

“Infanzia a colori” è un testo agile e innovativo, risultato di un lavoro di ricerca e sperimentazione pluriennale, rivolto agli insegnanti e agli operatori socio-sanitari interessati ad affrontare il tema del fumo di sigaretta con bambini dai 3 ai 10 anni in un contesto di promozione della salute.

È suddiviso in 3 parti: la sessione generale è dedicata all’approfondimento teorico della metodologia utilizzata e del rapporto fra prevenzione e stili di vita. Si tratta di pagine essenziali per usare in modo efficace e agile i numerosi spunti operativi del manuale.

La seconda parte è riservata a *“Una favola a colori”*, fiabe, filastrocche, poesie, giochi che affrontano le problematiche del fumo sia dal punto di vista dell’inquinamento ambientale, sia dal punto di vista relazionale e affettivo.

Il linguaggio emotivo e le ampie finestre sull’immaginario dei bambini descrivono percorsi didattici pluridisciplinari e diversificati per età, obiettivi dell’insegnante e dell’operatore, tempi di svolgimento, spazi esplorati.

La terza parte contiene strumenti operativi per realizzare semplici laboratori scientifici, ambientali e dell’immaginario.

In quest’ultima area sono presentati i laboratori della fiaba, dei giochi linguistici, dell’espressività e teatro, della scrittura creativa, del rilassamento e fantasia guidata, dell’educazione alla convivenza.

È un libro per tutti gli adulti che intendano affrontare in modo corretto e aggiornato il significato della salute per la vita di un bambino nelle sue componenti cognitive, affettive e relazionali; è un libro che offre uno sguardo insolito sull’infanzia e, nello stesso tempo, un testo di divulgazione scientifica.

“Infanzia a colori” è soprattutto un comodo strumento di lavoro per chi cerchi idee da inserire nella propria progettualità, esercizi e percorsi didattici che armonizzano anche un tema di non facile trattazione come il fumo di sigaretta nei programmi scolastici e nelle molte occasioni di intrattenimento educativo riservati al tempo libero.

INFANZIA A COLORI

edizioni junior

Regione Emilia Romagna

INFANZIA A COLORI



GUIDA DIDATTICA PER DOCENTI DI SCUOLE PER L'INFANZIA E SCUOLE PRIMARIE DI SECONDO GRADO

a cura Sandra Bosi,

Lega contro i Tumori di Reggio Emilia - Onlus
in collaborazione con l'Istituto Oncologico Romagnolo



edizioni junior

INFANZIA A COLORI

GUIDA DIDATTICA PER DOCENTI DI SCUOLE PER L'INFANZIA E SCUOLE PRIMARIE DI SECONDO GRADO

a cura Sandra Bosi,
Lega contro i Tumori di Reggio Emilia - Onlus
in collaborazione con l'Istituto Oncologico Romagnolo



LEGA CONTRO I TUMORI - ONLUS
Sezione Provinciale di R.E. della L.I.L.T.



edizioni **junior**

© 2007 *Lega contro i tumori di Reggio Emilia, onlus*

ISBN 978-88-8434-350-X

Sull'edizione:

© 2007 edizioni **junior** srl,
viale dell'Industria, 24052 Azzano San Paolo (BG)
Tel. 035 534123 – Fax 035 534143
e-mail: edjunior@edizionijunior.it
www.edizionijunior.it

Prima edizione: maggio 2007

Edizioni	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
	2011	2010	2009	2008	2007					

Questo volume è stato stampato
presso Maggioni Lino srl - Ranica (Bg)
Stampato in Italia - Printed in Italy

Le fotocopie per uso personale del lettore possono essere effettuate nei limiti del 15% di ciascun volume/fascicolo di periodico dietro pagamento alla SIAE del compenso previsto dall'art. 68, commi 4 e 5, della legge 22 aprile 1941 n. 633.

Le riproduzioni effettuate per finalità di carattere professionale, economico o commerciale o comunque per uso diverso da quello personale possono essere effettuate a seguito di specifica autorizzazione rilasciata da AIDRO, Corso di Porta Romana n. 108, Milano 20122, e-mail segreteria@aidro.org e sito web www.aidro.org

Indice

Presentazione	5
Introduzione	7
Parte prima: Il contesto culturale	15
Capitolo primo - Life skills, motivazione al cambiamento	17
Capitolo secondo - Il contesto di “ <i>infanzia a colori</i> ”	21
Capitolo terzo - Linee metodologiche e programmi per difendere l’infanzia dall’esposizione al fumo passivo	23
Capitolo quarto - Educare a comportamenti corretti	29
Capitolo quinto - Progetti Pilota della Regione Emilia-Romagna	33
Capitolo sesto - I determinanti della Salute	37
Capitolo settimo - Il significato di “ <i>Infanzia a colori</i> ”	43
Parte seconda: Il progetto “infanzia a colori”	47
Capitolo primo - “Infanzia a colori”	49
Esperienze	57
Capitolo secondo - Storie, fiabe, filastrocche e percorsi	71
Parte terza: Approfondimenti teorici, percorsi pluridisciplinari, laboratori: Centro Didattico Multimediale - luoghi di prevenzione	131
Capitolo primo - Schede e percorsi	133
A. Salute ambiente prevenzione	133
B. Storia del Tabacco e della Sigaretta	143
C. Percorso teorico/pratico di approfondimento sulla costruzione della fiaba	156
Capitolo secondo - I laboratori didattici	169
Laboratorio della cooperazione e della comunicazione.....	169
Laboratorio del respiro e di fantasia guidata.....	172
Laboratorio scientifico.....	176
Laboratorio teatrale e linguistico	180
Laboratorio teatrale.....	185
Conclusioni.....	187
Appendice.....	189
Cenni bibliografici	191

L'iniziativa rientra nei programmi di formazione e prevenzione della Lega contro i Tumori - Onlus, di Reggio Emilia in collaborazione con l'Istituto Oncologico Romagnolo

Coordinamento del Progetto didattico e editoriale:

Sandra Bosi, Responsabile dei Servizi di Formazione e Prevenzione della Lega contro i Tumori - Onlus di Reggio Emilia

Gruppo di coordinamento tecnico scientifico:

Sandra Bosi, Lega contro i Tumori - Onlus di Reggio Emilia

Lorenzo Campioni, Regione Emilia-Romagna

Mila Ferri, Regione Emilia-Romagna

Angelo Fioritti, Regione Emilia-Romagna

Maurizio Laezza, Regione Emilia-Romagna

Claudia Monti, Istituto Oncologico Romagnolo

Consulenza organizzativa e revisione testi:

Stefania Pelagatti, Servizio Accoglienza e Didattica Centro Multimediale "Luoghi di Prevenzione" (tel. e fax per informazioni e prenotazioni visite 0522/283844; sito: www.legatumoriregio.it)

Si ringraziano:

- I partecipanti al concorso "Una favola a colori" che con i loro testi hanno reso possibile la redazione del manuale.
- Carlo Lucarelli, Presidente della Commissione del concorso e l'Associazione Scrittori Bolognesi che hanno contribuito con motivazione ed entusiasmo alla realizzazione del concorso.
- il Centro Didattico Multimediale "Luoghi di Prevenzione" per la concessione gratuita dei materiali didattici utilizzati nella Sessione Approfondimenti del volume.
- l'Istituto Oncologico Romagnolo per la gentile concessione dell'immagine di copertina.
- i docenti e gli operatori della Regione Emilia-Romagna del Progetto regionale tabagismo e i Centri di educazione ambientale della Regione Emilia-Romagna.
- Giovanni Invernizzi (medico dell'Istituto per lo studio e la cura dei Tumori di Milano), per il dono di "Le bolle di sapone e i tre bambini capricciosi".

Comitato di responsabilità gestionale:

Roberto Prati, Presidente Lega contro i Tumori - Onlus di Reggio Emilia

Giancarlo Bisagni, Vice Presidente Lega contro i Tumori - Onlus di Reggio Emilia

Maurizia Fornaciari, Docente, Comm. Prom. alla Salute del Consiglio Direttivo LILT Reggio Emilia

Ermanno Rondini, Oncologo, Comm. Prom. alla Salute del Consiglio Direttivo LILT Reggio Emilia

Claudia Spaggiari, Pediatra, Comm. Prom. alla Salute del Consiglio Direttivo LILT Reggio Emilia

Infanzia a colori

La redazione di una guida didattica, il lavoro lento e avvincente della scrittura, la lettura e cura degli interventi di amici, colleghi, collaboratori qualche volta sconosciuti (in questo caso, a me non sono noti molti dei volti degli autori bravissimi del concorso “Una favola a colori”) potrebbe essere interpretato come una delle tante metafore della vita.

Se provassi a spiegarlo, direi che assomiglia ad una lunga passeggiata verso una meta incerta, ad una esplorazione di parole e significati condivisi, alla traduzione di un sogno nell’unico linguaggio che conosciamo.

Assomiglia al dissodare la terra con la speranza di vederne crescere frutti e al confronto con le proprie inadeguatezze.

In questo libro corale, costruito sulla ricchezza e la complicità della polifonia cromatica, la scrittura assomiglia soprattutto alla creazione di un mosaico a partire da tanti frammenti; è una prova di pazienza e ascolto, di condivisione e comprensione profonda di quanto sia arricchente il lavorare insieme.

Ho scoperto che assomiglia, soprattutto, alla metafora portata da una piccola favola di rara poesia di cui un amico medico mi ha fatto dono.

“Le bolle di sapone”, la fiaba di Giovanni Invernizzi, una fragile tenace perla diffusa fra i piccoli ospiti dell’Istituto Tumori di Milano, è diventata, il modo migliore che ho trovato per dire grazie e aprire la porta ai sentieri di una Infanzia che, non sempre, purtroppo, è a colori.

Sandra Bosi

Le bolle di sapone e i tre bambini capricciosi

C'erano una volta una mamma e un papà che avevano tre bambini capricciosi.

Prima di addormentarsi volevano a tutti i costi sentire una fiaba, alla sera.

Ma, dopo tante e tante che avevano raccontate, quella sera la mamma e il papà non ne trovarono più.

Allora provarono a raccontarne una vecchia, ma i bambini, che avevano buona memoria, se ne accorsero subito e cominciarono a protestare: "La sappiamo già, ce l'avete già raccontata!".

I genitori ne provarono un'altra, vecchia vecchia, lontana, una delle prime che era servita per addormentarli quando erano piccolini. Ma fu peggio, i bambini cominciarono a strillare, uno si mise a piangere, e gli altri due poco dopo fecero lo stesso.

Le lacrime scendevano a goccioloni sul viso, sempre più grosse e tonde giù sulla maglietta, fin sulle scarpe, più uno piangeva, più l'altro strillava, più i vestiti si bagnavano, tanto che dopo un po' si era formata una pozza bagnata ai loro piedi.

Mamma e papà non sapevano davvero più cosa fare, presero in braccio i due più piccoli. Ma questi erano disperati senza la fiaba, e le lacrime, che adesso cadevano dall'alto, finendo nella pozza iniziavano a fare "flop" "flop", di acqua se n'era formata ormai tanta, le scarpe affondavano in un piccolo lago dentro casa.

I genitori corsero ad aprire la porta per fare uscire l'acqua, la mamma prese lo spazzolone, ma niente, le lacrime ormai erano un fiume, uscirono di corsa nella strada inondata di lacrime pure lei, con una piccola folla radunata lì fuori che si domandava il perché di tutto questo trambusto. C'erano altre mamme e altri papà e altri bambini. Informati della ragione del pianto ininterrotto, provarono tutti a raccontare una storia, ma i tre bimbi le conoscevano una per una, e a ogni replica si mettevano a piangere e a lacrimare più forte per la stizza.

Ormai la gente con l'acqua alle caviglie era preoccupata seriamente: cosa sarebbe successo se i bambini non smettevano di piangere?

Il livello dell'acqua aveva raggiunto le ginocchia, bisognava scappare!

Il papà, tenendo la mamma e i bambini stretti per mano, prese la Via delle Stalle, poi la discesa delle Amarene, e svoltò, si fa per dire, trascinato dalla corrente dritto in Piazza del Lavatoio.

Era terrorizzato, come la mamma, da quel torrente sempre più gonfio, e dalle urla dei bambini che si divincolavano e per poco non si perdevano travolti dalle acque.

Ormai disperavano di trovare una via di salvezza.

Un'onda più alta li gettò proprio dentro al Lavatoio, ormai in disuso, abbandonato dalle giovani massaie che avevano tutte una lavatrice in casa.

Solo una vecchina, chiamata Savina, si ostinava ancora a lavare i panni sulla pietra, e lasciava una scorta di pezzi di sapone bianco nel vano sotto la grande asse di pietra obliqua dove insaponava camicie, sottovesti, maglie e mutandoni di lana che risalivano al secolo scorso.

Lo scorrere della corrente aveva cominciato a sbattere i pezzi di sapone su e giù dentro la vasca, e con quel rimestio, qualche bolla di sapone faceva capolino in superficie, si guardava in giro un attimo e poi faceva "pif", o "pof", o "paf", scoppiando nell'aria e svanendo.

Papà e mamma e bimbi – che naturalmente continuavano a piangere – avevano resistito aggrappati al lavatoio, ma le forze stavano quasi per abbandonarli.

Da sotto il sapone, sempre più sballottato, di bolle adesso ne faceva tantissime, arrivavano una dopo l'altra sul pelo dell'acqua e si guardavano in giro un attimo tutte, poi con un "pif", un "pof", o un "paf", svanivano lasciandosi dietro una piccolissima onda.

Proprio quando il papà stava per abbandonare la presa, una bollicina guardandosi in giro disse alle sorelle: "Guardate, ma stanno per annegare!".

Allora tutte insieme corsero a circondare la famigliola disperata, e tanti "pif", o "pof", o "paf", diventavano come piccoli salvagente che sostenevano per un piccolissimo momento papà, mamma e i tre bambini. Ma le bolle ormai erano centinaia, migliaia, e tutti quei piccoli "pif", o "pof", o "paf", riuscivano a reggere l'intera famiglia.

Un'onda più forte del torrente d'acqua strappò la presa del papà, ma la scia di bolle che nasceva da sotto il lavatoio accompagnò tutti e cinque giù verso il centro della città.

