

DAL 6 OTTOBRE 2017 AL 2 FEBBRAIO 2018 A COMO

FILASTROCCHHE IN PUNTA DI DITA



PRESENTAZIONE E FINALITA' DEL PROGETTO

Obiettivo essenziale del progetto è **favorire il contatto, la comunicazione e l'affettività tra genitore e neonato** attraverso il **massaggio e la riflessologia** sottolineando l'importanza della stimolazione tattile come elemento base per uno sviluppo sano e armonico del bambino.

La gioia e il divertimento che caratterizzano il clima di questi incontri sono sia per il bambino che per l'adulto un elemento importante e utile per un sereno rapporto socio-affettivo.

Il contatto fisico stabilito da una madre occupa un posto speciale sia nel nostro cuore che in ambito scientifico, tanto che numerose ricerche hanno dimostrato il valore del tatto e del contatto fisico in genere. Il contatto fisico induce un abbassamento della pressione sanguigna e un aumento dell'autostima. Dal punto di vista fisico e psicologico, il tatto è assimilabile a una sostanza nutritiva che dona conforto, rassicura e guarisce.

Il mezzo scelto per favorire il contatto è quello della **"filastrocca"**, intendendo per filastrocca un breve componimento in rima con una forte componente ritmica, accompagnata da gesti, movimenti e musica.

Il massaggio associato alle filastrocche cantate si presenta come un ponte di un rapporto affettivo che è nello stesso tempo di esplorazione e conoscenza. Infatti non si sottolinea mai abbastanza l'importanza del gioco in uno sviluppo armonico: con il gioco il bambino, anche molto piccolo, indaga, studia, scopre, entra in contatto con il mondo. Già nei primissimi mesi di vita, quando il bambino viene cullato, abbracciato, toccato, si agitano intorno a lui piccoli sonagli, si iniziano a mettere in atto tutta una serie di stimoli in cui la componente affettiva è molto alta.

Insegnare queste filastrocche cantate in punta di dita, significa tessere un fitto intrecciarsi di rapporti, di contatti, di scambi che si costruiscono sempre uguali, ma sempre profondamente diversi: pur usando le stesse parole e i gesti di una stessa filastrocca, cambiano le mille sfumature degli sguardi, del tono della voce, del ritmo del corpo che fanno di ognuno di questi incontri che propongo qualcosa di assolutamente personale e "privato". E il filo conduttore di questa proposta sta proprio nella consapevolezza dell'importanza del contatto attraverso la pelle come indispensabile forma di comunicazione soprattutto nell'età pre-verbale.

Così concepiti, questi incontri di massaggio non necessitano di "mani esperte", ma solo della volontà, da parte del genitore, di entrare in contatto con il proprio bambino attraverso le mani, i suoni, la ripetizione ritmica delle parole, lo sguardo e la complicità che ne deriva.

GLI INCONTRI

6 OTTOBRE (mattina): INCONTRO 1

La scatola dei baci per la buonanotte Attraverso un gioco pieno di coccole e bacetti s'imparerà il massaggio della schiena, del torace, delle spalle e del viso. Il massaggio aiuta la regolarizzazione del ritmo circadiano, favorendo così il sonno notturno e rendendo più attivo il bambino durante il giorno.

10 NOVEMBRE (mattina): INCONTRO 2

"Nadalin Form entin" Quattro filastrocche che, sempre con manualità lievi, porteranno a completamento il massaggio dell'intero corpo, rendendo ancora più divertente il momento sul fasciatoio.

1 DICEMBRE (mattina): INCONTRO 3

Questo è l'occhio bello...e questo è suo fratello... Quello del raffreddore e della difficoltà di liberare le vie respiratorie è uno dei classici problemi dei bambini nella fascia di età che stiamo prendendo in considerazione. Verrà insegnato un massaggio specifico che andrà a lavorare sul viso, fronte e specifici punti riflessi di piede e mano.

13 GENNAIO (mattina): INCONTRO 4

Rotondo Rotondo barile senza fondo.... Seguendo le strofe di 4 filastrocche regionali, si insegna un massaggio adominale molto lieve fatto di sfioramenti per aiutare in caso di dolori al pancino.

2 FEBBRAIO (mattina): INCONTRO 4

Le campan del Castiglion... Lavoro incrociato di massaggio e stimolazione di alcuni specifici punti del piede per aiutare il superamento di piccole ansie tipiche di questa fascia di età (la mamma che si allontana, i disturbi della dentizione, l'ingresso al nido...)

PIANIFICAZIONE E COSTO DEL PROGETTO

Incontri mattutini rivolti alle mamme in maternità con **bimbi fino ai 12 mesi circa** che non fanno ancora camminare. Massimo 10 mamme per incontro.

Ogni incontro ha una durata di 60 minuti circa. L'ideale è effettuare gli incontri a distanza di 3/4 settimane l'uno dall'altro per consentire al genitore la sperimentazione di quanto appreso.

A ogni incontro verranno fornite ai genitori delle dispense rilegate in modo creativo e colorato con parte introduttiva, disegni e spiegazioni dell'incontro di riferimento.

Durante l'incontro ci si siede sul pavimento sopra a cuscini coperti da asciugamani in cerchio (dove gli spazi lo consentono) e si procede con la dimostrazione e l'insegnamento del massaggio.

Costo: 100 euro per coppia mamma + bambino per i 5 incontri (20 euro a incontro).

SEDE:

Coworking Ecofficine Lab, Como, Via Regina Teodolinda 61

PER ISCRIZIONI E INFORMAZIONI:

Vanessa Castellano, 347.7513884, alberoarmonia@gmail.com

Per tutti i corsi organizzati presso il Coworking Ecofficine Lab:

Cooperativa Sociale Ecofficine - Servizi per un Futuro Sostenibile

✉ corsi@ecofficine.org

☎ 031.6872170 - 331.6336995

WWW.ECOFFICINE.ORG



ECOFFICINE