Numero 2

Anno II

COOPERATIVA "FAMM FUMM E FASTIDI", VIA MAMIANI 2, 60019, SENIGALLIA

NOVEMBRE 2011

Il Giornalino de

La redazione del Giornalino invita tutti i lettori a partecipare alla realizzazione delle rubriche. Per farlo basta inviare i propri "manoscritti" a: 3effescs@3effescs.it o allegrabrigata@3effescs.it.

Attendiamo le vostre proposte e le nuove idee! Grazie e...buona lettura!!!

Sommario

Editoriale	Pag. 2
Lo Chef consiglia	Pag. 3
Tanti Auguri a...	Pag. 4
La Nostra Favola	Pag. 4
L'Angolo dei Giochi	Pag. 5
L'Angolo dei Libri	Pag. 6
La Filastrocca	Pag. 6
Le News	Pag. 7
Cosa Accade al Nido	Pag. 7
Colora con il tuo bambino	Pag. 8

Notizie di rilievo:

- *Anche questo mese solo per voi le ultimissime dal vostro Centro per l'Infanzia preferito, con gli aggiornamenti e le novità da scoprire.*
- *Si continua a parlare della corretta alimentazione durante il divezzamento dei nostri pargoli: cosa consiglia lo Chef?*
- *Siete a corto di canzoncine e filastrocche da canticchiare con i vostri pargoli? Niente paura, abbiamo la rubrica che fa per voi!*
- *Seguite "Tanti Auguri a..." per non perdervi nemmeno un compleanno da festeggiare all'Allegra Brigata.*
- *Da tenere sott'occhio anche in questo numero le idee simpatiche e divertenti dell'Angolo dei Giochi.*
- *Bubusette continua a consigliarci delle buone letture per la favola della buonanotte: da non perdere!!*

Editoriale

"Non si vede bene che col cuore. L'essenziale è invisibile agli occhi", è il segreto rivelato dalla Volpe al Piccolo Principe. Un segreto, questo, che interroga il mondo di noi adulti, abituati a leggere la realtà soprattutto attraverso la razionalità e l'apparenza. E a noi e a voi dunque cari genitori, educatori, nonni e chiunque - a vario titolo e con diverse responsabilità - ha cura delle bimbe e dei bimbi, delle ragazze e dei ragazzi, si pone di fronte una domanda: **siamo ancora capaci di interpretare il mondo con il cuore, e di insegnare ai nostri "cuccioli" a farlo?**

Molto spesso al nido vediamo i "piccoli uomini" e le "piccole donne" sommersi dalle emozioni, incapaci di riconoscerle e di dare loro un nome, di governarle e di goderne. Ci domandiamo allora come aiutarli e come offrire loro l'opportunità di imparare ad esserne consapevoli, utilizzandole per risorse per conoscere loro stessi ed il mondo che li circonda.

Per raggiungere questo obbiettivo abbiamo bisogno però di ritornare innanzitutto **dentro noi stessi**, di prendere coraggio e rispolverare la semplicità del nostro "bambino interiore" stupendoci della realtà che viviamo in tutte le sue componenti: la natura, le persone, le relazioni che tra queste nascono ed il percorso vitale che ciascuna intraprende. Abbiamo bisogno, prima di tutto, di fare i conti con i nostri fantasmi ed il nostro vissuto - felice e meno felice, a seconda dei casi - perché solo così facendo saremo veramente in grado di condurre per mano i nostri bimbi e le nostre bimbe sostenendoli nella faticosa e - proprio per questo - bellissima esperienza dell'affacciarsi alla vita.

Detto questo, vorremo dunque che le pagine di questo giornalino diventassero per noi e per voi luogo di amicizia, curiosità e soprattutto di scambio tra il nido ed il mondo al di fuori di esso: chiunque può dire la sua nel mondo dei bambini, che sono importanti proprio perché costituiscono il futuro della comunità umana.

Aspettiamo perciò interventi e contributi senza alcuna esclusione di età!!

Milena

Lo Chef consiglia - Il Divezzamento (seconda fase) nell' 8° mese

Ottavo mese

Il nostro piccolo buongustaio, a pranzo e a cena, ormai mangia quasi come un grande, anzi certamente meglio di molti grandi grazie alla scelta accurata della tipologia e l'attenta preparazione culinaria dei cibi. Ora altre novità si affacciano sul suo piattino: la carne di vitello, i formaggi freschi semi-grassi, il prosciutto cotto, i cereali contenti glutine (creme o semolino) e le lenticchie in purea.