I bambini erano divertiti da quella corsa sull'acqua ricoperta di perline azzurre trasparenti che assomigliava a uno specialissimo scivolo meraviglioso, e a ogni scivolone più forte della corrente gridavano di gioia e avevano improvvisamente smesso di piangere.

La corrente pian piano iniziò a calare, e mamma, papà e figlioletti si può dire che sbarcarono in Piazza Maggiore fradici, esausti...ma sani e salvi.

Si salvarono tutti anche gli altri cittadini, grazie alle bolle che avevano invaso tutto il paese, e dopo la grande paura si fece una gran festa: la famigliola al centro del palco improvvisato e i bambini abbracciati da tutti gli amici perché... perché tutte le mamme e i papà avevano solennemente promesso che d'ora in poi non si sarebbero fatti mancare fiabe nuove per ogni sera (uno di loro si mise a scriverne nel tempo libero, le avrebbe passate agli altri, e sarebbe diventato anche uno scrittore famoso).

Naturalmente Piazza del Lavatoio cambiò nome: adesso è Piazza della Savina delle Bolle.

Giovanni Invernizzi

Introduzione

Angelo Fioritti, Maurizio Laezza e Mila Ferri

Dimensioni del problema tabagismo

Il fumo di tabacco è la più importante causa di morte evitabile nei Paesi sviluppati e pertanto uno dei più gravi problemi di sanità pubblica. La nicotina viene oggi riconosciuta, al pari dell'alcol, cocaina, allucinogeni e oppiacei tra le sostanze psicoattive capaci di indurre dipendenza fisica e psichica. Il fumo è responsabile, secondo l'Organizzazione Mondiale della Sanità (O.M.S.) del 90% dei tumori polmonari, del 75% dei casi di bronchite cronica ed enfisema e del 25% dei casi di malattia coronarica. Nel nostro Paese sono circa 84.000 le vittime del tabagismo ogni anno (dati del Piano Sanitario Nazionale 2003-2005)

Per quanto riguarda i danni da fumo passivo è dimostrato un aumento del rischio di tumore polmonare e di malattia coronarica rispettivamente del 26% e del 23%. In Italia ogni anno sono attribuibili al fumo dei genitori il 9,1% dei casi di asma bronchiale (circa 27.000 soggetti) e il 14,3% dei casi di otite media (circa 64.000 soggetti) tra bambini e ragazzi di 6-14 anni (Forastiere 2001). Il fumo in gravidanza aumenta del 28% il rischio di aborto spontaneo e del 45% il rischio di morte intrauterina.

Il numero di fumatori nel nostro Paese è progressivamente diminuito nell'ultimo trentennio, La riduzione ha interessato in particolare i maschi, nei quali la prevalenza di fumatori è passata da circa il 60% nel 1970 a circa il 31,5% nel 2000; nello stesso periodo si è osservato, invece, nel sesso femminile un progressivo aumento dell'abitudine al fumo (da circa il 12% nel 1970 a circa il 17% nel 2005).

Anche tra i giovani l'abitudine al fumo è in aumento. Nella fascia d'età fino a 24 anni, mettendo a confronto i dati del 1996 con quelli del 2005, si passa dal 14% al 24% per i maschi e dal 7% al 15% per le femmine (dati ISTAT).

Il comportamento dei giovani è fortemente influenzato da quello parentale: se nessuno dei genitori fuma solo il 15,5% dei giovani fuma; se fumano entrambi i genitori tale percentuale sale di quasi 20 punti (35,4). L'esempio materno è particolarmente influente sulle figlie femmine. Le giovani fumatrici crescono di quasi dieci punti percentuali se a fumare è la madre rispetto al padre (da 13,8% a 23,5%).

Fenomenologia e strategie d'intervento

Il tabagismo è un fenomeno *complesso* che presenta molteplici aspetti:

- di tipo socio-culturale, in quanto stile di vita dannoso, largamente diffuso e socialmente tollerato;
- di tipo medico-psicologico, in quanto dipendenza patologica e, al tempo stesso, fattore di rischio per numerose malattie correlate;

- di tipo igienistico e legale, essendo il fumo passivo un inquinante ambientale sottoposto a precise norme di divieto a tutela della salute collettiva.

Da tale complessità deriva l'esigenza che venga ricercato un approccio globale a tutti gli aspetti del tabagismo. Tale approccio deve quindi comprendere:

- l'attuazione di interventi educativi efficaci, di promozione della salute e di stili di vita sani;
- il potenziamento delle offerte di cura e sostegno ai fumatori per la disassuefazione;
- l'applicazione puntuale delle norme di vigilanza e controllo sul divieto di fumo negli ambienti pubblici e di lavoro

La lotta al tabagismo deve quindi mirare a sviluppare e a coordinare efficacemente, in un ottica sistemica di rete, tutte le risorse significative della comunità, valorizzando opportunamente i seguenti aspetti:

- *la partecipazione dei cittadini* alla crescita di una cultura diffusa e condivisa del non-fumo, attraverso il coinvolgimento attivo di individui singoli ed associati fin dalla fase della progettazione degli interventi,
- *l'intersectorialità e la ricerca di alleanze*, mediante il coinvolgimento operativo di settori sanitari e non sanitari (scuola, mondo dello sport e spettacolo, mass media, imprenditoria privata, privato sociale e volontariato e organizzazioni non governative),
- *l'integrazione degli interventi*, combinando in modo contestuale e sinergico azioni di carattere comunicativo-educativo, di supporto alla disassuefazione e di tutela dal fumo passivo (da adottare, in particolare, negli interventi di comunità),
- *la multidisciplinarietà*, favorendo la collaborazione culturale e operativa tra le diverse professionalità competenti in tema di prevenzione, cura e controllo del tabagismo,
- *l'impegno dei decisori pubblici* a considerare il contrasto del tabagismo come parte integrante di una strategia trasversale di promozione della salute che deve essere posta alla base dell'azione politica e di governo.

Tra le modalità d'intervento efficaci vanno segnalate, in particolare, quelle basate su:

- *programmi di prevenzione scolastici "multicomponenti"*, basati su informazione e promozione della salute, prevenzione del disagio giovanile, sviluppo di capacità di scelte consapevoli, sviluppo di life skills, educazione tra pari),
- *coinvolgimento di soggetti significativi della comunità*, che, attraverso modalità di contatto autorevoli, personalizzate e prolungate nel tempo, possono svolgere un'efficace azione educativa e di esempio, per i giovani in particolare, (genitori, docenti, medici di famiglia, pediatri, ostetriche, farmacisti ed altri operatori della salute),
- *modifica degli stili di vita nei contesti socioambientali*, mediante la promozione di ambienti favorevoli alla salute (scuole, ospedali, luoghi pubblici e di lavoro "liberi dal fumo"),
- *interventi di primo livello*, di rinforzo alla motivazione, basati sul consiglio breve (da parte di tutti gli operatori sanitari) e *interventi di secondo livello* finalizzati alla disassuefazione (attraverso il potenziamento dell'offerta di servizi per la cessazione del fumo in ciascuna Azienda sanitaria),

- *campagne di comunicazione* mirate, per informare correttamente sui danni da fumo, sui benefici dello smettere e sensibilizzare la popolazione a rispettare il divieto di fumo nei locali pubblici e di lavoro.

Il Progetto Tabagismo della Regione Emilia-Romagna

La Regione Emilia-Romagna, in applicazione del Piano Sanitario Nazionale 1998-2000, ha inserito nel proprio Piano Sanitario Regionale 1999-2001 un programma globale di azioni rivolte alla prevenzione, cura e controllo del fumo di tabacco.

La Delibera di Giunta n. 785/1999 “Progetto Tabagismo” prevede, secondo l’approccio raccomandato dall’O.M.S, interventi in ambito educativo, terapeutico e normativo, in un’ottica di rete e di integrazione sociosanitaria.

Obiettivo di salute del Progetto è la prevenzione delle malattie cronico-degenerative dovute al fumo di tabacco, con conseguente riduzione della morbosità e mortalità correlate.

Il Progetto si compone di 5 sottoprogetti:

- 1) Prevenzione dell’abitudine al fumo tra gli studenti della scuola dell’obbligo
- 2) Prevenzione dell’abitudine al fumo tra la popolazione generale per intervento dei Medici di medicina generale
- 3) Corsi intensivi per smettere di fumare
- 4) Ospedali e Servizi sanitari senza fumo
- 5) Luoghi di lavoro liberi dal fumo.

Si elencano le principali azioni messe in campo nell’ambito del sottoprogetto n. 1:

- a) la formazione dei docenti in tema di prevenzione primaria del fumo;
- b) la realizzazione di programmi di prevenzione del fumo organici al curriculum educativo scolastico, promuovendo la partecipazione dei ragazzi ad attività di educazione tra pari e di comunicazione sociale;
- c) l’integrazione degli aspetti educativi con quelli normativi per un approccio consapevole al rispetto del divieto di fumo nelle scuole;
- d) il coinvolgimento dei genitori in merito all’influenza che i modelli familiari esercitano sui ragazzi.

Le azioni citate sono state supportate da una metodologia d’intervento che ha cercato di curare, in particolare, quattro aspetti: la specificità del target, la continuità dell’intervento, la globalità dell’approccio, il lavoro di rete.

Specificità del target

La sperimentazione nelle scuole, il monitoraggio effettuato, il confronto continuo tra operatori della salute e docenti hanno consentito, nel tempo, di individuare come più appropriati, rispetto all’età dei destinatari, i seguenti programmi/strumenti didattici:

- “*Lasciateci puliti*”, primo programma in ordine temporale ad essere adottato nelle scuole, basato sull’analisi delle pressioni sociali che spingono i ragazzi ad iniziare a fumare e sullo sviluppo di *life skills* e di abilità comunicative sociali.

È adatto alle scuole secondarie di primo grado e utilizzabile con opportuni adattamenti anche nel biennio di secondo grado e nelle ultime classi della scuola primaria;

- “*Luoghi di prevenzione*”, percorso interattivo guidato da operatori appositamente formati. Il tema del fumo viene affrontato dal punto di vista cognitivo, affettivo e relazionale attraverso la partecipazione dei ragazzi ad appositi laboratori didattici presso la sede del Centro situata a Reggio Emilia. Il focus è sul valore simbolico della sigaretta e sugli ingredienti di fascino e di piacere legati al fumo, ancora così fortemente radicati nel nostro immaginario collettivo. Adatto alla scuola secondaria di secondo grado;
- Educazione tra pari, strumento utilizzato in particolare nella scuola secondaria di secondo grado;
- “*Infanzia a colori*”, ultimo programma in ordine di tempo ad essere sperimentato, specifico per la scuola dell’infanzia e per la scuola primaria. Il rationale è intervenire precocemente, quando gli atteggiamenti dei bambini verso il fumo non sono ancora strutturati.

Continuità dell’intervento

Si è arrivati gradualmente a delineare un percorso unitario di intervento sul tema della prevenzione del fumo: a partire dalla gravidanza, con il programma “*Baby no Smoke*” (coinvolte le ostetriche) per seguire nella prima età pediatrica con l’intervento “*Difendi il tuo bambino dal fumo*” (coinvolti i pediatri), e proseguire con “*Infanzia a colori*”, “*Lasciateci puliti*”, “*Luoghi di prevenzione*” ed Educazione tra pari. Prevedere un continuum di attenzione degli educatori su questo tema è coerente con l’esigenza di fornire approcci e strumenti differenziati nel tempo per contrastare un fenomeno con valenze così diverse come il tabagismo.

Globalità dell’approccio

Negli istituti scolastici, nell’ottica della promozione di ambienti favorevoli alla salute raccomandata dall’O.M.S., è stata incentivata la realizzazione di interventi integrati (“*Scuole libere dal fumo*”) che prevedessero, accanto ai programmi didattici specifici sul tabagismo, l’offerta di corsi per smettere di fumare (rivolti al personale scolastico, alle famiglie e agli stessi studenti fumatori) e la cura puntuale del rispetto del divieto di fumo da parte della dirigenza scolastica. La globalità dell’approccio ha consentito di raccordare e valorizzare al meglio azioni di tipo educativo, normativo e di supporto alla disassuefazione che, svolte in modo non contestuale, sarebbero risultate meno produttive.

Lavoro di rete

Negli interventi di prevenzione del tabagismo si è puntato al coinvolgimento di una pluralità di soggetti, dal livello regionale a quello locale: Assessorati regionali competenti, Ufficio scolastico regionale, CSA (ex Provveditorati agli Studi), aziende sanitarie, enti e istituzioni pubbliche locali, Lega per la lotta contro i Tumori, Istituto Oncologico Romagnolo, associazioni di categoria, associazioni di volontariato.

In particolare, per il programma “*Infanzia a colori*”, è stata fondamentale la collaborazione con l’Assessorato regionale all’Ambiente - Progetto Agenda 21 e con i Centri di educazione ambientale per curare l’approccio di tipo “ecologico” al tabagismo, particolarmente appropriato per i bambini.

Va inoltre citata l'esperienza di *counselling* di comunità di Scandiano (RE) ove è in corso un progetto pilota regionale che mira a sviluppare in modo contestuale e sinergico le 5 aree d'intervento del Progetto regionale Tabagismo succitate. Vi partecipano gli operatori del distretto sanitario interessati (medici di medicina generale, pediatri, ostetriche, personale infermieristico, operatori dei centri antifumo, specialisti delle patologie fumocorrelate, medici del lavoro, farmacisti), il Comune di Scandiano, la Provincia di Reggio Emilia, la Lega contro i Tumori, il CSA, gli istituti scolastici, le associazioni sportive e di volontariato. Il progetto è stato inoltre assunto all'interno della programmazione sociosanitaria territoriale nei Piani sociali di Zona e nei Piani per la Salute.

In questo contesto di interventi per la prevenzione del tabagismo, si inserisce il programma "Infanzia a colori", che, da progetto pilota si avvia ad essere diffuso e monitorato sull'intero ambito regionale.

Non possono, ovviamente essere sottaciuti anche i punti di criticità. Uno in particolare: il tema dell'efficienza organizzativa nel rapporto tra mondo della sanità e mondo della scuola. La progettazione partecipata, finalizzata a coniugare obiettivi educativi e obiettivi di salute, è un processo complesso e faticoso che necessita di tempi lunghi (come per tutti i processi di rete). Sotto questo profilo "Infanzia a colori" appare un'esperienza positiva e promettente.

