casa - Il mio casale - Pronto Cucina

Per la corrispondenza su questa pubblicazione  
scrivere a: [redazione@editoriaeuropa.com](mailto:redazione@editoriaeuropa.com)

Seguici anche su

**facebook**

[www.facebook.com/casacreativamagazine](http://www.facebook.com/casacreativamagazine)

