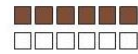


BABY NEWSLETTER



Cari Mamma e Papà,

che traguardo, ho compiuto 6 mesi!

Indovinate un po'? Tra un po' riuscirò a stare seduto da solo.

Da seduto la mia visione del mondo è proprio diversa: posso vedere tutti i miei giocattoli, aprire le braccia e prenderli. Vorrei afferrare tutto quello che vedo: cercate di essere pazienti, sto imparando a conoscere il mondo!

Non so ancora se quello che faccio è giusto o sbagliato ma mi fido di voi, anche se mi arrabbio molto quando mettete dei limiti alla mia esplorazione. Vi ringrazio perché mi tenete lontano dai pericoli e costruite intorno a me un mondo sicuro e interessante da scoprire!

Avete visto come rotolo? di qua e di là... da una parte all'altra della stanza: è divertente! Sto imparando un nuovo modo per attirare la vostra attenzione: posso fare una pernacchia con le labbra. Mi sgocciola fuori la saliva e voi sorridete. Mi piace vedervi sorridere. A volte provo altri suoni. Ah-gu è una delle mie parole preferite.

È il momento dei nuovi cibi? Il purè con la verdura mi piace tantissimo! Quando mi farete assaggiare i piselli? Questo cambiamento nell'alimentazione mi ha aperto un mondo di sapori e consistenze: è bello esplorarne tutte le possibilità. Qualche volta sono così eccitato che cerco di afferrare il cucchiaino da solo e sappiamo come va a finire...

Prima di finire, lo sapete vero? Vi amo tanto!

Con affetto,
il vostro Bebè



COSA SIGNIFICA ESSERE UN BIMBO DI SEI MESI

... Come cresco e parlo...

- *Mi giro e rigiro in tutte le direzioni.*
- *Mi rotolo da prono a supino e viceversa*
- *Striscio avanti indietro con la pancia sul pavimento.*
- *Tengo stretto un mattoncino, ne raggiungo un secondo e ne cerco un terzo.*
- *Mi interessa un oggetto quando cade.*
- *Balbetto molto, e riesco a controllare molti suoni che faccio con la bocca.*
- *Capisco già alcune parole dal tono della vostra voce.*



... Come rispondo...

- *Raccolgo gli oggetti, li scuoto e ascolto il rumore che producono quando cadono.*
- *Gioco con le persone che conosco.*
- *Canticchio o smetto di piangere quando ascolto la musica.*
- *Sono sempre indaffarato a fare diverse cose.*



... Come capisco e come mi sento...

- *So che devo usare le mie mani per prendere qualcosa.*
- *Osservo e studio le cose a lungo.*
- *Rigiro gli oggetti per avere un altro punto di vista.*
- *Non ho ancora imparato a controllare i miei sentimenti, come la tristezza o l'allegria.*
- *Mi lamento e protesto quando le cose non vanno a modo mio.*
- *Rido, strillo e gorgheggio quando sono felice.*
- *Preferisco alcuni cibi.*



OGNI BIMBO E' UNICO E SPECIALE

Com'è il tuo bimbo?

Il tuo bimbo è unico. I bambini differiscono in diversi modi:

-alcuni mangiano, dormono, e vanno di corpo all'incirca nelle stesse ore ogni giorno; altri invece non hanno mai gli stessi orari.

-alcuni bimbi sono impauriti dalle cose nuove, altri le vogliono scoprire.

-alcuni piagnucolano quando hanno freddo o sono affamati, altri strillano quando sono infelici.

-alcuni notano i più piccoli cambiamenti vicino a loro, altri possono dormire nel bel mezzo di una tempesta.

Tutte queste cose contribuiscono al temperamento o alla personalità del tuo bambino. Alcuni bimbi sono attivi e prevedibili; si adattano con facilità ai cambiamenti e sono di solito felici. Altri bimbi si allontanano dalle cose nuove e si adattano lentamente ai cambiamenti.



Come aiutare un bimbo che ha difficoltà a gestire situazioni nuove?

Alcuni bimbi tendono ad essere imprevedibili e difficili da consolare; sono in difficoltà in molte situazioni e hanno bisogno di molto tempo per abituarsi al cambiamento.