Ringraziamo sentitamente tutte le persone: operatori, docenti, alunni, genitori, volontari che con il loro impegno hanno reso possibile la realizzazione del progetto e la pubblicazione di questa guida.

Un ringraziamento particolare va alla Lega contro i Tumori di Reggio Emilia, Ente con il quale la Regione Emilia-Romagna ha intrecciato fin dall'avvio del Progetto Tabagismo una collaborazione preziosa, tanto proficua quanto emblematica di quella concezione del lavoro di rete aperto a tutte le componenti del territorio, pubbliche e del privato sociale, che ha sempre arricchito e connotato in modo peculiare le politiche per la salute di questa Regione.

Parte prima

IL CONTESTO CULTURALE

Life skills, motivazione al cambiamento

Sandra Bosi

“Infanzia a colori” è il risultato di un percorso teorico, metodologico e pratico di proposte per i curricula delle scuole dell’infanzia e delle scuole primarie, sulla relazione fra *“life skills”* e prevenzione dell’abitudine al fumo.

Ogni intervento finalizzato al cambiamento individuale e/o di gruppo, per avere senso, prima ancora che dimostrare di essere efficace rispetto alla finalità per cui è stato introdotto, deve poter contare sulla stretta correlazione fra la missione educativa della scuola in dialogo con la famiglia e l’obiettivo di salute definito in modo chiaro e misurabile.

La salute è l’espressione dell’equilibrio dinamico fra corporeità e interiorità, della consapevolezza dell’armonia necessaria fra dimensione fisica, psicologica, relazionale (rispetto agli altri e all’ambiente) e spirituale.

Questa concezione olistica rende la conquista e il mantenimento della condizione di salute una delle declinazioni del processo educativo rispetto alla crescita e alla maturazione dell’individuo.

Non è un caso che la prevenzione si sia appropriata dell’espressione *“life skills”*, la cui traslitterazione indica riferimenti a *“abilità di vita”*, *“risorse di vita”*.

Le *life skills* promuovono abilità di comunicazione e relazione interpersonale, abilità di problem solving e capacità di fronteggiare le emozioni e lo stress, il sostegno dell’autostima, con il rafforzamento delle competenze socio-psico-pedagogiche.

L’OMS sostiene, infatti, che è necessario avere un’attenzione mirata alla promozione delle competenze psicosociali, delle abilità che mettono la persona in grado di fronteggiare in modo efficace le richieste e le sfide della vita quotidiana. Le *skills life* sono presenti in tutti gli individui, ma spesso sono *“nascoste”*; compito di un progetto educativo, dunque, è di valorizzarle, mettendo in grado le persone di scoprirle e usarle.

Diversi protagonisti concorrono al conseguimento degli obiettivi di sviluppo e di cambiamento. Gli attori di questo processo sono gli individui, le organizzazioni, i responsabili dei diversi settori formativi, i gruppi.

L’insegnamento delle *life skills*, che dovrebbe appartenere ad un obiettivo formativo forte e condiviso, per gli aspetti che riguardano i temi della salute si può riassumere in questi punti:

1. contributo all’autostima attraverso attività didattiche di promozione dell’ascolto, della capacità di cooperazione e di riconoscimento delle risorse personali;

2. attenzione al contenimento delle manifestazioni degli eccessi di ansia e di educazione al riconoscimento dell'ansia positiva;
3. confronto, discussione e risoluzione di situazioni relative a comportamenti a rischio;
4. informazioni corrette ed essenziali sulle conseguenze prodotte dall'utilizzo di sostanze pericolose per la salute individuale;
5. addestramento alle tecniche necessarie per fronteggiare le pressioni dei coetanei e di certi adulti (richiami diretti o indiretti legati alla pubblicità, ai cartoni animati, ai giornali per ragazzi) relativamente a mode da seguire, sostanze da provare, comportamenti da adottare;
6. acquisizione della coscienza di sé attraverso occasioni generali e specifiche che consentano la valorizzazione delle inclinazioni personali, l'accettazione dei propri limiti, l'individuazione di valori di riferimento, un rapporto armonico con lo spazio e il tempo vissuti.

Molti autori hanno arricchito la letteratura di preziosi esempi di *life skills*.

Gianni Rodari nella *Grammatica della Fantasia*, Sigrid Loos in *Viaggio a Fantasia*, le fiabe dei mondi fantastici di Italo Calvino (per il racconto), le interpretazioni di Bruno Bettelheim (*La fiaba incantata*) e di Guido Morselli (*Pinocchio*), la riproposta dell'*Hai-ku* come fiore della poesia giapponese, le riflessioni teoriche sull'intelligenza emotiva di Daniel Goleman, e la presentazione di qualche puntuale implicazione pratica del testo ancora attuale *Educare alla salute* di Luciano Corradini e Piero Cattaneo, lo studio delle linee guida per la prevenzione e la cura di demotivazione, iperattività, scarsa autostima, ansia, aggressività nei bambini e le rassicuranti, fertili premesse di Di Renzo (*Il colore vissuto*), Mantovani (*Il colore infantile*), Federici (*Il tuo bambino lo dice con i colori*), Murdock (*L'immaginazione guidata con i bambini e gli adolescenti*), sono soltanto alcuni degli esempi che sono stati ispiratori fertili di questo volume.

Seguono la scia della luminosa e poetica cometa dei rimandi simbolici richiamati dalla nostra cultura i percorsi raccolti nella seconda parte del testo: filastrocche, storie e poesie costituiscono esempi di come le *life skills* sappiano germogliare naturalmente e con efficacia anche in terreni inconsueti.

Infanzia a colori è rivolto soprattutto alle “maestre”, il cui ruolo sta cominciando ad assurgere alla funzione atemporale della figura del mito. “Maestra” è chi ha il compito di guida ispiratrice e necessaria. Del resto la via maestra è essenziale alla libertà individuale: consente ricerca, esplorazione, orientamento e ritorno.

Senza maestri veri, senza una via maestra, non potrebbero esistere né scienziati, né artisti.

Geppetto e la Fata Turchina insegnano a Pinocchio gli stratagemmi utili a tenersi lontano dalle cattive compagnie; Pollicino impara ad acquisire fiducia in se stesso e negli altri in quanto si sente in grado di governare gli eventi con le proprie abilità di bambino; Cenerentola custodisce con riserbo orgoglioso la propria autostima, nonostante le avversità contingenti che è costretta a subire; Bella nel suo rapporto incantato e profondo con la Bestia segue, per dirla con James Hillman, il *daimon* delle potenzialità della crescita che non sempre avviene secondo le nostre aspettative, ma di cui manteniamo preziosi segnali per non perdere il cammino, attraverso il contatto con il nocciolo oscuro che ci costituisce, di cui ognuno di noi, almeno a tratti, è consapevole.

Gli autori, padri dei personaggi che hanno animato queste straordinarie fiabe, costi-

tuiscono una guida incomparabile per musicalità e leggerezza, nel mondo dei “fattori protettivi per la salute”.

Mito, fiaba, favola e poesia raccolgono la sapienza necessaria per affrontare i grandi temi della vita: nascita, morte, deserto, separazione, rovina, povertà, abbandono, solitudine, malattia, cammino verso l'ignoto, scoperta, decisione, mistero, famiglia.

Il loro insostituibile insegnamento non esaurisce, però, il confronto obbligato fra la persona e l'ambiente.

Lo spazio vissuto in cui nasciamo e cresciamo ci dà in dote “determinanti per la nostra salute”, pilastri che rendono difficili da rimuovere le differenze fra individui.

Lo stato di salute non è provocato solo da condizioni genetiche, igieniche, comportamentali, strategiche, spirituali.

Esistono anche fattori che non dipendono dall'individuo, ma ne condizionano il destino. Per la salute di un bambino dai 3 ai 10 anni è un determinante fondamentale il gradiente sociale: la povertà condiziona negativamente il livello di vita media (chi è povero vive meno) e influisce sulle possibilità di apprendimento delle *life skills*.

Lo stress di una famiglia sfrattata, preoccupata per il proprio futuro, con problemi di disoccupazione, determina conseguenze negative sullo sviluppo delle potenzialità di un bambino anche se è ben protetto emotivamente e culturalmente.

Il trauma provocato da una nascita e una prima infanzia difficili, l'esclusione sociale in tutte le sue forme, il disagio provocato dalle conseguenze di una dipendenza patologica o di una malattia cronica grave in famiglia, costituiscono ostacoli di cui i docenti debbono tenere conto nella considerazione della complessità di relazioni fra obiettivi di salute e obiettivi educativi.

Per contribuire alla chiarezza del concetto potrebbe essere utile un richiamo alla suddivisione dei livelli di motivazione/bisogni, proposto da Maslow nella “piramide delle motivazioni”.

In genere si definiscono come “bisogni primari” quelli contenuti alla base della piramide, nei primi 2 livelli, e motivazioni, le condizioni contenute dal 3° al 5° livello.

Alla base si trovano i bisogni fisiologici (fame, sete, sonno), nel secondo settore i bisogni legati alla sicurezza della persona (igiene individuale, casa adeguata, sessualità).

Al terzo livello compaiono le motivazioni associative (amore, affetto, capacità di stare in gruppo).

Ogni individuo sano aspira alla felicità attraverso la capacità di provare fiducia negli altri, avere stima in se stessi e tensione alla autorealizzazione.

L'autorealizzazione, richiede la soddisfazione di motivazioni alte e diverse da individuo a individuo: motivazione alla cooperazione (solidarietà e senso di utilità verso gli altri), alla competizione (desiderio di gareggiare, confrontarsi e essere il migliore), alla competenza (necessità di imparare a fare bene le cose indipendentemente dal riconoscimento altrui).

Le tre vie riguardano le caratteristiche personali e sono equivalenti per il raggiungimento della “felicità” individuale.

L'autorealizzazione secondo l'intuizione di Maslow, passa necessariamente attraverso la soddisfazione dei bisogni fisiologici, della sicurezza personale e della capacità di stringere relazioni associative/relazionali.

Famiglia, scuola e contesto educativo di riferimento dovrebbero poter garantire ad ogni bambino, formazione, cura della persona, possibilità di vedersi assicurato nutrimento e ritmo sonno/veglia adeguati, una casa confortevole, attenzione verso l'igiene

del corpo, prudenza e premura verso le dimensioni della sessualità e della sicurezza delle relazioni negli ambienti familiari (protezione da ogni tipo di maltrattamento, violenza, prevaricazione) e sociali, ma soprattutto tenerezza, benevolenza e amore.

Solo dopo aver assunto una responsabilità condivisa rispetto a questi compiti ci si può aspettare che un bambino socializzi, abbia un atteggiamento positivo verso l'apprendimento, sappia dare e ricevere affetto.

Questi sono i prerequisiti necessari per la dimensione della completezza in cui è possibile riconoscere o essere aiutati a riconoscere i propri percorsi di creatività, valorizzazione delle risorse, strategie di difesa, possibilità di scelta.



L'utilità della soluzione di Maslow è riassumibile in tre considerazioni di fondo:

- 1) un'indagine accurata dello stato in cui si trova un bambino rispetto a nutrizione, sonno, igiene personale, consente di modulare le aspettative pedagogiche e intervenire in modo tempestivo e specialistico rispetto ad eventuali carenze o bisogni.
- 2) Il confronto con il grado di soddisfazione dei bisogni primari, fisiologici e di sicurezza di un bambino, facilita la diagnosi differenziale fra demotivazione causata da disagio familiare e ambientale e problemi di apprendimento e/o socializzazione legati a ritardo mentale.
- 3) Lo schema può essere utilizzato anche negli interventi di prevenzione e cura di adolescenti e adulti in difficoltà, nei confronti dei quali spesso si focalizza l'attenzione sulla demotivazione nell'area interpersonale (affettiva, capacità di dare o ricevere fiducia, assumersi responsabilità), senza tenere in adeguata considerazione il grado di soddisfazione dei bisogni che precedono il livello associativo.

Capitolo secondo

Il contesto di infanzia a colori

Sandra Bosi e Claudia Monti

La guida metodologica e didattica *“Infanzia a colori”* costituisce la rielaborazione teorico/pratica di significative esperienze di prevenzione realizzate nell’ambito del Progetto regionale tabagismo dell’Emilia-Romagna con il coordinamento della Lega contro i Tumori di Reggio Emilia e dell’Istituto Oncologico Romagnolo.

Il manuale ha sollecitato la rielaborazione dei risultati di un Concorso rivolto a cultori di discipline pedagogiche per la selezione di testi, idee, attivazioni, indirizzate all’infanzia.

Il Concorso realizzato con la collaborazione dello scrittore Carlo Lucarelli, presidente della commissione giudicatrice, ha consentito al gruppo di Coordinamento tecnico/scientifico del progetto di conoscere e riconoscere con modalità di fertile progettazione partecipata, idee, azioni, strumenti per affrontare il tema dell’esposizione al fumo passivo nell’infanzia e nella fanciullezza.

“Infanzia a colori” si configura come ponte ideale fra l’esperienza pilota regionale *“Una favola a colori”* a cui hanno partecipato 4 scuole dell’Emilia-Romagna nell’anno scolastico 2002/2003 e la diffusione dei percorsi didattici a chi fosse stato interessato ad affrontare con competenza e continuità il tema del fumo di sigaretta come fattore di inquinamento ambientale.

Nel territorio emiliano-romagnolo la diffusione dei temi del programma a difesa dell’infanzia si sta svolgendo con la proficua collaborazione degli operatori del Progetto regionale tabagismo e dei Centri di Educazione Ambientale.

Il Programma *“Infanzia a colori”* contiene approfondimenti in tema di educazione alla salute, testi da leggere e commentare in classe, percorsi didattici differenziati a seconda dell’età dei destinatari e del livello di complessità con cui si intende affrontare l’argomento; è uno strumento innovativo e completo per affrontare in modo specifico, specialistico e interdisciplinare il tema della prevenzione dell’abitudine al fumo nell’infanzia.

Unisce e mette in relazione stimoli e attivazioni derivanti da percorsi simbolici, fantastici e di informazione scientifica.

È suddivisa in 3 parti:

- questa prima parte è dedicata alla contestualizzazione teorica dei testi del concorso;
- la seconda parte raccoglie i lavori selezionati nel concorso “Una favola a colori” per essere utilizzati nella sperimentazione didattica;
- la terza parte è dedicata agli strumenti integrativi per gli insegnanti: schede per l’approfondimento teorico, giochi, attività didattiche, esperienze laboratoriali.

