

# BIRBA MAGAZINE

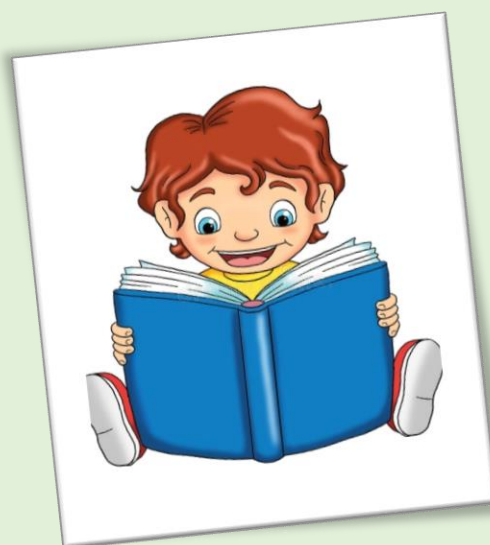
Numero 2, mese Settembre, anno 2018  
(rivista trimestrale)



**SCRITTO DA  
ASILO NIDO BIRBA LA GIRAFFA  
VIA AL MULINO 22  
6814 CADEMPINO**

**[091.960.02.05](tel:091.960.02.05)/[INFO@BIRBALAGIRAFFA.CH](mailto:INFO@BIRBALAGIRAFFA.CH)/[FACEBOOK:ASILONIDO BIRBA LA GIRAFFA](https://www.facebook.com/asilonido.birba.la.giraffa)**

## INDICE



❖ INTRODUZIONE.....	P.3
❖ LA PAROLA ALL'ESPERTO .....	P.4
✓ SIAMO TUTTI GENITORI IMPERFETTI	
❖ GIOCHI IN COSTRUZIONE.....	P.7
✓ DOMINO FAI DA TE	
❖ LETTURE CONSIGLIATE.....	P.8
✓ TI VOGLIO BENE ANCHE SE	
❖ ASSOCIAZIONI SUL TERRITORIO.....	P.10
✓ RIDERE PER VIVERE	
❖ PROPOSTE AL NIDO.....	P.15
✓ IL GIOCO EURISTICO	
❖ BIRBA CHEF.....	P.18
✓ RISOTTO ALLE CAROTE	
❖ CUCINARE CON GLI SCARTI.....	P.20
✓ SALSA DI FOGLIE DI CAROTA	

## **INTRODUZIONE**

Cari lettori e care lettrici,  
siamo alla fine di un altro anno scolastico per noi, i mesi estivi ci regalano gioia con i nuovi bambini che arrivano da “Birba” ma anche nostalgia per quelli che ci salutano per iniziare una nuova avventura alla scuola dell’infanzia. Ed è a loro che dedichiamo questo pensiero:

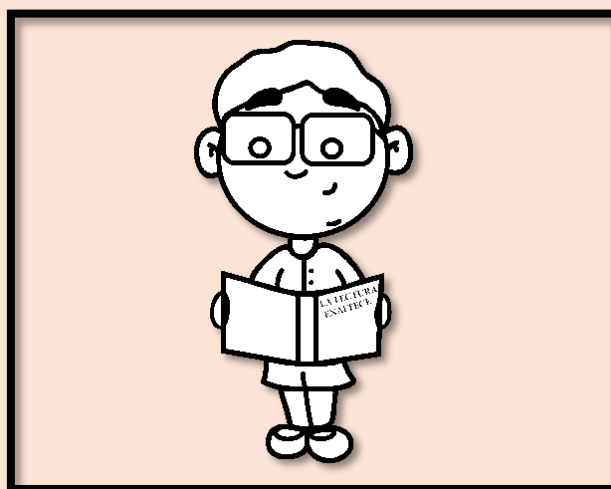
*“Ogni persona piccola o grande che passa dalla  
nostra vita, lascia sempre un po’ di sé e prende un  
po’ di noi...”*

*GRAZIE per aver incrociato il nostro cammino!”*

# **BUONA LETTURA!!!!!!**

*Team Birba la Giraffa*

## La PAROLA ALL'esperto



## SIAMO TUTTI GENITORI IMPERFETTI

Nel corso del mese di settembre ho avuto la fortuna di assistere ad una conferenza di Alberto Pellai, scrittore e psicoterapeuta dell'età evolutiva, dal titolo: "ESSERE GENITORI, ESSERE FIGLI".