E' luogo comune che i legumi siano di difficile digestione e provochino aria nel pancino. Questo capita perchè la buccia cellulosica passa indigesta nell'intestino crasso, dove fermenta producendo gas e coliche addominali.

Tutto ciò si può evitare lasciando i legumi a bagno per dodici ore e privandoli, dopo cotti, della buccia. Per quest'ultima operazione, che va eseguita con molta cura, si può impiegare l'antico ma efficacissimo metodo di pestare i legumi cotti in uno scolapasta o in un colino in modo che la polpa passi sotto le bucce si blocchino sopra. La purea ottenuta si può conservare per un giorno o due nel frigorifero e poi va aggiunta - inizialmente in piccole quantità - al brodo vegetale ed alle verdure passate della pappa.

Le lenticchie sono ricche di minerali (tra i quali anche ferro, se pure meno assimilabile di quello delle carni), carboidrati complessi a lento assorbimento a lento assorbimento, vitamine del gruppo B, acidi grassi insaturi, proteine (che trovano il loro completamento ideale in quelle contenute nei cereali) prive dello sgradevole accompagnamento di colesterolo e grassi saturi, come si verifica nelle carni.

I nuovi alimenti per il vostro bambino

- Formaggi freschi semi-grassi;
- Cereali contenenti glutine (frumento, orzo, avena sotto forma di creme o di semolini);
- Carne di vitello sotto forma omogeneizzata;
- Prosciutto cotto sotto forma omogeneizzata;
- Altri tipi di frutta quali arance, mandarini, pompelmi e limoni, evitando quelli che contengono sostanze istamino-simili (fragole, ananas, frutti di bosco);
- Lenticchie cotte, schiacciate e passate nello scolapasta per trasformarle in purea;
- Brodo di carne sgrassato senza l'aggiunta di sale;

Minestrina di Lenticchie

Ingredienti:

1 cucchiaio di lenticchie secche, **1** carota, **1** patata, **1** zucchino, **25 g** di semolino (2 cucchiaini scarsi), **8 g** di olio extra-vergine di oliva (2 cucchiaini)

Preparazione:

Si tengono a bagno per 12 ore le lenticchie, si scolano e si sciacquano, si sistemano in un tegame di adeguate dimensioni, si ricoprono abbondantemente di acqua e si portano a completa cottura. Intanto si prepara il solito brodo vegetale con carota, patata e zucchino, si estraggono le verdure e si omogeneizzano.

Si passano i legumi e si mescola la loro polpa al brodo vegetale insieme all'acqua di cottura dei legumi stessi, poi si aggiungono inoltre due cucchiai di omogeneizzato di verdure. Si porta il tutto ad ebollizione dopodiché si versa a pioggia il semolino mescolando bene. Dopo un quarto d'ora circa la pappa è pronta, la si condisce con l'olio e si incomincia ad avvertire il bebè che è in arrivo qualche cosa di buono.

Filetto di Merluzzo e Bietole

Questa è una vera e propria pietanza, che occorre far precedere da una minestrina (magari quella suggerita qui in alto)...

Ingredienti:

220-250 g di brodo vegetale, **60 g** di filetto di merluzzo, ripulito con attenzione da pelle e lische, **5** piccole foglie di bietola, **8 g** di olio extra-vergine di oliva (2 cucchiaini), succo di limone, cipolla, sedano e prezzemolo in piccole quantità.

Preparazione:

Si lessa il filetto di merluzzo in un court-bouillon profumato con cipolla, sedano e prezzemolo;a parte si cuociono le bietole. Si scolano entrambi e si omogeneizzano separatamente. Si sistemano nello stesso piatto e, prima di servire, si condiscono con olio e limone ed un po' del liquido di cottura del pesce.

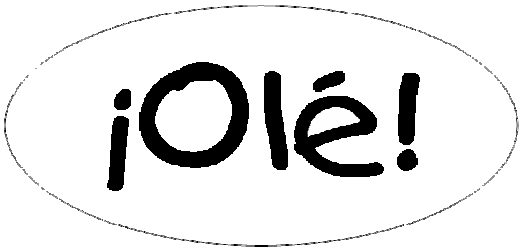
Un po' di fosforo per crescere... con intelligenza!!!

Tanti Auguri a...