Linee metodologiche e programmi per difendere l'infanzia dall'esposizione al fumo passivo

Sandra Bosi

La difesa dell'infanzia dall'esposizione al fumo passivo come obiettivo primario di educazione alla salute

Chi si occupa di educazione alla salute riconosce la necessità di proporre percorsi efficaci per la prevenzione dell'esposizione al fumo passivo nell'infanzia e nella fanciullezza.

Questo implica un incremento della diffusione delle modalità di accertamento dei danni ambientali legati al fumo, una maggiore sensibilizzazione di tutti i potenziali destinatari di un'azione preventiva, la costituzione di un modello culturale che modifichi la percezione del problema "fumo di sigaretta" da parte degli interessati, ossia di tutta la popolazione.

Medici e insegnanti, animatori e operatori del tempo libero, si sentono spesso impotenti riguardo alle loro possibilità e abilità di intervento nei processi di cambiamento delle abitudini individuali e collettivi.

Difendere l'infanzia dall'esposizione al fumo passivo, e dunque evitare che nascituri, neonati e bambini, sviluppino patologie causate dall'esposizione al fumo dei genitori e che altri adolescenti diventino vittima della sigaretta, significa:

1. creare una rete di insegnanti, operatori socio-sanitari, educatori, ginecologi, pediatri e medici di medicina generale in grado di offrire un supporto motivazionale ai fumatori per metterli in grado di affrontare il problema dal punto di vista culturale, educativo, relazionale e comportamentale;
2. formare docenti della scuola dell'infanzia e della scuola primaria consapevoli della rilevanza del ruolo specifico da essi svolto nel processo di maturazione della scelta futura del non fumo da parte dei loro allievi;
3. formare le famiglie ad un atteggiamento coinvolto verso i figli, sulle conseguenze del loro atteggiamento nei confronti della sigaretta;
4. sviluppare linguaggi e strumenti per genitori e famiglie, adatti alle diverse fasi del processo di attesa di un figlio e di assistenza alle prime fasi della crescita (dalla gravidanza alla prima infanzia) per sostenere motivazioni e mantenimento dei cambiamenti degli stili individuali;
5. favorire politiche sociali a difesa di ambienti liberi dal fumo;
6. diffondere con mezzi diversificati la necessità di non fumare mai in ambienti in cui non sia possibile lo scambio d'aria con l'esterno, soprattutto in presenza di bambini;

7. approfondire la consapevolezza che la sigaretta è una “droga”, cioè una sostanza psicoattiva che agisce sul sistema nervoso, provocando delle variazioni e dei meccanismi d’azione indipendenti dalla nostra volontà, sostenere i tentativi per smettere di fumare in collaborazione con centri specialistici (oggi facilmente raggiungibili da tutti e diffusi su tutto il territorio nazionale);
8. non sottovalutare l’impatto che il fumo di sigaretta ha avuto nell’immaginario collettivo e utilizzare proposte comunicative che uniscano e approfondiscano relazioni cognitive e affettive fra i concetti;
9. chiarire e rendere esplicita la dimensione simbolica nei processi di apprendimento, valorizzando non tanto il contenuto manifesto dell’insegnamento, ma il contesto, la rilevanza e l’effettiva possibilità che i messaggi hanno di essere accolti nei vissuti individuali;
10. ripetere e diffondere le informazioni, agire in collaborazione con altri operatori della prevenzione, adoperare modalità espressive semplici e dirette, ricordando che la capacità di comunicare non è solo una dote naturale, ma una tecnica specialistica, per la quale vale la pena di investire qualche energia personale e professionale.
11. realizzare interventi specifici per ognuno degli attori coinvolti nel processo.

Il campo d’azione è vasto: occorre cominciare da due obiettivi circoscritti: ridurre le occasioni in cui i bambini sono esposti al fumo e il numero dei genitori e dei docenti fumatori che non intendono modificare il loro comportamento rispetto alla sigaretta.

Gli obiettivi sono legati al cambiamento della percezione culturale, sociale e di emergenza sanitaria delle conseguenze del fumo e inevitabilmente veicolati dai discorsi sulla salute affrontati a scuola e nei luoghi sanitari deputati alla prevenzione.

È necessario costruire i presupposti perché pediatri, ostetriche, ginecologi, educatori, operatori socio-sanitari, medici di medicina generale, collaborino con docenti e famiglie per l’introduzione e la diffusione di strategie adeguate alla comunicazione e informazione utilizzando una metodologia efficace e condivisa.

L’infanzia è un luogo fragile e privilegiato e costituisce una sfida complessa sia per l’applicazione di teorie e metodi di promozione alla salute sia per la verifica della loro efficacia.

Il concetto di salute

La parola e il concetto di salute appartengono in modo naturale e non completamente codificato alla nostra quotidianità.

“Salute” è stata intesa per anni semplicemente come mancanza di malattia, silenzio del corpo e degli organi; poi si è andata connotando come il risultato di un equilibrio psico fisico, attenzione alle interazioni fra benessere psicologico e biologico, integrazione armonica fra l’individuo e l’ambiente in cui vive, acquisizione di consapevolezza delle responsabilità individuali e collettive per la promozione di uno star bene personale (biologico, comportamentale, relazionale e spirituale) e sociale (di integrazione con i gruppi, l’ambiente la cultura).

E facile intuire come ben poco si somiglino “l’assenza di malattia” con “la piena realizzazione vocazionale dell’individuo”.

Gli interventi di educazione alla salute, in perfetta coerenza con l'affermazione di questo radicale cambiamento culturale, propongono di privilegiare la scuola e il rapporto scuola/famiglia (docenti/ genitori) come luoghi fondamentali di formazione per la salute.

Il processo che può facilitare l'individuazione, il riconoscimento e l'efficacia educativa di questi spazi richiede almeno i seguenti passaggi:

1. la considerazione dell'educazione alla salute come obiettivo primario nella formazione scolastica e nella prevenzione sanitaria. Questo riconoscimento implica una collocazione regolamentata in tempi, azioni, attenzioni dedicate e verifiche, nella ordinarietà della programmazione didattica (a prescindere dal tipo di scuola e dalla materia d'insegnamento) e altrettanto adeguata collocazione nella pratica professionale degli operatori alla salute in contatto con la struttura scolastica (personale dei consultori, pediatria di comunità e di famiglia, medicina generale, sportiva e scolastica, sportelli di consulenza psicologica e psicopedagogica, associazioni di volontariato, risorse libero professionali e del terzo settore);
2. la necessità di costruire un percorso pluridisciplinare di acquisizione di atteggiamenti e modelli di riferimento (di apprendimento di "fattori protettivi" per la salute) che aiutino le famiglie a scegliere responsabilmente cosa, di volta in volta, sia efficace per il mantenimento o la promozione del benessere;
3. l'affermazione concreta, dibattuta ed esperita di una concezione di salute che unisca attenzione alla corporeità, benessere psicologico e integrazione sociale e, per effetto della quale, l'attenzione scolastica e sanitaria alla qualità delle relazioni umane e delle relazioni fra individuo e ambiente diventi interesse prioritario (descritto nei POF, sottoscritto da protocolli d'intesa interistituzionali, sostenuto con finanziamenti, difeso da normative specifiche);
4. la gestione dei programmi di educazione alla salute con la mediazione di esperti esterni, qualora siano necessari, ma senza tentazioni di delega: un processo formativo deve saper valorizzare le competenze di docenti e operatori della salute integrando ogni azione nella vita scolastica quotidiana: si può promuovere l'educazione linguistica, logico/matematica, artistico/espressiva seguendo un percorso consapevole di educazione alla salute.

L'infanzia è il luogo in cui le sollecitazioni più varie hanno la possibilità di essere accolte con naturalezza, entusiasmo e vitalità.

Lo sguardo di un bambino attivo e curioso è lo sguardo che apre alla possibilità di una nuova interpretazione del mondo.

Contribuire ad un cambiamento positivo degli stili di vita significa aprire un varco alla creatività dell'infanzia che può portare frutti inaspettati.

Nell'infanzia si costituiscono le nostre radici e si predetermina buona parte del nostro destino: è difficile che un adolescente possa privilegiare comportamenti diversi e opposti rispetto a quelli dei coetanei se non ha già cominciato ad interiorizzare un percorso emozionale e cognitivo fondato sulla capacità di ascoltarsi e scegliere con modalità e strumenti non casuali.

Un bambino può imparare a scuola (attraverso la mediazione ed il coinvolgimento dei genitori) ad acquisire alcuni comportamenti di base.

Fra i comportamenti biologici:

- le norme che riguardano l'igiene corporea (lavarsi i denti dopo ogni pasto, per esempio);
- le norme inerenti la dieta: favorire l'assaggio di tutti i cibi e la preferenza verso la varietà degli alimenti;
- l'importanza di bere molta acqua durante la giornata.

Fra i comportamenti sociali:

- il rilievo e la piacevolezza dell'attività fisica non competitiva;
- il valore della varietà delle relazioni umane cooperative e solidali e la curiosità verso l'altro diverso da noi;
- il rispetto per l'ambiente.

Fra i comportamenti psicologici ed espressivi:

- la delicatezza e la bellezza delle emozioni;
- la profondità dei sentimenti;
- la sensibilità verso la pittura, la musica, la parola, l'attenzione alle cose belle.

Ognuno di questi comportamenti non può che essere acquisito, in stretta collaborazione ed integrazione con le famiglie e il personale sanitario che si occupa della salute del bambino in questa fascia di età, attraverso attività e percorsi specifici che favoriscano la consapevolezza e la partecipazione dei bambini.

È altrettanto importante favorire l'armonizzazione dei contributi elaborati cognitivamente (informazioni di base) con i contributi elaborati emotivamente (giochi, attività di immaginazione, esperienze). Tutto questo può essere svolto in classe e in famiglia e può vedere con successo anche il coinvolgimento occasionale del pediatra, del medico generale o di operatori sanitari nella vita di classe. È importante che la Prevenzione si associ all'Educazione dall'inizio del curriculum scolastico.

Il rapporto con il bambino non può che essere indirizzato dalle competenze pedagogiche dell'insegnante, l'unico in grado di garantire il senso del percorso e il suo inserimento nell'attività quotidiana.

Un'ultima riflessione è necessaria per rispondere al dubbio legittimo di chi si stia domandando quanto sia opportuno inserire così precocemente il tema del fumo di sigaretta nella programmazione scolastica alla luce delle considerazioni che sembrano privilegiare la generalità del processo rispetto alla specificità dei temi trattati.

In realtà i bambini pervengono alla simbologia e alla dimensione dell'immaginario attraverso i esempi tratti dalla concretezza.

Entrano precocemente in relazione con adulti fumatori e la sigaretta è un elemento materiale e fantastico legato ai livelli biologico, sociale e psicologico del contesto familiare, relazionale, educativo.

Al di là delle recenti conquiste legislative sono purtroppo ancora moltissimi i bambini figli di genitori che fumano durante la gravidanza e l'allattamento, fumano in casa, in auto o negli spazi ricreativi. Sono molti i bambini che hanno fratelli, nonni, parenti e insegnanti che fumano davanti a loro e in loro presenza.

In molte scuole il bambino incontra ancora adulti che fumano negli spazi esterni o nei luoghi poco accessibili al pubblico.

Durante gli anni dell'infanzia e della fanciullezza si impara che esistono situazioni che inducono la mamma, il papà, i fratelli più grandi ad accendere la sigaretta e si riconoscono istintivamente le occasioni di tensione, rilassamento, divertimento e aggressività familiare, anche quando non sono esplicitamente dichiarate.

Gli adulti talvolta dimenticano la sorprendente facilità con cui un bambino percepisce e interiorizza i messaggi non verbali provenienti dal proprio ambiente.

Le risposte ai bisogni fisiologici e legati alla sicurezza personale necessarie per un avvio sano alla vita associativa dovrebbero comprendere riferimenti all'igiene personale, alla dieta, al rispetto per l'ambiente.

L'enfasi della negatività del fumo per la salute potrebbe provocare conseguenze non desiderate nel bambino: da un'angoscia ingiustificata per il comportamento dei genitori, a una reazione di negazione e di aggressività nei confronti dell'insegnante e della proposta stessa, a un sentimento di conflittualità fra regole della famiglia e regole della collettività e della scuola.

Con i bambini sino ai 10 anni è importante parlare del fumo quasi esclusivamente come di una sostanza che inquina l'atmosfera, peggiora l'ambiente in cui viviamo rendendo meno piacevole la respirazione, il rilassamento, la qualità dell'aria che ci circonda.

È altresì indispensabile che operatori socio-sanitari competenti chiariscano a docenti e genitori le finalità dell'iniziativa e il suo inserimento nel contesto della programmazione.

È necessario stabilire anche obiettivi specifici e verificabili: i genitori fumatori dovrebbero scegliere di non fumare in presenza dei propri figli soprattutto in auto e, comunque, in ambienti chiusi.

Allo stesso modo i docenti fumatori dovrebbero maturare la scelta di non fumare a scuola nemmeno negli spazi esterni, in presenza dei bambini.

Adottare questi comportamenti è il modo più semplice ed efficace per fare educazione alla salute proteggendo l'infanzia dalla esposizione al fumo passivo: non dimentichiamo, infatti, che un bimbo che cresce con genitori che fumano in ogni situazione ludica e docenti che fumano durante le pause dalla attività scolastica, interiorizza immagini della sigaretta emotivamente "nutrienti", che nessuna lezione tecnica potrà contrastare con altrettanta forza fantastica.

Anche se il gesto di fumare venisse associato dal bambino a scatti di ira, nervosismo depressione o a problemi di salute, l'impatto emotivo non si emanciperebbe dalla propria ambiguità e il naturale riconoscimento della sigaretta come modalità per far fronte a situazioni difficili resterebbe comunque impresso nella psiche infantile.

La maggioranza degli adolescenti e adulti fumatori ha avuto genitori fumatori.

Non sottovalutiamo, pertanto, l'importanza dell'esempio, senza dimenticare che la nicotina è una sostanza psicoattiva che causa dipendenza fisica e psicologica.

Averne la consapevolezza evita di esprimere giudizi di facile condanna sui fumatori o di indicare la "forza di volontà" come unico rimedio per smettere..