La serata è stata organizzata dalla fondazione ASPI (fondazione della Svizzera italiana per l'aiuto, il Sostegno e la Protezione dell'Infanzia) e si è tenuta a Manno. Tante persone, tra genitori e professionisti, hanno ascoltato incantandosi, le parole di Pellai che, con la sua fluidità, semplicità, ironia e professionalità, ha lasciato in noi diversi motivi di riflessione.

Riporto di seguito alcuni argomenti estrapolati dalla conferenza.

*"Non è vero che tutte le famiglie felici si assomigliano. La felicità non è la totale assenza di problemi, non è un'unità di misura e nemmeno una foto incorniciata in bella mostra sopra uno scaffale del salotto. La felicità (...) è piuttosto qualcosa che ha a che fare con la consapevolezza e l'autostima"*

**Alberto Pellai e Barbara Tamborini**

“**Il metodo famiglia felice**” così è intitolato l’ultimo libro scritto a quattro mani da Alberto Pellai e sua moglie, Barbara Tamborini e su cui si è incentrata gran parte della conferenza.

Un importante alleato nel potenziamento dell’autostima di figli e genitori è la **FAMIGLIA**. Infatti l’autostima dei bambini non è indipendente dalla nostra ma strettamente collegata all’atmosfera che si respira nella famiglia, ai rapporti di tutti i suoi componenti.



Sono 6 i pilastri che reggono l’autostima familiare: amici, scuola/lavoro, famiglia, emozioni, protagonismo, corpo.

Il figlio che ho davanti mi mette in contatto con il figlio che ero, il genitore che sono mi mette in contatto con il genitore che ho avuto.

Tutto ciò che abbiamo vissuto da bambini, sia il bello, sia il brutto, lo ridoniamo senza averne la consapevolezza. E’ importante riflettere quali sono state le zone dei nostri genitori che ci hanno riempito di rabbia e quali invece ci sono piaciute così da non riproporle o riproporle ai nostri figli che sono l’occasione per rigestire il bambino che siamo stati.

Il problema non è commettere errori, siamo tutti genitori imperfetti, la salvezza è la **consapevolezza** dell’errore commesso così da avere la base per non effettuare lo stesso errore oppure “farlo un po’ di meno”.

E’ importante mettere dentro la famiglia i conflitti, conflitti gestiti bene.

Questo diventa possibile se la famiglia è sintonizzata col mondo delle emozioni dei bambini, tutte le emozioni hanno diritto di esserci: la gioia, la felicità, la tristezza, la rabbia, la calma, la paura. La paura è un’emozione con cui dobbiamo imparare a

fare i conti e avere un sano rapporto con essa, ci salva la vita perché ci mette a confronto con la realtà e ci fa comprendere quali sono i possibili rischi da evitare. E' un modo per stare dentro la vita con competenza e si possono acquisire competenze emotive solo dentro le relazioni con un adulto competente.

Quando un bambino è arrabbiato, urla dicendo magari anche qualcosa che non ci piace. Quante volte viene a noi genitori la voglia di urlare per mettere fine ad un episodio piuttosto che a un altro? E il bambino cosa fa? Si intimorisce davanti alle nostre urla o urla ancora più forte perché la rabbia è aumentata, non è stato compreso fino in fondo e non si sente protagonista. In alternativa al “soffocamento” di questa emozione e alle nostre urla potremmo usare una strategia: stringere le nostre mani attorno le spalle del bambino (è una forza che contiene non una che fa male) e dire: “guardami negli occhi e ripetimi cosa hai detto”. Il bambino si vede dentro di noi, siamo lì, ci guardiamo dentro.

“Essere sintonizzati” e “stare dentro la vita” significa anche permettere al bambino di essere protagonista del suo errore e del suo successo. Il genitore spaventato non renderà protagonista il suo bambino o la sua bambina perché sentirà il bisogno di proteggerlo.