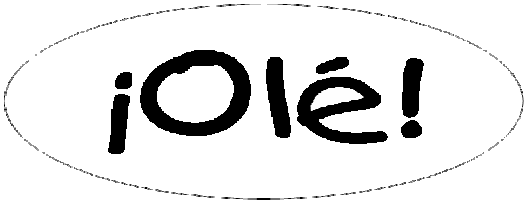
Rullo di tamburi, grazie…

In questo mese siamo lieti di annunciare (e di festeggiare) insieme a voi:

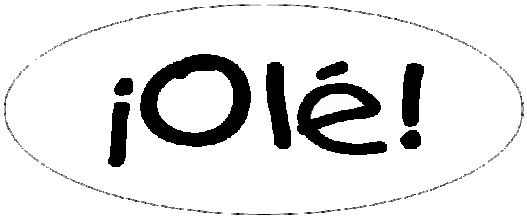
- **Maria Vittoria Frattini**, che il 3 Novembre compie 2 ANNI.



- **Pietro Mencarelli**, che il 12 Novembre compie 2 ANNI.



- **Marta Manoni**, che il 22 Novembre compie 1 ANNO.



La nostra Favola - Baby Space

Come ricordato nello scorso numero, il racconto che segue è stato ideato dai genitori dei bimbi dell'Allegra Brigata durante l'esperienza vissuta insieme a Lamoli. Buona lettura!

Milena

di Paola (mamma di Francesco), Cristina (mamma di Emanuele), Claudia (mamma di Rossella) e Maddalena (educatrice)

C'erano una volta Livia ed Alberto

che desideravano tanto realizzare il loro progetto di vita: creare una famiglia.

Finalmente, arriva il dono tanto atteso: nascono Giulia e Riccardo. Grande stupore!!!

Trascorrono veloci le giornate con i loro figli, tra momenti di gioco, nuove scoperte ed un po' di stanchezza: quanta energia serve!!! Ma in famiglia ci vuole tanta condivisione e pazienza.

Un giorno, mamma Livia sclera, Alberto è tornato a lavorare e sta fuori tutto il giorno, i nonni non ci sono, e lei si ritrova con i due piccoli.

Ma una mattina, passeggiando per il parco, incontra Giovanna e Maria Luisa, anche loro mamme di due e di tre gemelli.

Livia, Giovanna e Maria Luisa passano il tempo a chiacchierare di tante cose, ma le accomuna un'idea nuova, mai vista e sentita prima: un disco volante che porta

ogni giorno i bambini a scoprire le meraviglie del cielo: stelle, galassie, comete e pianeti.

Così le mamme potevano trascorrere per un po' di tempo ore indimenticabili.

EMOZIONI ALLO SPECCHIO

Attenzione: questo è un gioco adatto ai bambini da 0 a 99 anni!

Uno specchio può essere un ottimo mezzo per comunicare con il vostro bambino.

Sistemate uno specchio in un posto che lui possa vedere facilmente (magari a terra!), quindi sedetevi assieme di fronte allo specchio e iniziate a fare delle smorfie.

Potete, mentre giocate, osservare il vostro bambino e notare se si riconosce allo specchio, se sa increspare le labbra, gonfiare le guance, etc.

Chiedete e mostrate vostro figlio semplici gesti come battere le mani, toccarsi un orecchio etc.

Provate a pronunciare i suoni delle lettere mentre vi guardate allo specchio e aiutate il bambino ad osservare le diverse posizioni della bocca e del viso.

Potete cimentarvi in smorfie più complesse mimando le emozioni più comuni come Gioia, Rabbia, Paura, Tristezza.

Regalatevi un momento di gioco e di divertimento in cui sostenere il vostro bambino nella scoperta di sé e delle emozioni che vive!

Vi garantiamo che lo troverete molto interessante anche per voi adulti!

LE PALETTE DELLE EMOZIONI

Le palette emotive non sono altro che semplici cartelli in cui sono rappresentate delle faccine (*emoticon*) che esprimono alcune emozioni fondamentali. Ricordiamo che 4 sono le emozioni ritenute principali (Gioia, Rabbia, Paura, Tristezza) a cui alcuni studiosi aggiungono Disgusto e Sorpresa.

E' possibile usare queste palette come un divertente gioco: l'adulto nomina un'emozione e il bambino deve prendere e sventolare la paletta corrispondente.