Smettere di fumare non è una scelta facile da mantenere e, spesso, le migliori convinzioni si spengono contro la potenza irresistibile della possibilità di un'ultima sigaretta, di un'altra sigaretta ancora.

Riconoscere il fumo come abitudine nociva per la salute e come sostanza responsabile di dipendenza significa non sottovalutare l'importanza di non cominciare a fumare.

Obiettivi di un percorso didattico di potenziamento dei fattori protettivi della salute rispetto al fumo sono, in sintesi, i seguenti:

1. offrire ai bambini strumenti adatti alla loro età per affrontare il tema della relazione con la sigaretta a scuola e in famiglia;
2. chiarire il legame esistente fra ambiente non inquinato e benessere individuale e evidenziare come il fumo contribuisca fortemente a deteriorare la qualità dell'aria che respiriamo;
3. ottenere che genitori e docenti si astengano dal fumo in presenza dei bambini e parlino con loro della non positività di questa abitudine;
4. utilizzare la dimensione simbolico/emotiva per far crescere in ogni bambino atteggiamenti istintivi ed affettivi di non disponibilità all'uso della sigaretta durante la prima adolescenza.

Sono obiettivi ambiziosi ma realistici che ogni docente può proporsi di ottenere nella propria attività didattica in collaborazione con colleghi e genitori.

Educare a comportamenti corretti

Lorenzo Campioni

Emanuele Kant, in una sua raccolta di pensieri sull'educazione intitolata *La pedagogia*,¹ ci conferma la difficoltà dell'educare. Afferma infatti "Due sono le scoperte che si possono considerare le più difficili per l'uomo: l'arte di educare e quella di governare e però si disputa sempre su queste idee" e ancora "[...] l'educazione è il più grande e difficile problema che ci possa essere posto".

Educare, per Kant, significa, oltre a fare appello ai valori, creare le condizioni:

- per "insegnare ai fanciulli a pensare", sostenendone l'attenzione con una didattica adatta all'età, ad esempio con un 'insegnamento animato' per i più piccoli;
- per formare il loro carattere, educando alla libertà, lasciando che "[...] il bambino, faccia sempre da sé [...]".

Ma entrando nel vivo del nostro tema sulla didattica dell'educazione alla salute e al benessere:

- credo che si debba avere una attenzione alla metodologia e in particolare alle strategie di organizzazione del sapere, privilegiando l'uso di strumenti di ricerca, fin dalla più tenera età, più che la trasmissione di saperi o di divieti. Adottare il metodo della ricerca e organizzare contesti facilitanti i procedimenti euristici facilita la mobilitazione di tutte le risorse della persona (fantasia, intuizione, creatività, senso critico, osservazione, connessioni, previsioni...) e fa sentire ogni bambino o ragazzo parte attiva nel rinnovamento culturale, come si percepisce dalle esperienze riportate;
- ma nello stesso tempo ritengo che si possa procedere anche con una accentuazione sui contenuti, con uno sbilanciamento/adeguamento sui comportamenti e sui fattori che li circostanziano e li spiegano.

L'educazione alla salute è complessa non solo per la molteplicità degli aspetti di cui è composta (area alimentare, ambientale, sociale, sanitaria...) ma anche perché affronta problemi non solo di nuove conoscenze ma di atteggiamenti e comportamenti. Si tratta di accendere, di creare collegamenti, di fare scattare identificazioni, transfer, rafforzamenti, mutamenti nei rapporti con il contesto familiare, scolastico, sociale.

L'educazione alla salute, di cui la prevenzione al fumo fa parte, ha bisogno:

- di mutamento individuale e collettivo;

¹ E. Kant, *La pedagogia*, Firenze, La Nuova Italia, Firenze, 1946.

- di forti interventi o investimenti continuativi su target particolari (penso a bambini, ragazzi, genitori, personale della scuola, operatori dell'informazione...) ma soprattutto di rafforzamenti, grazie a strumenti condivisi e partecipati di programmazione scolastica e territoriale (piani dell'offerta formativa, piani per la salute, piani di zona, piani di attività territoriale...);
- di interventi che possano avere un valore esemplare e una forte valenza preventiva e qui potrei fare riferimento a numerose iniziative che andrebbero meglio documentate e fatte conoscere a livello locale e regionale, ma non solo. Il merito di questa pubblicazione è avere avviato una prima raccolta di esperienze locali e valorizzato il lavoro di alto contenuto educativo, anche se spesso sconosciuto, circa la prevenzione al fumo, iniziando dalla più tenera età e coinvolgendo le famiglie e la comunità.

Oggi incidere sui comportamenti dei bambini e degli adolescenti è doppiamente difficile pensando alle molte agenzie (famiglia, scuola, mass-media, gruppo dei pari, associazionismo...) a cui il bambino e l'adolescente fanno riferimento. Solo con politiche integrate è possibile aggredire tematiche così complesse e che si sostanziano in comportamenti.

Un tentativo possibile di educazione al benessere per le nuove generazioni potrebbe seguire, tenendo presenti le stimolazioni delle esperienze riportate, tre piste di lavoro:

1. presentare un progetto educativo coerente, credibile, condiviso prima al proprio interno e poi con le famiglie e la comunità locale. Un progetto che tenga presenti apprendimenti e comportamenti e che predisponga condizioni favorevoli e virtuose di vario tipo;
2. avere un dialogo continuo con le famiglie. La scuola può essere centro di diffusione di cultura per i genitori, come lo dimostra l'esperienza dei nidi d'infanzia e delle scuole dell'infanzia; può essere di supporto al ruolo genitoriale nel difficile compito di educazione dei figli. Consideriamo la partecipazione del genitore al progetto educativo un importante indicatore di qualità dell'offerta educativa. Purtroppo più l'età dei bambini e dei ragazzi si innalza, si abbassa, sempre più, la partecipazione dei genitori alla vita della comunità educativa! (Credo che le cause non vadano ricercate solo in un'unica direzione). Più il contesto familiare e la scuola sono in sintonia, il paziente lavoro di fare crescere i bambini e ragazzi, in un'ottica di benessere, ha speranze fondate di ottenere successo;
3. intrattenere rapporti interistituzionali tra la scuola (con il suo progetto educativo, piatto forte del POF) e i servizi sociali, sanitari, culturali...e le altre opportunità (vedi terzo settore) del territorio per le necessarie e molteplici collaborazioni di arricchimento e di sostegno all'attuazione del progetto educativo. Le politiche per le nuove generazioni sono e debbono essere politiche integrate per incidere sulla loro e nostra vita.

Ma per il nostro tema, è importante ricordare anche le due grandi regole di vita sociale, comuni al pensiero di molte esperienze educative innovative (Dewey, Makarenko, Freinet...) e diventate valori, che hanno esercitato e continuano ad avere un ruolo importante nell'educazione al vivere democratico:

- il rispetto di sé (tra cui il rispetto tra i generi) e dell'altro,
- il rispetto delle "cose" della comunità.

Quando ho avuto l'avventura di leggere le bozze della presente pubblicazione e immaginarmi tutto il lavoro creativo e organizzativo ad essa collegato mi è venuto sponta-

neo pensare come tra area educativo-scolastica, sanitaria e sociale vi potranno essere contiguità, incroci, trasversalità, progetti condivisi se vi è uno sforzo comune di documentazione, elaborazione e confronto a livello locale e regionale per impostare politiche e indirizzi attuativi per una corretta educazione alla salute.

Più la sanità si sposta nell'area della prevenzione e del benessere più sono possibili, con l'educativo-scolastico e il sociale, collaborazioni e sinergie non occasionali e quindi più efficaci.

Più le politiche sanitarie sono finalizzate quasi esclusivamente a patologie conclamate più i punti di contatto tra l'area educativo-scolastica e sanitaria rischiano la marginalità. Ci si precluderà, così, la strada a interventi di grande respiro e anche di risparmio economico a lungo andare. Infatti la riparazione e la rieducazione sono attività costose, sovente di incerto successo e che non hanno risparmiato e non risparmiano conflitti, drammi, dolori, quindi costi personali e collettivi altissimi. Siamo per ribadire e sostenere il vecchio adagio: "E' meglio prevenire che curare o rieducare!".

I materiali presentati ripercorrono le tappe più significative di esperienze, con bambini piccoli, che non vogliono essere solo ludiche o didattiche. Prodotti che ci provocano dissonanza cognitiva, che ci spinge e ci stimola verso pensieri e prassi nuove: un messaggio forte dai più piccoli agli adulti a praticare comportamenti più coerenti per il benessere di tutti.

Mi piace chiudere ricordando quanto affermava un altro grande educatore, Makarenko, nell'opuscolo intitolato *Consigli ai genitori*:² "La vostra condotta è la cosa più decisiva. Non crediate di educare il bambino soltanto quando conversate con lui o lo istruite o gli date un ordine. Voi lo educate in ogni momento della vostra vita, anche quando non siete a casa. [...] La vera essenza del lavoro di educazione [...] non risiede affatto nei discorsi che voi fate a tu per tu con il bambino, né nella vostra influenza diretta sul bambino, ma nell'organizzazione della vostra famiglia, della vostra vita personale e sociale, nel vostro esempio e nell'organizzazione della vita del bambino. Il lavoro educativo è innanzi tutto il lavoro di un organizzatore. Perciò in quest'opera non vi sono cose secondarie".

² A.S. Makarenko, *Consigli ai genitori*, Roma, a cura di Italia Urss - Noi donne, 1950.

Capitolo quinto

I Progetti Pilota della Regione Emilia-Romagna per la difesa dell'infanzia dall'esposizione al fumo passivo

Claudia Monti

Caratteri generali delle sperimentazioni del Progetto Regionale Tabagismo

Il Progetto regionale tabagismo dell'Emilia-Romagna ha inserito nei programmi numerosi interventi per la difesa dell'infanzia dall'esposizione al fumo passivo.

Un corso di formazione, un aggiornamento scientifico, può essere sufficiente agli operatori sanitari e socio/educativi (ostetriche, ginecologi, pediatri, medici di medicina generale, assistenti sanitari), affinché si astengano dall'abitudine al fumo in attesa o in presenza di bambini. Lo stesso intervento non basta a cambiare i comportamenti individuali e mettere in atto processi formativi e comunicativi finalizzati ad ottenere tali risultati.

In questo contesto un contributo teorico/pratico fondamentale è stato conseguito attraverso l'attuazione di tre progetti regionali:

- Infanzia a colori,
- Baby no Smoke,
- Difendi il tuo bambino dal fumo.

Infanzia a colori è rivolto ai bambini dai 4 ai 9 anni.

I suoi punti di forza e di innovazione sono i seguenti:

1. attenzione all'intelligenza emotiva del bambino manifestata attraverso azioni volte ad incrementare la dimensione fantastica e dell'immaginario;
2. sviluppo di un'azione congiunta fra scuola, agenzie sanitarie e istituzioni del territorio;
3. coinvolgimento dei genitori inseriti in un percorso di formazione parallelo rispetto a quello dei bambini.

Nell'anno scolastico 2002/2003 un gruppo pilota di Istituti Comprensivi ha sperimentato l'introduzione nel POF di un percorso rivolto alla prevenzione dell'abitudine al fumo nell'infanzia. Si è utilizzato parte del materiale selezionato dal concorso regionale "Una favola a colori".

Nel periodo 2003/2005 i programmi validati dalla sperimentazione sono divenuti oggetto di un ulteriore periodo di approfondimento, controllo e verifica in collaborazione con le Aziende Sanitarie Locali e i Centri di Educazione Ambientale della Regione Emilia-Romagna

Il 2006 è stato impiegato per la predisposizione delle proposte didattiche contenute in questo volume.

Con “*Infanzia a colori*” si verifica la capacità degli allievi di elaborare simbologia e immaginario idonei a costruire comportamenti (anche istintivi ed emozionali) di scelta del non fumo.

Baby no Smoke e Difendi il tuo bambino dal fumo costituiscono il risultato di una sperimentazione pilota coordinata dalla Lega contro i Tumori di Reggio Emilia. Il progetto ha consentito la formazione di tutte le allieve ostetriche delle Scuole di Ostetricia dell’Emilia-Romagna.

Baby no Smoke, attivato nel 2001, ha messo a punto gli interventi dell’ostetrica per la promozione della sospensione dell’abitudine al fumo in gravidanza delle future mamme fumatrici e dei loro famigliari.

Non si è ancora riflettuto abbastanza sull’impatto che la nascita di un bambino può avere sulle abitudini della madre e di chi le sta attorno; c’è stata una sottovalutazione della capacità rivoluzionaria che la forza di generazione ha sulla psiche della donna.

La necessità e il desiderio di accogliere una nuova vita nel proprio mondo di pensieri, sentimenti ed azioni, inducono la donna a ripensare il rapporto intimo con l’esistenza. Saper cogliere in modo proficuo questa tensione al cambiamento (per esempio prospettare la possibilità di sciogliere il legame con la sigaretta) è una opportunità che ginecologo, ostetrica e medico di famiglia non possono non cogliere.

La sfida è quella di preparare un nido il più accogliente e ospitale possibile, un nido in cui rifiutare atteggiamenti negativi per la salute fisica/psicologica, valorizzando l’intimità e profondità di un legame che la gravidanza inaugura fra genitori e nascituro. In questo processo di cambiamento ed attesa è facile, infatti, ottenere il coinvolgimento del futuro padre, che tende a colmare il vuoto della sua genitorialità diretta (con coinvolgimento del corpo in tutte le fasi del processo di gestazione), attraverso una grande disponibilità alla partecipazione fisica e di modificazione di comportamenti, alle scelte della compagna.

L’ostetrica, resa consapevole di questo suo ruolo attraverso un adeguato percorso di formazione, porta avanti la sua relazione con la coppia in attesa di un figlio con le modalità seguenti: dopo la rilevazione delle abitudini al fumo dei genitori (il 12% delle donne e il 28% degli uomini continuano a fumare durante una gravidanza) si realizza un incontro informativo rivolto a tutti, indipendentemente dalle abitudini individuali rispetto alle sigarette.

Coppie di non fumatori hanno spesso atteggiamenti molto permissivi riguardo alla possibilità di lasciar fumare all’interno della loro abitazione amici o parenti fumatori, di accettare l’esposizione al fumo passivo sul luogo di lavoro per accontentare chi, in compagnia, non sa separarsi dalle sigarette.