Il bambino che si sentirà protagonista potrà avere il privilegio di sentirsi accolto nel suo essere e di essere rispettato riguardo i suoi bisogni e le sue capacità.

Negli ultimi anni questa sintonizzazione, questa connessione, lascia il posto alla disconnessione o meglio alla connessione virtuale e alla disconnessione dalla realtà, dai rapporti umani.

Concludo l'articolo con alcuni spunti di riflessione per i genitori:

- Cosa serve davvero ai nostri figli?
- Cosa ci ha fatto veramente bene quando eravamo bambini, preadolescenti e adolescenti?
- Che cosa vede mio figlio quando vede me?

*Direttrice amministrativa  
Francesca Pedone*

# GIOCCHI in COSTRUZIONE

## DOMINO FAI DA TE



Vi presento un'altra proposta che i bambini del nostro nido possono sperimentare: il domino fai da te ma nel nostro caso il domino fatto dalle mamme. Durante il mese di maggio abbiamo creato alcune occasioni di incontro con le "nostre" mamme tra cui un laboratorio di costruzione di giochi col materiale di scarto.

E' nato quindi questo domino 3D creato semplicemente con delle mattonelle di legno e con il più svariato materiale di recupero: mollette di legno, bottoni, spugne, conchiglie, sassolini,.... Il tutto assemblato con la colla a caldo.

Date sfogo alla vostra fantasia e create domini simili, da proporlo ai bambini dai 3 anni!

*Direttrice Amministrativa  
Dott.ssa Francesca Pedone*

## LETTURE CONSIGLIATE

### TI VOGLIO BENE ANCHE SE...

Di cosa parla **Ti voglio bene anche se...** di Debi Gliori



Sul fronte della copertina di **Ti voglio bene anche se...** di Debi Gliori c'è scritto "Un **capolavoro** della letteratura per l'infanzia ormai considerato un **classico**."

Le illustrazioni lasciano intuire che si tratti di un libro di qualche anno fa che fa riscoprire un'immagine un po' retrò molto **bella**.

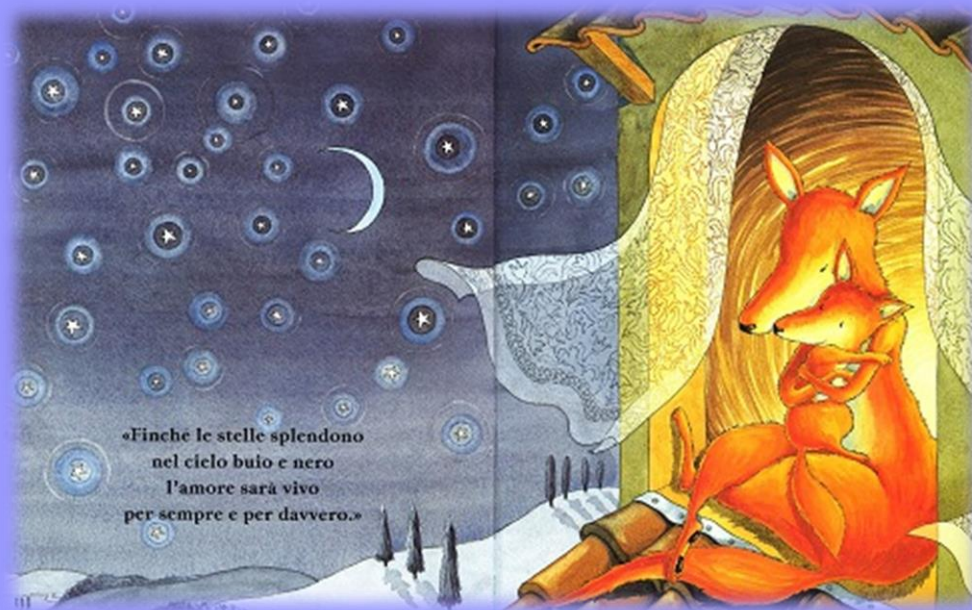
Leggendo la storia contenuta in **Ti voglio bene anche se...** si capisce per quale motivo questo libro per l'infanzia sia diventato un **grande classico** e sia stato riproposto nel 2017 dalla casa editrice **Mondadori**.