Questo e il modo più immediato per giocarci ma potete usarle anche mentre raccontate storie, o quando nei momenti difficili i bambini non riescono a dirvi quello che provano. Esse sono utili per molti motivi:

- per aumentare e sviluppare la consapevolezza emozionale (riconosco l'emozione che sto provando)
- per accrescere il proprio vocabolario emotivo (do un nome all'emozione che provo)
- per stimolare lo sviluppo dell'empatia (riconosco l'emozione che sta provando un'altra persona)

Costruire le palette è davvero semplice:

Scegliete le emozioni da rappresentare e disegnate degli "smile" che riproducano tali emozioni (oppure potete utilizzare delle fotografie del vostro bambino con quella espressione - sarebbe ancora più coinvolgente!). Ve ne servono 2 uguali per ogni emozione (fronte e retro della paletta).

Per renderle più robuste incollatele su dei supporti di cartoncino.

Incollate tra loro le due immagini cartonate avendo l'accortezza di inserire nel mezzo un bastoncino (potete usare un lungo stecchino) che fungerà da impugnatura delle palette.

Ora …divertitevi a dare sfogo alle vostre emozioni!

L'Angolo dei Libri - Bubusettete vi consiglia...

Ecco le nostre proposte di questo numero:

Dov'è il mio Papà? - S. Ji-Yum

Serafino viaggia alla ricerca di un papà che gli assomigli: una storia tenera che accosta osservazione matematica e ricerca della propria identità..

Il Litigio - C. Boujon

Qui si racconta la storia del signor Bigio e del signor Bruno che hanno le tane vicine e all'inizio vanno molto d'accordo. Però un giorno il signor Bigio lascia l'immondizia in giro e il vicino comincia ad arrabbiarsi. L'altro gli ribatte che lo disturba perché tiene la radio ad alto volume. Da allora ogni occasione è buona per litigare... finché una volpe affamata non li farà sentire più vicini ed amici che mai nel fuggire al pericolo...

Lupo Lupo, ma ci sei? - G. Quarenghi

Una filastrocca per tutte le età, perché non è mai troppo presto per cominciare a non aver paura del lupo..Che forse poi così lupo non è...

La Filastrocca

Filastrocca delle Emozioni

Se cercate un modo giocoso e divertente per accompagnare il vostro bimbo nel grande - ed a volte spaventoso - mondo delle emozioni, ripetete insieme a noi:

Filastrocca delle emozioni,
per bambini allegri o musoni.

Se sono triste una lacrima
scende, ma se esce il sole il
sorriso splende.

Braccia conserte se sono arrabbiato, ma se ho paura trattengo il fiato.

Spalanco gli occhi sorpreso mi sento, poi con gli amici gioco contento.

Le provan tutti queste emozioni, adulti, bambini, allegri o musoni.
E per finire la filastrocca
fare un giro ora mi tocca.
Batto le mani, faccio un saltino e qui concludo con un inchino.

NEWS - Ultim'ora dall'Allegra Brigata

1. Nasce il sito della Cooperativa 3EFFE!!! Ci trovate on-line all'indirizzo www.3effescs.it.

2. Ecco qui i nuovi appuntamenti per l'Happy Hour dell'Allegra Brigata: 12 novembre, 3 dicembre, 14 gennaio 2012, 11 febbraio, 3 marzo, 14 aprile. Le date potrebbero subire variazioni per necessità organizzative. Per informazioni e adesioni siamo come sempre a disposizione al nido.

3. Di seguito le date dei prossimi incontri all'interno del percorso "*Il Piccolo Principe*" rivolto ai genitori ed agli educatori: ci vedremo il 27 novembre, il 29 gennaio, il 26 febbraio, il 25 marzo ed il 29 aprile. Le riunioni si terranno presso l'Allegra Brigata dalle 17.00 alle 19.00, mentre per i bambini che ne avessero bisogno sarà organizzato un servizio di assistenza presso il Centro giochi PIKA BU'. Preghiamo cortesemente di comunicare il nominativo dei bambini entro il mercoledì precedente l'incontro.

Cosa Accade al Nido - Brandelli di Saggezza

Premessa: mamma Elena spiega a Bruno che Gesù è nel suo cuoricino.

Riflessioni religiose

Bruno e la mamma passano sotto la porta Lambertina e lui vede l'immagine di Gesù.

Bruno: "Chi è quello?"

Mamma: "È Gesù."

Bruno: "Ma allora...non è vero che Gesù è nel mio pancino!!"

Il Pianeta del Piccolo Principe