L’incontro informativo termina con la proposta ai futuri genitori fumatori di partecipare ad un programma di interventi individuali e/o a piccoli gruppo di counselling per la disassuefazione. L’ostetrica offre un supporto specialistico per la facilitazione dell’abbandono delle sigarette.

A Reggio Emilia, il programma dal 2001 ad oggi, ha portato ad una sostanziale riduzione dell’abitudine al fumo delle coppie in attesa di un figlio: le donne che restano fumatrici durante la gravidanza sono passate dal 12% al 4% con uno scoglio molto forte rappresentato dalle forte fumatrici; i padri fumatori sono scesi dal 28% al 22%.

Chi partecipa al programma è seguito per tutta la gravidanza; nel corso di preparazione al parto si rinforza la consapevolezza dei danni che l’esposizione al fumo passivo arreca durante i primi anni di vita.

Chi è adeguatamente informato e sensibilizzato, accetta di astenersi dal fumo in gravidanza, ma soltanto pochi di questi si allontanano definitivamente dalle sigarette. Dopo l'allattamento, le neo mamme e i neo papà riprendano con relativa tranquillità la loro vecchia abitudine.

Per tale motivo, l'ostetrica rinforza i messaggi dati nel corso di preparazione al parto anche durante il puerperio; successivamente, le famiglie sono seguite dal loro Pediatra di riferimento.

Difendi il tuo bambino dal fumo.

La sperimentazione pilota di Reggio Emilia vede tutti i pediatri di famiglia coinvolti in una fondamentale azione di educazione e sostegno alla Prevenzione. Il Pediatra consegna alle famiglie dei nuovi nati un opuscolo di indicazioni utili per un corretto comportamento riguardo alla difesa del bambino dall'esposizione al fumo passivo. Si invitano i genitori a non fumare mai davanti ai bambini.

L'abitazione dovrebbe essere sprovvista di portacenere e, anche in presenza di ospiti, l'abitudine di fumare consentita solo su terrazzi e balconi e, comunque, in spazi aperti.

Si informano i genitori dei danni che l'esposizione al fumo passivo crea in gravidanza e nella prima infanzia: aumentato rischio di aborti, distacco della placenta, neonati sottopeso, morte improvvisa del lattante, aggravamento delle crisi di asma, otiti croniche, cefalee, bronchiti, laringiti, sindrome del lunedì.

Si ricorda altresì che la maggior parte dei fumatori ha genitori fumatori e che, pertanto, occorre segnalare che il bambino vive comunque come positivo il rapporto che il proprio genitore ha, con le sigarette.

Si invitano i genitori a scegliere Scuole dell'infanzia e Istituti comprensivi in cui si operi in contesti di scuole senza fumo e si danno alcune indicazioni per affrontare in modo adeguato il tema del fumo con i bambini.

Tutte le famiglie di nuovi nati in cui almeno uno dei genitori sia stato fumatore durante la gravidanza riceve, inoltre, un opuscolo informativo specifico, consigli per il rinforzo motivazionale ed un supporto alla disassuefazione al fumo nel caso in cui il genitore sia intenzionato a smettere.

I genitori sono seguiti dal pediatra di famiglia per un periodo di tre anni.

Strategie comunicative nei progetti dell'Emilia Romagna

I tre progetti sopradescritti sono accomunati da alcuni principi:

- favorire occasioni di approfondimento metodologico e tematico sulle modalità di affrontare il tema della esposizione al fumo passivo nella prima infanzia;
- offrire agli operatori sanitari strumenti per una adeguata sensibilizzazione di bambini, genitori, docenti e preadolescenti;
- mettere al centro dell'intervento la difesa dei più piccoli all'esposizione del fumo passivo;
- favorire interventi che operino una modificazione della percezione del fumo di sigaretta all'interno della comunità;
- favorire la percezione del problema del fumo come dipendenza, enfatizzando le responsabilità dell'adulto educatore;

- agire in sintonia fra docenti, genitori, bambini e operatori sanitari per acquisire una percezione condivisa dell'importanza di crescere, lavorare e vivere in ambienti liberi dal fumo e sviluppare modalità di comunicazione creative ed efficaci purché adeguate al contesto.

La strategia comunicativa si fonda su alcuni punti fondamentali:

- gli attori coinvolti (docenti, genitori, pediatri, medici di medicina generale, ostetriche, altri operatori sanitari) dovrebbero arrivare a condividere la concezione del fumo di sigaretta come dipendenza patologica: alla fine del percorso in sintesi è necessario che sia chiaro a tutti l'azione di condizionamento della nicotina sui meccanismi di gratificazione/ricompensa del sistema limbico attraverso il controllo della liberazione di taluni neurotrasmettitori.

La consapevolezza dell'esistenza di tale meccanismo (che non è noto alla maggior parte dei docenti e dei genitori e forse sfugge nella sua peculiarità anche a qualche operatore sanitario) è utile a interrompere i sensi di colpa dei fumatori, a chiarire che quasi mai è possibile smettere di fumare solo con la volontà e a definire l'approccio terapeutico adeguato: i pediatri, le ostetriche, i medici di famiglia, hanno a disposizione l'avviso breve e il rinforzo, tecniche specifiche del colloquio motivazionale (la modalità più adatta per gestire una relazione di aiuto nei processi di cambiamento).

È indispensabile chiarire alcuni obiettivi di base di educazione sanitaria semplici e specifici:

- Per esempio: “non fumi davanti al tuo bambino”: questo gli può cagionare problemi alla salute fisica e ambivalenza psicologica legata all'interiorizzazione di un modello genitoriale di fumatore percepito affettivamente come positivo e cognitivamente come ambivalente è un messaggio che dovrebbe essere ripetuto spesso, con diverse modalità.
- Messaggi (avviso motivazionale, lettera, opuscoli) agiscono specificamente su un singolo tratto del percorso sanitario ed educativo.

Durante la gravidanza sono efficaci sia le informazioni legate agli effetti nocivi del fumo di sigaretta sul nascituro, che messaggi metaforici sulla relazione fra immaginario individuale del bambino e paesaggi familiari inquinati dal fumo. Durante l'allattamento è importante insistere sulla trasmissione di sostanze tossiche dalla madre al neonato e sulla opportunità di completare un processo di cambiamento accogliendo un figlio nel modo più opportuno. Durante i primi anni di vita del bambino è utile trasmettere semplici accorgimenti (non fumare in casa, non fumare in auto) e insistere sull'esempio che ogni genitore rappresenta per il proprio bambino.

Di rado i fumatori sono orgogliosi della loro abitudine; è pertanto importante attirare la loro attenzione sull'influenza che possono esercitare nonostante le attenzioni.

È utile anche insistere sull'interazione che le diverse modalità di comunicazione hanno nei processi educativi: il comportamento e la qualità della relazione sono infatti molto più significativi di frasi ripetute spesso anche in tono convinto. (Fumare in presenza di un paziente, di un figlio o di un allievo indebolisce moltissimo la forza dei consigli).

Garantire congruenza fra canali non verbali e verbali è condividere con il bambino le difficoltà dello smettere, la consapevolezza di una ambiguità di atteggiamento, il desiderio di proteggerlo da una abitudine percepita come nociva per la propria salute.

I determinanti della Salute

Sandra Bosi

Fattori che intervengono nella determinazione dello stato di salute

Il riferimento al recentissimo dibattito sulla definizione della salute in rapporto ai suoi principali determinanti ed ai principali fattori riconosciuti o riconoscibili come protettivi, è indispensabile per fondare teoricamente un intervento educativo per l'infanzia.

Studi epidemiologici hanno reso noto che i maggiori fattori di morbilità (cioè di probabilità di contrarre una determinata malattia) e di mortalità (cioè di morire prematuramente rispetto alle aspettative di vita media rispetto ad una determinata malattia) sono sostanzialmente riconducibili alle seguenti cause:

1. Gradiente sociale (grado di povertà del nucleo familiare di appartenenza).
2. Stress.
3. Inizi della vita (qualità dell'educazione e della relazione affettiva disponibile nella prima infanzia).
4. Inclusione/esclusione sociale (possibilità di accesso ai servizi, alle opportunità formative e culturali, allo studio, alle strutture ricreative e per il tempo libero).
5. Lavoro/disoccupazione.
6. Rete di sostegno sociale.
7. Dipendenze.
8. Abitudini alimentari.
9. Attività fisica.

Povertà, stress elevato, ambiente con risorse relazionali e affettive carenti nella prima infanzia, isolamento sociale, vissuto familiare di precarietà rispetto al lavoro, mancanza di una rete adeguata di sostegno sociale, ricorso a droghe o appartenenza a situazioni familiari che costringano a convivere con situazioni di dipendenza (dovute ad alcol, fumo o ad altre sostanze psicoattive), dieta squilibrata e attività fisica inadeguata, sono i fattori che contribuiscono a determinare una prognosi di salute negativa: l'individuo ha più probabilità di ammalarsi e una aspettativa di vita media inferiore a chi non si trovi in queste condizioni.

Esistono relazioni importanti fra i determinanti della salute e gli interventi di promozione alla salute rivolti alla infanzia. Nel paragrafo successivo ci occuperemo dei determinanti che in modo diretto o indiretto sono trattati nei percorsi didattici di *“Infanzia a colori”*.

Relazioni fra determinanti della salute e fattori di rischio nell'infanzia e nella fanciullezza

1. *Gradiente sociale*: “chi si trova negli strati inferiori della piramide sociale è soggetto ad un rischio almeno doppio di essere colpito da malattie e morte prematura rispetto a chi si trova vicino al vertice”.

Il fumo di sigaretta è più diffuso negli strati socialmente deboli della popolazione. In queste stesse famiglie è meno presente la messa in atto di accorgimenti per non fumare davanti ai bambini o in auto e l'astensione dal fumo in gravidanza.

La scuola è spesso l'unico contesto in cui è possibile iniziare un percorso educativo che includa almeno in parte anche i genitori e che stimoli i bambini verso percorsi di scelta consapevole.

2. *Stress*: se una certa soglia di stress è da considerarsi energia vitale necessaria, è tuttavia riscontrato che le tappe di cambiamento in cui ogni individuo è fisiologicamente più soggetto a stress, sono nocive per chi si trova in condizioni di fragilità biologica, familiare o sociale.

Fra le tappe dell'esistenza più soggette a stress si riconoscono nella normalità:

- i cambiamenti e gli adattamenti che la prima infanzia impone,
- i passaggi fra una scuola e l'altra,
- l'ingresso, il cambiamento e l'uscita nel mondo del lavoro,
- il distacco dalla famiglia d'origine,
- il distacco affettivo (da lutto, abbandono o separazione).

Le condizioni di stress (preoccupazione, ansia, incapacità di reazione) sono dannose per la salute e possono portare a morte prematura.

I rischi psicosociali legati allo stress si esprimono con maggior frequenza nei soggetti deboli. Lo stress è particolarmente presente nei bambini che vivono situazioni familiari svantaggiate e si manifesta con:

- frequenti attacchi di ansia,
- insicurezza,
- bassa autostima,
- isolamento sociale,
- mancanza di controllo sulle proprie attività (di studio, ricreazionali, relazionali),
- calo delle difese immunitarie.

Per quale ragioni i fattori psicosociali influenzano la salute fisica? Nelle situazioni di emergenza gli ormoni e il sistema nervoso si preparano ad affrontare una imminente minaccia fisica attivando il meccanismo di risposta “combatti o fuggi”: l'attivazione di risposte allo stress toglie energia e risorse ai numerosi processi fisiologici utili al mantenimento della salute. Ciò interferisce sia sul sistema cardiovascolare che su quello immunitario.

Essere sottoposti a stress per lungo tempo incrementa la vulnerabilità nei confronti di molte infezioni, del diabete, dell'ipertensione, delle patologie cardiovascolari, dell'ictus, dei disturbi umorali depressivi e aggressivi.

Per quanto riguarda il fumo di sigaretta è risaputo che lo stress è un fattore di rischio e un fattore di mantenimento.

L'esposizione di un bambino al fumo passivo è molto più frequente in situazioni familiari sottoposte a gradi di stress elevato.

3. *Gli inizi della vita*: esperienze precoci negative e rallentamento della crescita influenzano lo stato di salute comportando una riduzione del desiderio di imparare, demotivazione, comportamenti problematici, rischio di marginalizzazione.

È importante garantire ai bambini in stato di “carenza affettiva e relazionale” in ambiente domestico, l’apprendimento di abitudini quotidiane associate alla salute, come un comportamento alimentare vario ed equilibrato, l’attività fisica, il significato di non fumare.

I rischi corsi dai bambini nel corso dello sviluppo sono, infatti, significativamente maggiori per chi si trova in condizioni socioeconomiche critiche e possono essere ridotti in modo indiretto mediante il miglioramento della prevenzione prima, durante e dopo la gravidanza e in modo diretto nei primi anni dell’inserimento scolastico.

4. *L’esclusione sociale*: essere esclusi dalla vita sociale ed essere trattati come inferiori è causa di peggior salute e di maggior rischio di morte prematura.

L’esclusione sociale è anche l’esito di razzismo, discriminazione, stigmatizzazione, ostilità, disoccupazione.

La povertà e l’esclusione sociale aumentano il rischio di divorzio e separazioni, di disabilità, malattia, dipendenza e isolamento.

Oggi, purtroppo, la diffusione della sigaretta, considerata insieme all’alcol “droga dei poveri”, è associata all’esclusione sociale.

5. *Sostegno sociale*: amicizia, buone relazioni e forti reti di sostegno migliorano la salute in casa, al lavoro e nella comunità.

Il sostegno sociale contribuisce a fornire alle persone le risorse di cui hanno bisogno. L’appartenenza a una rete di comunicazione e di obblighi reciproci fa sì che ci si senta considerati, amati, stimati e apprezzati.

La metodologia valorizzata nei nostri interventi di prevenzione è fondata sulla inclusione e non discriminazione, affinché ognuno si senta parte attiva di un processo di rinnovamento.

6. *Le dipendenze*: il contesto sociale è influenzato dall’uso individuale di sostanze psicoattive. Il consumo di droghe è una reazione al disagio sociale e, allo stesso tempo, un importante fattore che aggrava le conseguenti disparità sul piano della salute.