Questo libro **ispira prima di tutti i genitori**, poiché li aiuta ad affrontare con i propri figli il tema della morte con delicatezza ed in modo naturale provando

a rispondere con serenità alla domanda che qualsiasi bambino si pone da una certa età in poi riguardo alla fine della vita.

I personaggi sono due, un cucciolo di volpe che si chiama Mini e la volpe grande che si chiama Maxi. Il piccolo è un cucciolo capriccioso e un po' brontolone che crede di non essere amato da nessuno. Maxi spiega a suo figlio che ci sarà sempre per lui e gli vorrà bene in ogni caso.

Mini però non è convinto e cerca di capire fino a che punto gli vorrà bene: anche se diventa un orsetto, un insetto o un coccodrillo? Quando poi le domanda se con la fine della vita si esaurisce anche l'amore, Maxi lo rincuora, lo stringe tra le braccia e mostrandogli le stelle gli spiega il senso della vita. Soprattutto gli fa sentire con il suo calore e il suo **amore** che tra di loro non cambierà mai nulla.



*Ti voglio bene anche se...* è un libro che affronta i grandi temi della vita, come la solitudine, l'abbandono e la morte. Lo fa con rime che sembrano cantilene, che fanno sorridere i bambini e li incuriosiscono.

Un **libro per bambini dai 3 anni** in su che può essere letto anche ai neonati per la musicalità delle rime. L'attenzione è di sicuro conquistata con questa magnifica storia **consigliata** a genitori e ai figli.

*Direttrice Pedagogica  
Dott.ssa Paola Rinaldi*

## associazioni SUL TERRITORIO

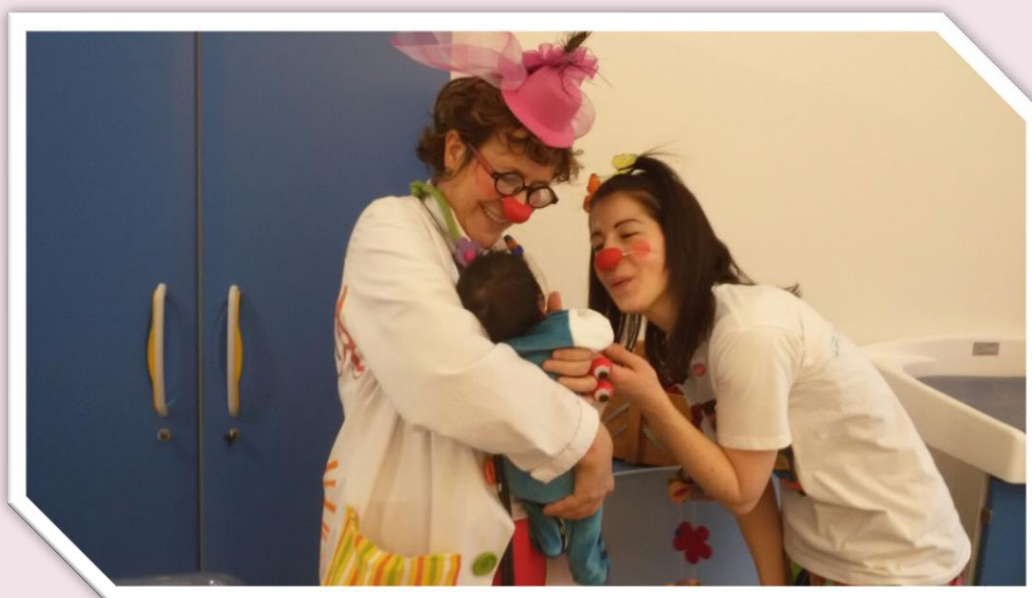
### RIDERE PER VIVERE

Lavoro con “Birba” dall’inizio del 2016 e ho voluto raccontare e portare all’interno del nido la mia esperienza con i Clown. Mi sono avvicinata a questa associazione nel 2014 e l’amore per il sorriso non me l’ha più fatta lasciare!! Quando indosso il naso rosso, divento A’Pina, non so più Giusy e tutto si trasforma... Io regalo un sorriso ma ricevo in dono molto di più: l’energia di una bambina, la speranza di un genitore, la gioia di un disabile e la gratitudine di un nonno. Emozioni che entrano dentro di me e mi rendono indistruttibile!!!!!! Ricevo e riceviamo tanti “GRAZIE” noi Clown ma chissà se queste persone si rendono conto che in realtà il grazie dobbiamo dirlo noi....