Se è il vostro bimbo è difficile da consolare, sappiate che:

-non fa così apposta o perché è cattivo,

-può crescere sveglio e amabile come gli altri,

-è nato con questo temperamento, ma crescendo può cambiare con il vostro aiuto.

È più difficile essere genitori di questi bambini poiché occorre essere ancora più premurosi e pazienti.

Introducete le cose lentamente, in modo che lui si possa abituare.

Fate attenzione ai suoi segnali e osservate come reagisce al mondo circostante.

In seguito, vi renderete conto di quali cambiamenti e attività siano giusti per lui.



Qualche consiglio

I BAMBINI IMPARANO GUARDANDO I GENITORI

Nel crescere un figlio molti genitori fanno le cose che i loro genitori hanno fatto, oppure si comportano nel modo opposto. Avete mai pensato che cosa imitate e cosa fate in modo diverso?

Essere genitori



Mostrate amore ed interesse per la famiglia, ma comunicate anche se siete arrabbiati o irritati in modo che la questione possa essere risolta prima che diventi un grosso problema. Ricordatevi che voi avete la maggior influenza sulla vita dei vostri figli e il modo in cui agite insegna loro come comportarsi.

Anche se il vostro bimbo ha solo sei mesi, impara guardando voi.

Ecco perché è importante dare il buon esempio.

Il vostro bimbo imiterà ciò che fa la famiglia.

Una volta radicati, i modelli familiari sono duri da cambiare.

Il vostro bimbo noterà:

- come parlate tra voi,
- come risolvete i problemi,
- come mostrate i vostri sentimenti.

Parlate agli altri con gentilezza e dite veramente ciò che pensate.

Risolvete i problemi analizzandoli insieme e cercate soluzioni condivise.

Ricordatevi che voi avete la maggior influenza sulla vita dei vostri figli e il modo in cui agite insegna loro come comportarsi.



I GENITORI SONO UNA GUIDA PER IL BAMBINO: DISCIPLINA E SICUREZZA

Il tuo bimbo ha molta energia. Sembra che sia sempre in movimento. Hai bisogno di molta pazienza per gestirlo. Inizia a mettere in bocca cose che non vorresti, poiché ogni cosa che raggiunge se la porta alla bocca: è il momento di pensare alla sicurezza.

I bimbi che hanno meno di due-tre anni sono troppo piccoli per capire quando e perché devono fermarsi. Il vostro bimbo ama gettare giocattoli sul pavimento, gli piace sentire il rumore e guardare i giochi rimbalzare. Per lui questo è un gioco importante. Il vostro bimbo non fa cadere le cose per dispetto o mettervi alla prova, sta imparando a capire dove vanno le cose quando cadono.

Bisogna allontanare gli oggetti che sono pericolosi o che potrebbero rompersi e ferirlo; rendere inaccessibili alcune cose, vi semplificherà la vita.

A questa età il bimbo non comprende i vostri divieti.



Essere genitori

Tollerate e non sgridate il bimbo per comportamenti come sputare il cibo, o lanciare le cose, se non fa male a qualcuno.

Un'altra forma di insegnamento è spostare la sua attenzione: ad esempio, toglierlo da un pericolo, come il filo elettrico, offrendogli altri oggetti in un posto sicuro.

È compito del genitore creare un ambiente interessante, divertente e sicuro dove il bambino può liberamente esplorare. Ad esempio scegli un cassetto o una scatola che lui può svuotare liberamente con oggetti che tu ritieni non pericolosi. Non schiaffeggiargli le mani o non urlargli contro. Il bambino non può ancora controllare il suo comportamento. Se lo sculacci, gli insegna che sia giusto picchiare. È tuo dovere proteggerlo dai pericoli senza punirlo o sgridarlo perché lui ci si "caccia".

Non mettetelo nel girello in quanto è sempre pericoloso anche in presenza del genitore o di un adulto: il rischio di un trauma è alto.