Per esempio: ci sono persone che ricorrono all’alcol per anestetizzare le sofferenze di una condizione sociale ed economica difficile e, a sua volta, la dipendenza da alcol conduce a una mobilità sociale verso il basso.

Lo stesso vale per la sigaretta. Il disagio sociale è associato a elevati tassi di tabagismo e scarissimi successi nella disassuefazione.

Il fumo è una delle maggiori voci di spesa nel bilancio dei ceti poveri ed è una fra le cause fondamentali di malattia e morte precoce. La nicotina non offre nè un reale sollievo dallo stress, nè un miglioramento dell’umore.

Il consumo di alcol, tabacco e altre droghe è incoraggiato da grandi multinazionali e dal crimine organizzato con un marketing e attività promozionale aggressive.

7. *Abitudini alimentari*: una buona dieta e un adeguato apporto alimentare sono essenziali per promuovere la salute e il benessere. La scarsità e la mancanza di varietà del cibo causano malattie da malnutrizione e da carenze. L’alimentazione eccessiva contri-

buisce all'insorgenza di malattie cardiovascolari, diabete, cancro, malattie degenerative dell'occhio, obesità, carie dentali.

Le condizioni sociali ed economiche determinano, nella qualità della dieta, un gradiente sociale che contribuisce alle disuguaglianze nel campo della salute. A questo riguardo, la disparità maggiore tra le classi sociali riguarda l'origine degli alimenti. In molti paesi, i ceti poveri tendono a sostituire gli alimenti freschi con quelli lavorati, meno cari. Cibi a elevato contenuto di grassi sono frequenti nella dieta di tutti i gruppi sociali. Le persone a basso reddito, come le giovani coppie, gli anziani e i disoccupati trovano più difficoltà a nutrirsi bene.

Gli obiettivi dietetici per la prevenzione delle malattie croniche sono i seguenti:

- Aumento del consumo di frutta e verdura
- Aumento del consumo dei legumi
- Aumento del consumo degli amidacei poco lavorati
- Diminuzione del consumo di grassi animali
- Diminuzione del consumo di zuccheri raffinati
- Diminuzione del consumo di sale

Per quanto riguarda il fumo non si dimentichi l'abitudine molto diffusa fra i giovanissimi e le donne di usare la sigaretta come anoressizzante: si fuma per mangiare meno, comportamento favorito da un certo filone di pubblicità occulta.

8. *Attività fisica*: camminare, andare in bicicletta e usare mezzi pubblici promuovono la salute perché:

- facilitano il moto necessario al mantenimento dell'armonia fra le funzioni dell'organismo e ad un adeguato consumo di calorie;
- diminuiscono gli incidenti stradali;
- aumentano i contatti sociali;
- riducono l'inquinamento dell'aria.

Il regolare esercizio fisico protegge dalle malattie cardiache e riduce l'insorgenza del diabete.

Conclusioni

Attraverso una sintetica analisi tecnica del ruolo dei determinanti per la salute risulta evidente come sia essenziale impostare un percorso di promozione alla salute già dall'infanzia.

Questo rende plausibile accompagnare e sostenere anche un percorso parallelo di acquisizione di comportamenti virtuosi da parte di un nucleo familiare o di un gruppo.

Un sostegno teorico alle nostre tesi si può ricavare dal modello della motivazione al cambiamento introdotto da Prochaska.

L'autore ha formulato una suddivisione di stadi mentali rispetto alla disponibilità a prendere in considerazione un'ipotesi di cambiamento.

Il primo stadio (al di fuori del ciclo di cambiamento) è la *Precontemplazione* (credo di non dover o non poter cambiare). L'individuo precontemplativo non è in grado di confrontarsi con ipotesi di modifiche dei propri atteggiamenti.

Il secondo stadio è la *Contemplazione* (penso che un cambiamento potrebbe essere opportuno, ma avrei bisogno di un aiuto e ho paura del fallimento). L'individuo con-

templativo si confronta con ipotesi di modifiche dei propri atteggiamenti, ma raramente è in grado di prendere decisioni in proposito se non accompagnato e sostenuto.

Il terzo stadio è la *Determinazione* (sono persuaso di voler cambiare e cerco un aiuto per farlo). L'individuo determinato si è confrontato con ipotesi di modifiche dei propri atteggiamenti, ha preso una decisione in proposito e si è procurato supporti specifici rispetto alle proprie esigenze.

Il quarto stadio è l'*Azione* (sto cambiando). L'individuo in azione ha bisogno di essere osservato e di ricevere rinforzi positivi rispetto ai cambiamenti ottenuti.

Il quinto stadio è il *Mantenimento* (sono cambiato; mi fa bene ricevere rinforzi rispetto al mio cambiamento).

Il sesto stadio è la *Ricaduta* (qualcosa non ha funzionato: sarebbe opportuno avere una rete di sostegni che ristabilisca la motivazione iniziale).

Il ciclo motivazionale offre un contributo essenziale al chiarimento di alcune ambiguità di fondo rispetto agli interventi di prevenzione.

Esistono due livelli: un livello A che riguarda tutto ciò che avviene nello spazio/tempo della Precontemplazione; un livello B che riguarda chi è inserito nel percorso di cambiamento.

Gli interventi situati nel livello A dovrebbero avere come unica finalità la facilitazione dell'ingresso dei destinatari nel ciclo motivazionale;

Gli interventi situati nel livello B la capacità di fornire un supporto intelligente attraverso azioni specifiche e differenziate.

Chi propone una riflessione sulla relazione fra la salute e i suoi determinanti, fattori predittivi e fattori di rischio (attraverso un tema generale o particolare) dovrebbe favorire la costituzione di un contesto operativo in cui accogliere "lo stato dinamico" della Precontemplazione attraverso:

- la diffusione di strumenti informativi;
- occasioni di scambio sul tema;
- richiesta di pareri a persone precontemplative sull'oggetto dell'intervento.

Il livello B dovrebbe articolare la proposta educativa sulla base dello stato motivazionale degli interlocutori, prevedendo modalità di partecipazione differenziata, forme di sostegno e gratificazione, strumenti per il monitoraggio, la verifica e il commento dei risultati ottenuti.

Il significato di “Infanzia a colori”

Sandra Bosi

Introduzione

Soltanto attraverso un’infanzia a colori si può approdare ad una adolescenza libera dal fumo.

Di cosa è fatta una infanzia a colori?

Immaginiamola insieme. Fermiamoci per qualche istante a pensare. Restiamo fermi, in silenziosa attesa.

Probabilmente le visioni di infanzie a colori stanno già affollando le nostre menti. Incontriamo spazi aperti, volti sorridenti, sensazioni di libertà, emozioni, vicinanze, pienezze. Incontriamo bambini circondati da affetto, da luoghi puliti e da genitori ancora giovani, attenti e curiosi.

Indugiamo con tranquilla insistenza.

Non troveremo traccia di fumo nelle nostre evocazioni: i bambini di questa infanzia sanno che respirare e sorridere sono viatici di libertà; sono bambini che non avranno bisogno di resistere alla seduzione delle sigarette negli anni dell’adolescenza; bambini per cui la scelta si rivelerà facile, naturale.

Crescere attraverso un’infanzia che gli adulti riempiono di colori significa crescere nella leggerezza, nella pienezza della partecipazione ai ritmi della natura.

Troppo spesso usiamo connotare l’espressione “salute” di valenze tecniche e medicalizzate.

In realtà la salute, come sta già risultando evidente, è prima di tutto l’espressione della pienezza del vivere, la manifestazione di armonie polifoniche, della consapevolezza profonda della partecipazione della persona ai ritmi dell’ambiente a cui sa di appartenere.

Stare bene significa sentirsi accolti dai luoghi che abitiamo, sentirsene parte e averne cura, sentirsene responsabili e trarne conforto.

Stare bene è guardare con familiarità un bosco e un cortile, un’aula e un quartiere di città, respirarne il linguaggio e i sapori.

Educare ad una concezione di salute che abbia queste caratteristiche significa non accontentarsi della superficie, cercare il contatto fra luogo e persona e abituare i sensi a cogliere la meraviglia del mondo.

Un bambino intuisce con facilità questi sguardi verso il mondo. È docile amico di ogni comportamento naturale.

Se contribuiamo ad educare una infanzia a colori, educiamo l’infanzia della Prevenzione, l’infanzia che troverà insensato affermare qualche anno più tardi la propria identità attraverso una sigaretta accesa.

Alberto e la Prevenzione

È utile cominciare il nostro cammino con un incontro virtuale che ci accompagnerà durante i diversi passaggi del testo.

Il bambino che ci sta aspettando si chiama Alberto.

È uno dei tanti allievi delle nostre scuole, uno dei nostri figli.

A lui sono rivolte tutte le attività e le riflessioni raccolte in queste pagine.

È l'interlocutore privilegiato dei nostri racconti.

Per lui abbiamo raccolto fiabe, filastrocche, poesie; costruito attività per liberare la fantasia e favorire il suo sguardo creativo sul mondo.

A lui vogliamo spiegare che c'è un solo modo per stare bene; un modo che in ogni aspetto della vita quotidiana concili il benessere personale con la buona qualità dei luoghi che abitiamo; un modo che non faccia distinzione fra salute fisica e salute psicologica, fra stili di vita e qualità dell'ambiente.

Dobbiamo aiutare Alberto a sviluppare uno sguardo ecologico verso il mondo; o meglio, dobbiamo aiutarlo a mantenere lo sguardo limpido e profondo che appartiene ad ogni bambino.

Se una sigaretta accesa suscita nel nostro immaginario l'idea di una ferita all'aria che respiriamo, la scelta di non fumare smetterà di diventare una costrizione, un segno di responsabilità e maturità, ma si costituirà come esigenza per il benessere personale.

Di questo vogliamo parlare ad Alberto: dell'importanza di capire che l'infinitamente grande e l'infinitamente piccolo appartengono alla stessa sostanza e l'aria che respiriamo è la stessa aria mutilata e impoverita dalle tante sigarette inutilmente e ripetutamente accese ogni giorno da adulti e giovani incuranti di preservare l'armonia fra il loro benessere e la salute degli spazi quotidianamente vissuti.

Per affrontare con appropriatezza questo discorso useremo diversi linguaggi: il linguaggio della scienza e dei colori, delle fiabe e dell'immaginazione, dell'esperienza quotidiana e della cronaca, dell'intelligenza del corpo e della creatività musicale. Speriamo di restituire alla educazione alla salute la sua naturale complessità, integrandola con tutti i saperi scolastici.

Andiamo, adesso, a conoscere Alberto.

Ha 7 anni. I suoi genitori fumano; una delle sue maestre fuma in cortile durante l'intervallo. Alberto è un bambino sveglio: pensa che le sigarette appartengono alle abitudini di certi adulti, che lo accompagnano nella vita. Fumare è naturale, come correre, leggere, ascoltare musica. Fumare è una delle attività a cui gli adulti dedicano parte del loro tempo libero..

Alberto è abituato a vedere intorno a sé sigarette accese; è abituato all'odore di tabacco sui vestiti della mamma, all'aria grigia impregnata di fumo dei locali che frequenta con i suoi nel tempo libero, ai posacenere pieni di mozziconi ancora ardenti delle case dei tanti simpatici amici dei suoi genitori.

I veri cambiamenti cominciano in silenzio all'improvviso, senza preavviso.

Oggi Alberto sta guardando uno dei suoi programmi televisivi preferiti, interrotto da un messaggio anonimo di pubblicità progresso: "il fumo di sigaretta nuoce a te e agli altri".

Nel video una mamma giovane come la sua, elegante e carina come la sua, accompagna a scuola in auto un bambino che potrebbe essere uno qualsiasi dei suoi amici, fumando tranquillamente, sorridente e rilassata, una bruciante sottile sigaretta.

Alberto resta incantato nel ricordo delle tante mattine in cui lui è stato protagonista della stessa scena. Non è arrabbiato. Non è triste. Non sa nemmeno di essere sconcertato.

Resta rapito dall'incanto in cui il viso della mamma, la maestra e le parole della pubblicità trattengono la sua attenzione.

Aspetta. La mamma torna a casa e la maestra lo accoglie a scuola. A loro Alberto rivolge le sue domande, semplicemente e senza esitazioni.

Le domande di Alberto.

- Cosa vuol dire per te fumare?
- Perché fumi se ti fa male?
- È vero che fumare nuoce a te e agli altri?
- Perché fumi se fa male anche a me?
- Perché mi dici che non devo buttare niente per terra se tu poi sporchi l'aria con le tue sigarette?
- Se tu continui a fumare, poi, muori?
- Perché le altre mamme non fumano?

La mamma di Alberto non si aspetta le sue domande. Difficilmente un adulto si aspetta le domande di un bambino. Difficilmente un adulto risponde senza imbarazzo.

Non siamo abituati alla diretta semplicità di chi chiede per sapere, capire, sentire, guardare.

Le pagine che seguono sono risposte possibili alle domande di Alberto. Risposte che cominciano dall'immaginario e si sviluppano lungo i sentieri dell'educazione.

A casa e in classe è importante che genitori e maestri sappiano parlare ai bambini delle emozioni e delle contraddizioni che riguardano la relazione fra adulti e sigaretta.

Purtroppo non basta dire che è un'abitudine nociva per la salute e non basta nemmeno sapere che provoca una grave dipendenza fisica e psicologica.

Non basta per smettere di fumare e non basta per parlare a un bambino, per interrompere il suo incanto preoccupato.

Le pagine che seguono segnano le tracce lievi della risposta che dalle emozioni e dalla fantasia di un adulto prenderanno per mano i sogni, le paure, la curiosità di un bambino.

Camminiamo lungo il sentiero di una infanzia a colori, come se ci trovassimo all'interno di un misterioso mosaico.

Le parole chiave sono i nostri sassi: infanzia, prevenzione, educazione, ambiente, salute, fumo di sigaretta.

Infanzia: caro Alberto, l'infanzia è uno strano giardino. Ogni parola che tu impari è un albero seminato in questo giardino; ogni esperienza un'aiuola fiorita. Un'infanzia vissuta riluce nel tripudio dei colori dei suoi frutti.

È da piccoli che ci si sceglie la vita.

Prevenzione: se non vuoi bruciarti impari a non toccare il fuoco. La prevenzione ti insegna a mantenere fiorito il tuo giardino, ti insegna ad annaffiarlo, ad averne cura. Il nostro corpo è una delle piante più preziose e delicate del giardino che abitiamo.