*Educatrice pedagogica dell’asilo nido Birba la Giraffa*

*Giusy Primo*

L’associazione fa parte della “Federazione Internazionale Ridere per Vivere attiva da più di 20 anni. “Ridere per Vivere Ticino” nata nel 2004 promuove la comicoterapia e più precisamente la **gelotologia**, disciplina che studia la stretta



relazione tra il ridere, le emozioni positive e la salute delle persone. Fondatori di Ridere per Vivere sono Leonardo Spina e Sonia

Fioravanti che hanno pubblicato “La terapia del ridere”, “Anime con il naso rosso” e creato Homo Ridens, istituto di documentazione e ricerca sulla gelotologia. Il Clown dottore e il Volontario del sorriso sono operatori che operano attraverso le arti della clowneria (comicità, umorismo, piccole magie, musica), per creare emozioni positive nelle persone che si trovano nel disagio che può essere sanitario, sociale o scolastico. Il volontario del sorriso agisce in gruppo mediante giochi comici, musica, relazioni sorridenti. Il clown dottore agisce sempre in coppia, indossa un camice variamente colorato, effettuando un vero e proprio “giro visite”. Il suo compito è sdrammatizzare le pratiche sanitarie, mutare segno alle emozioni negative, quale paura, rabbia, delusione, tristezza, farle esprimere, gestirle e virarle al positivo, verso il sorriso, il coraggio, la speranza, la gioia, il riso. Nell’ambito socio sanitario o in una comunità, l’approccio comicoterapico incide profondamente sulla motivazione e sul vissuto delle persone migliorando l’efficienza complessiva. L’associazione organizza inoltre laboratori utilizzando la comicità attiva e passiva al fine di valorizzare l’unicità della persona umana che si intrinseca attraverso il suo pensiero, il suo corpo, le sue emozioni, la sua energia spirituale, la sua relazione con gli altri e con il mondo.



## **Progetti**



### **Pillole di riso comicoterapia terza età**

Centro diurno Croce Rossa di Lugano

Casa anziani Luigi Rossi di Capolago

Casa anziani La Piazzetta di Loreto

Casa anziani La Quiete Mendrisio

### **Toc Toc Permesso...C'è un sorriso per te!**

Comicoterapia a domicilio Melano-Maroggia

### **Avvinti come l'EDERA tra emozioni, musica e risate**

OSC clinica psichiatrica Edera Mendrisio

### **Labirinto di risate**

Comicoterapia con utenti diversabili

### **Ridere senza solletico**

Istituto scolastico SE Molino Nuovo Lugano

### **Passeggiando in Corsia**

Ospedale San Giovanni Oncologia

Ospedale Valduce Como Neurologia-Oncologia

### **Sorridi in Ospedale**

Ospedale Fatebenefratelli Erba Pediatria

Ospedale Valduce Como Pediatria-Maternità

### **Ridere a scuola**

Istituto scolastico SI – SE Blenio

### **Sorridi in Ospedale**

Ospedale Regionale di Locarno Pediatria Oncologica

### **La scintilla vitale**

Casa anziani Girasole Reparto Alzheimer di Castelrotto

Casa anziani Stella Maris di Bedano

Residenza Paradiso di Paradiso

### **Formazione**

Corso clown dottori - Corso volontario del sorriso Corsi “Comicità è Salute” – Psicologia della relazione d’aiuto Laboratorio “I maestri del sorriso “ Laboratorio “Pillole di Gelotologia”- Corsi Associazione Svizzera Infermieri formazione continua 2004-2010 Corsi SUPSI magistrale 2012