NUTRIRE IL TUO BIMBO

Consigli per abitudini alimentari corrette

- *Rendi il pasto un momento della giornata felice e rilassato*
- *Nutri il tuo bimbo con il resto della famiglia, spegni la TV*
- *La mamma e il papà decidono la qualità dei cibi da offrire e concordano con nonni, baby sitter o con chi si occupa del bambino quali cibi vanno bene per lui.*
- *E' il bambino che decide la quantità di cibo da mangiare: non forzarlo mai e non distrarlo con giochi o TV con l'intento di alimentarlo!*
- *Non usare il cibo come un premio o come mezzo di consolazione.*
- *Si mangia a tavola e non in giro per la casa.*



NUTRIRE IL TUO BIMBO



Offri al tuo bimbo una dieta sempre varia. Non ci sono cibi a rischio di allergia: uovo, pesce, glutine possono essere dati da subito. Se al primo assaggio il tuo bambino fa una smorfia di disgusto ma non chiude la bocca, incoraggiarlo con un sorriso. Se chiude la bocca e si gira dall'altra parte, non forzarlo. Se non gli piace riprova nei giorni successivi. Potrebbero servire anche molti tentativi o più prima che lo accetti.



Il tuo bimbo potrà sporcarsi molto quando inizierà a mangiare da solo. Non preoccuparti in questo momento se non è pulito; una larga tovaglia di plastica sotto il seggiolone aiuterà nella pulizia. Il bambino sarà in grado di utilizzare bene cucchiaio e forchetta dopo i 15 mesi. Adesso deve imparare ed è naturale che si sporchi dappertutto!



Hai pensato di smettere di allattarlo? Gli esperti nella cura dei bimbi sostengono di allattare al seno al seno a lungo, anche fino a 24 mesi di età e oltre.



Mangi salato? Mangi troppi dolci? Se è così è ora di cambiare per il bene tuo e del tuo bambino. Se aggiungi sale o zucchero al cibo del tuo bambino lo abitui a ricercare cibi più salati o più dolci, questo porta a problemi di salute a tutte le età (obesità, diabete, ipertensione...). E' meglio gustare i cibi così come sono, senza alterarli con sale o zucchero.

Qualche consiglio

**Su ogni numero di Baby News presentiamo un servizio,
un'opportunità, una risorsa del nostro Comune
per tutte le famiglie.
Per vivere meglio insieme.**

Il Centro per le famiglie

Il Centro per le Famiglie è un servizio dell'Unione dei Comuni della Val d'Enza che promuove iniziative volte al benessere delle famiglie.

In particolare il Centro si rivolge a: famiglie che desiderano partecipare ad attività rivolte al benessere e alla socialità, famiglie con un solo genitore, famiglie immigrate, genitori che incontrano momenti critici nel rapporto con i figli; famiglie con minori disabili.

Ma anche a tutte le persone, gruppi o associazioni che desiderano avere informazioni, conoscere opportunità sul territorio, usufruire dei servizi offerti dal Centro o collaborare con esso.

Il Centro riceve a S. Ilario ogni martedì dalle 9.30 alle 13.30 presso lo spazio funzionale "Al Filos" in via Podgora 8 (accesso dal cortile del Centro Sociale Airone di via Roma).

Info: 0522.243721 - 392 9202389 - www.centrofamiglievaldenza.org



**CENTRO PER LE FAMIGLIE
DELLA VAL D'ENZA**



Supplemento a Quaderni ACP – Bimestrale di informazione politico-culturale e di ausili didattici della Associazione Culturale Pediatri – Pubblicazione iscritta nel registro nazionale della stampa n. 8949.

Direttore responsabile: Franco Dessi. Amministrazione: Associazione Culturale Pediatri via Montiferru 6 – 09070 Narbolia (OR). Tel./Fax 078357024. e-mail: segreteria@acp.it

Redazione parte pediatrica: *Ciro Capuano, Maria Francesca Manusca, Maddalena Marchesi, Daniela Novelli, Costantino Panza, Carla Regazzi, Alessandro Ubaldi, Alessandro Volta;*

Redazione parte comunità: *Maria Franca Benassi, Carla Pinelli, Alberto Zanetti.*

Hanno collaborato a questo numero: *Achille Maffini, Lucia Naccari.*

Progetto grafico: *Francesco Cattellani – Puzzle Comunicazione.*

Per informazioni: *052267260 - babynews.santilaro@gmail.com*