### **Principali collaborazioni**

Club ‘74 – OSC Mendrisio - Fondazione ARES -Istituto San Nicolao Treggia Centro diurno Croce Rossa - Associazione Svizzera Autismo Area Eventi Conferenza spettacolo “Gioia in movimento” Conferenza “I meravigliosi cristalli d’acqua, immagini che parlano all’anima” Organizzazione Raduno Homo Ridens e Ridere per Vivere Ticino Progetti Umanitari Federazione Internazionale Ridere per Vivere Afghanistan “Una strada per la pace” – Clown a Capoverde – Croazia “Missione del sorriso” – Abruzzo emergenza terremoto “Un sorriso di speranza Campo Giocomoto” - Umbria “La carovana dei sorrisi d’argento”

*Associazione socio-sanitaria-culturale **RIDERE PER VIVERE TICINO***

*via Scairone 20 CH 6818 MELANO*

*Telefono +4177 44 10 075 + 4191 64 82 049*

*[Riderepervivereticino@gmail.com](mailto:Riderepervivereticino@gmail.com)*

*[www.riderepervivere.org](http://www.riderepervivere.org)*

## PROPOSTE AL NIDO

### IL GIOCO EURISTICO

*“Non ci può essere un lavoro che riesca bene e di soddisfazione senza gioco; non ci può essere pensiero valido e sano senza gioco”*

*Charles Dickens, 1854*

Il gioco è una delle esperienze più importanti per lo sviluppo cognitivo e motorio dei bambini, attraverso di esso imparano a conoscere il mondo. Un tipo di attività che proponiamo al nido Birba la giraffa è il gioco euristico, che consiste nel presentare ai bimbi una serie di oggetti di uso comune, di diversa forma, consistenza, colore, materiale, lasciando che i piccoli li esplorino senza l'intervento dell'adulto (gli adulti supervisionano solamente, ma non danno indicazioni su come utilizzare gli oggetti). Ideato e diffuso dalla pedagoga Elinor Goldschmied, deriva dalla parola greca “εὕρισκω” ossia “scoprire”. Questa attività viene proposta ai bambini dai 12 ai 24 mesi ed è l'evoluzione naturale del cestino dei tesori, attività che invece si propone a piccoli di 6-12 mesi, da quando cioè sono in grado di stare seduti.



Con il gioco euristico si favorisce l'esplorazione spontanea degli oggetti di uso comune, offrendo ai bambini un'esperienza sensoriale, ma anche l'opportunità di

determinare le proprie azioni senza un adulto che li guidi. Non esiste un modo giusto o sbagliato di giocare né una soluzione ad esso, il materiale si può utilizzare in qualsiasi modo e l'unico limite deriva dalla natura stessa dell'oggetto (ad esempio se il piccolo cerca di far entrare una molletta in un bottone). I bambini si trovano di fronte ad una serie di oggetti e hanno la possibilità di esplorarli come vogliono, attività che stimola tutti i sensi, allena la concentrazione e l'abilità motoria, arricchisce la conoscenza del mondo che li circonda, contribuisce alla comprensione degli insiemi, delle associazioni (per colore, per forma, per consistenza) degli oggetti.

Per preparare questa attività bisogna raccogliere oggetti comuni (Elinor Goldshmid ne elenca un centinaio):

- materiali presenti in natura (noci, conchiglie di varie forme e dimensioni, limoni...)
- materiali in fibre naturali (calzascarpe in osso, pennelli di varie forme, spazzolino da denti...)
- materiali in legno (anelli delle tende, mollette per il bucato, posate, piccole scatole...)
- materiali in cuoio, tessuto (pon-pon, gomitoli, nastri di velluto...)
- materiali di metallo (chiavi inserite in un portachiavi, barattoli e coperchi, catene di varie lunghezze...)
- materiali in carta e cartone (cilindri di tutti i tipi, portauova...)
- materiali vari (tappi di sughero, palle e palline, tubi di gomma...)

Dovrebbero essercene almeno 15 tipologie suddivise in sacchetti di tela. L'educatore dovrà offrire i sacchetti e anche dei contenitori differenti fra loro per grandezza, senza dare indicazione alcuna e lasciare che i bambini interagiscano con gli oggetti come vogliono. Il gioco si svolge per terra su un tappeto, in un ambiente sicuro e il più possibile privo di altri stimoli, in uno spazio ampio, in cui i bambini possano muoversi liberamente.



Al termine dell'attività, i bambini dovrebbero mettere via il materiale; questa azione è parte stessa del gioco euristico. Di fatto l'educatore fa una nuova proposta che sfrutta i principi del gioco euristico per allungare l'esperienza e nel contempo riordinare il setting.



## **BIRBA CHEF**

La nostra cucina ha il marchio Fourchette Verte e vi proponiamo degli spunti per un pasto equilibrato!

### **RISOTTO ALLE CAROTE**



#### ***INGREDIENTI PER 4 PERSONE***

RISO: 280 G  
CAROTE: 2  
CIOLLOTTI: 2  
BRODO VEGETALE: 1L  
VINO BIANCO: 50 ML  
OLIO EVO: Q.B  
SALE: Q.B

## **PROCEDIMENTO**

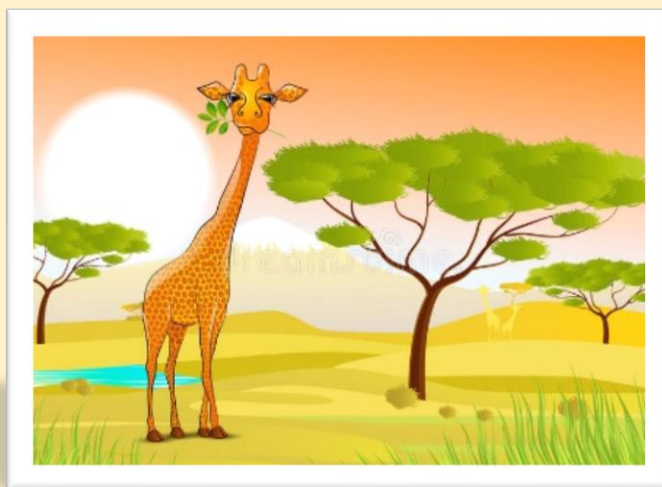
Pulite e tritate finemente i cipollotti, fate lo stesso per le carote che affetterete con uno spessore di pochi millimetri. Intanto scaldate il brodo. Mettete in una pentola l'olio ed i cipollotti che farete dorare unendo poi un paio di cucchiai di brodo vegetale.

A questo punto unite anche le carote e ancora del brodo vegetale e sale, lascerete cuocere per qualche minuto coperto, mescolando ed aggiungendo ulteriore brodo. Una volta cotte le carote lasciate asciugare il brodo ed unitevi il riso, che farete tostare mescolando per poi aggiungere il vino e lasciando sfumare.

Proseguite la cottura del riso unendo poco per volta il brodo bollente e facendo cuocere per circa 20 minuti.

Aggiustate di sale il risotto, lasciatelo riposare per 5 minuti e servite.

# **BUON APPETITO!!!**



## CUCINARE CON GLI SCARTI

Dopo aver preparato questo gustosissimo risotto non possiamo buttare via le foglie delle carote. Come?

Così:

### SALSA DI FOGLIE DI CAROTA

#### INGREDIENTI:

le foglie e i gambi di 2 mazzi di carote  
1 mazzetto di coriandolo fresco  
50 g di formaggio feta  
1 cucchiaino di sesamo  
1 manciata di pinoli  
Olio evo  
sale

#### PROCEDIMENTO

Tostate il sesamo e i pinoli in una padella antiaderente senza condimento. Tritate nel mixer elettrico le foglie delle carote con il gambo e il coriandolo aggiungendo anche un filo d'olio.

Unite poi il sesamo, i pinoli, il formaggio feta e continuate a frullare versando l'olio a filo fino a ottenere un composto cremoso.

Regolate infine di sale.

Utilizzate la salsa per condire un riso basmati bollito o spalmandola su crostini di pane.

*La cuoca  
Gloria Missaglia*



Cari genitori, amici, colleghi e collaboratori,  
se volete far conoscere la vostra attività, la vostra associazione o suggerirci un posto da far conoscere  
alle famiglie, un argomento da trattare o un pensiero che riguarda i bambini e la genitorialità,  
contattateci così da inserire un articolo nei prossimi numeri.

Grazie per la collaborazione  
Team Birba la Giraffa