Avere cura del corpo è il modo più semplice e umano che abbiamo per essere felici e rendere felici chi amiamo.

Educazione: è una parola bella, preziosa, importante. È l'abbraccio più forte che possa avvenire fra te e gli adulti che ti stanno vicini. Ci sono cose che solo tu puoi fare, capire, inventare, immaginare. Noi possiamo solo aiutarti a scoprirle, darti tempo e fantasia perché tu possa portarle alla luce, rendere più facile il passaggio misterioso fra ciò che la tua interiorità riserva e nasconde e la vita rivela. In questo senso l'educazione è la più bella avventura che ti possa mai capitare.

Ambiente: i luoghi che ti sono cari. La tua casa, gli spazi in cui giochi, i paesaggi lontani su cui fantastichi guardando le illustrazioni dei libri, la scuola con i suoi odori, le voci delle maestre, i volti dei tuoi amici, il giardino, il bosco, la tua città. Tutto quello che la tua fantasia può abbracciare è l'ambiente in cui vivi.

L'ambiente non dovrebbe mai smettere di stupirti. Scoprillo giorno dopo giorno con la pienezza dei sensi: usa gli occhi per non lasciarti sfuggire i particolari, le mani per seguire i contorni delle cose, le orecchie per ascoltare fruscii, vibrazioni, lamenti, il naso per raccogliere i profumi e gli odori, le fragranze di cui l'aria è prodiga, la bocca per assaggiare e distinguere il salato dal dolce, il delicato dal piccante degli alimenti che provengono dalla natura. Se non ti stancherai mai di gustarti una corsa nel vento o il mormorio del mare, imparerai che l'Ambiente è cosa viva, palpita e soffre come ogni creatura. Imparerai a rispettarlo e a non fargli male.

Salute: è un augurio e un modo di sentire, è l'unico modo che ci rende capaci e felici di svegliarci al mattino dopo una bella dormita con la voglia di fare molte cose, di occuparci di ciò che ci piace, di mangiare, bere e volere bene agli altri senza problemi, e di andare a letto stanchi alla sera, addormentarci subito, con un sorriso sulle labbra, un piccolo dispiacere perché la giornata è già finita e la voglia che il mattino torni presto.

Fumo di sigaretta: fumo è grigio, nuvola, autunno, non sapere cosa fare, noia, stanchezza, solitudine. Fumo è città inquinata, traffico, tubo di scappamento delle auto, industrie, cemento.

Sigaretta è il tubo sottile da cui escono fumo e braci, e le braci sono rosse e ricordano fuochi di incendi quasi spenti. È un tubo sottile che si tiene fra le mani e si mescola al respiro: un vento grigio e forte che fa lacrimare gli occhi.

Parte seconda

IL PROGETTO “INFANZIA A COLORI”

Capitolo primo

“Infanzia a colori”

La finalità del progetto “*Infanzia a colori*” è di attivare percorsi educativi rivolti alla prima infanzia per favorire la scelta del non fumo.

Abbiamo ritenuto opportuno raccogliere gli strumenti e le modalità con cui il progetto è stato presentato alle scuole.

La proposta è stata articolata in queste fasi:

- consegna di una lettera informativa ai genitori insieme ad un questionario e un foglio di indicazioni utili (la lettera informativa ha lo scopo di condividere con tutti i genitori delle classi coinvolte gli obiettivi educativi del progetto e di raccogliere le adesioni al corso di formazione per i genitori).
- conversazione iniziale con i bambini dopo la presentazione di alcune proposte stimolo (oggetto della conversazione: registrazione di immagini, colori, emozioni legati al fumo).
- realizzazione del percorso didattico scelto dal docente fra quelli resi disponibili (raccolti in questa parte del volume).
- attivazione corso per genitori (il corso per i genitori ha due finalità: la prima è quella di responsabilizzare i genitori sull'importanza di difendere i bambini dall'esposizione al fumo passivo, la seconda è quella di promuovere delle forme di comunicazione consapevole e positiva fra genitori e figli rispetto all'argomento).
- somministrazione di un test finale a tutti gli allievi partecipanti e ad un gruppo di classi di controllo non partecipanti al progetto, per la valutazione della ricaduta.
- raccolta e diffusione dei lavori finali realizzati nelle classi.
- organizzazione di focus group periodici fra i docenti del gruppo di lavoro.
- somministrazione di questionari ai genitori all'inizio e alla fine del percorso.

Sintesi dei percorsi didattici di “Infanzia a colori”

I percorsi sono stati articolati a partire dai lavori premiati dal concorso “Una favola a colori” che ha consentito di raccogliere fiabe, filastrocche, programmi didattici sul tema del fumo di sigaretta.

Percorsi didattici per le scuole dell'infanzia:

1° percorso didattico

Utilizza la proposta stimolo prodotta dall'**Istituto Comprensivo di Tresigallo (Ferrara)**: è un lavoro sulle favole tradizionali. Il percorso consiste nella riscrittura delle fiabe inserendo come variante il personaggio del fumatore o la tematica del fumo. La proposta stimolo costituisce un esempio di realizzazione del percorso.

Il percorso si inserisce naturalmente nella programmazione didattica che utilizza la riscrittura della fiaba, aiuta il bambino a cogliere il punto di vista del fumatore e lo lascia libero di identificarlo con il personaggio buono o con l'eroe cattivo. Molti alunni sono circondati da adulti che fumano. È importante che ognuno esplori il mondo del fumo a partire dalla propria esperienza. L'idea che non fumare è meglio, rende più leggero il respiro e più pulito l'ambiente; deve essere un punto di arrivo e non il presupposto del lavoro didattico. Demonizzare il fumo è tanto sbagliato quanto non parlarne affatto.

Tempi di realizzazione: 15/20 ore.

2° percorso didattico

Proposte stimolo: **“Nuvole di fumo; nuvole di fiabe”, “Un compleanno speciale”**. Il percorso consiste nella invenzione collettiva di una storia legata al fumo realizzata attraverso queste fasi: lettura della proposta stimolo; conversazione e registrazione delle risposte degli allievi, invenzione collettiva della storia.

Tempi di realizzazione: 8/10 ore.

3° percorso didattico

Proposta stimolo: **“La storia di Fumettina”**. Il percorso consiste in una riproposizione della storia attraverso altri linguaggi (colore, musica, drammatizzazione). Successivamente la storia riproposta e interpretata dai bambini viene condivisa con altre classi. Per questo motivo la proposta è particolarmente adatta per percorsi di continuità.

Tempi di realizzazione: 20 ore.

4° percorso didattico

Proposta stimolo: **“Il Bosco di Aria Fresca”**. Il percorso consiste nella messa in scena della storia. La proposta dà l'opportunità di unire alla parte collettiva, una caratterizzazione individuale dei diversi personaggi.

Tempi di realizzazione: 20/30 ore.

5° percorso didattico

Proposta stimolo: **“Il paese dell'Arcobaleno”**. Il percorso consiste nell'utilizzo della proposta stimolo per sperimentare attività di educazione motoria e comunicazione non verbale (le attività sono contenute nella proposta).

Tempi di realizzazione: 20/25 ore circa.

Percorsi didattici per le prime e le seconde classi delle scuole primarie:

1° percorso didattico

Proposte stimolo: **“Sogno nel prato dei desideri” o “Fumo su Arcobalandia”**.

Il percorso consiste in una riproposizione della storia attraverso altri linguaggi (colore, musica, drammatizzazione). Successivamente la storia riproposta interpretata dai bambini viene condivisa con altre classi. Per questo motivo la proposta è particolarmente adatta per percorsi di continuità.

Tempi di realizzazione: 20 ore.

2° percorso didattico

Proposta stimolo: **“La storia di curiosino”**. Il percorso consiste nella messa in scena della storia. La proposta dà l’opportunità di unire alla parte collettiva, una caratterizzazione individuale dei diversi personaggi.

Tempi di realizzazione. 20/30 ore.

3° percorso didattico

Proposta stimolo: **“Storia di un paese che rischiò di andare in... fumo”**.

Il percorso consiste nell’utilizzo della proposta stimolo e nella sperimentazione delle attivazioni contenute nella proposta.

Tempi di realizzazione. 25 ore circa.

Percorsi didattici per le quarte e le quinte classi delle scuole primarie

I percorsi didattici per il secondo ciclo si articolano in una parte dedicata alla rielaborazione simbolico/espressiva affidata ai docenti dell’area linguistico/espressiva e ad una parte dedicata all’informazione scientifica affidata ai docenti dell’area specifica.

AREA ESPRESSIVA

1° percorso didattico

Proposta stimolo: **“La Strega Nicotina”**.

La proposta consiste nell’elaborazione di un percorso di acquisizione di comportamenti consapevoli rispetto alle proprie scelte. Nella realizzazione del percorso si richiede ai docenti di documentare le attività effettuate per la sensibilizzazione degli allievi rispetto alle tematiche affrontate dal testo (aggregazione, autostima, coraggio di difendere le proprie convinzioni, coraggio di dire no rispetto ad atteggiamenti stereotipati, capacità di mettere in discussione i modelli di riferimento degli adulti).

Durata 20 ore.

2° percorso didattico

Proposta stimolo: **“L’impero azzurro”**.

- a) Lettura e brain-storming sulla domanda: **perché nel Regno Azzurro si vive meglio che nel Regno Grigio?**
- b) Caratterizzazione delle due realtà contrapposte della fiaba con linguaggi diversi (disegno, musica, drammatizzazione ecc.).
- c) Educazione alla conciliazione mediante attività di *problem solving* che consentano agli allievi di realizzare il passaggio dalla situazione metaforica alla situazione quotidiana:

- Cosa succede quando il Regno Grigio entra nel Regno Azzurro?
- Come convivono fumatori e non fumatori?

Durata 20/25 ore.

AREA SCIENTIFICA

Proposte stimolo: **“Cenerina l’ultima sigaretta”** e **“Accordi sul fumo”**.

Attraverso questi strumenti si affronta il tema degli effetti del fumo sul corpo umano attraverso il racconto, la drammatizzazione e il gioco.

Abbiamo ritenuto utile dedicare un percorso ai docenti che intendono dare qualche informazione ai bambini senza tradire il significato culturale dell’esperienza.

Allegati per la realizzazione del percorso

1) **QUESTIONARIO PER I GENITORI** (da consegnare preliminarmente al Progetto. I risultati del questionario possono essere discussi in una assemblea introduttiva di presentazione del percorso didattico adottato).

Padre ☐ Madre ☐

Fumatore **Sì** **No** **ex fumatore**

SOLO PER FUMATORE

Quante sigarette fuma al giorno? Meno di 10 sigarette ☐
Da 10 a 20 sigarette ☐
Più di 20 sigarette ☐

A che età ha cominciato a fumare? _____

Nella sua famiglia di origine qualcuno fumava? Padre ☐
Madre ☐
Fratelli/Sorelle ☐
Altro ☐

Fuma in presenza di suo figlio? No, mai ☐
Qualche volta ☐
Sì, in casa ☐
Sì, in auto ☐
Sì, all'aperto ☐
Sì, al ristorante ☐
Sì, in casa di amici ☐
Sempre ☐

Crede di poter ridurre l'esposizione di suo figlio al fumo passivo? **Sì** **No**

PER TUTTI I GENITORI

È abitualmente esposto a fumo passivo? **Sì** **No** In casa ☐ Sul lavoro ☐

Frequenta abitualmente locali con spazi per non fumatori? **Sì** **No**

È soddisfatto all'idea che la scuola di suo figlio partecipi al progetto "Infanzia a colori"? **Sì** **No**

OSSERVAZIONI: _____

2) LETTERA AI GENITORI CHE ACCOMPAGNA IL QUESTIONARIO

Alle mamme e ai papà degli allievi della classe _____

Da quest'anno la nostra classe partecipa al Progetto **"Un'infanzia a colori"** dedicato al tema della prevenzione dell'abitudine al fumo nella prima infanzia. Si tratta di una esperienza di rilevanza nazionale in linea con le indicazioni di efficacia dei programmi di educazione alla salute.

Il progetto prevede la realizzazione di incontri di formazione per genitori e docenti e percorsi didattici in classe adatti ad affrontare il tema del fumo e dell'immaginario legato al fumo idonei alle modalità espressive e cognitive dei bambini.

Il lavoro in classe comprende l'utilizzo di fiabe, filastrocche, attività di animazione e comunicazione non verbale, attività espressive, musicali e di educazione alla corporeità.

Ognuno di questi strumenti ci aiuterà a coltivare e valorizzare gli atteggiamenti positivi dei bambini nei confronti del loro benessere.

Obiettivi principali del progetto sono:

- l'educazione dei bambini alla scelta del non fumo attraverso il linguaggio simbolico ed emozionale di esperienze didattiche mirate;
- la formazione dei genitori riguardo all'importanza di far crescere i bambini in ambienti liberi dal fumo, rendendo più forte la decisione di difenderli dai danni del fumo passivo.

Il progetto, proposto dalla Lega contro i tumori di Reggio Emilia, si svolge in collaborazione con l'Azienda Sanitaria locale e l'Istituto Oncologico Romagnolo che si occuperanno del corso per genitori ed è una delle iniziative del Progetto Regionale Tabagismo dell'Emilia-Romagna.

La partecipazione dei genitori al progetto è fondamentale per la sua efficacia. Chiediamo pertanto la vostra collaborazione all'iniziativa e vi ricordiamo che la data del primo incontro di formazione è previsto per _____.

Firma per presa visione _____

CONSIGLI PER TUTTI I GENITORI (fumatori e non)

Il fumo passivo provoca molti svantaggi; in particolar modo è nociva l'esposizione al fumo passivo nella prima infanzia. È utile pertanto ricordare quanto segue.

1. Evitate di fumare in casa, per quanto vi è possibile. Se siete fumatori, fumate in una stanza areata quando il vostro bambino è fuori e aspettate un po' di tempo prima di accoglierlo di nuovo nella stanza.
2. Non consentite ai vostri amici di fumare in casa vostra.
3. Non accendete mai sigarette in auto, nemmeno con i finestrini aperti.
4. Evitate, per quanto vi è possibile, di fumare in presenza di vostro figlio, ma parlategli della vostra abitudine per evitare che il fumo di sigaretta acquisti il fascino del proibito.
5. Ricordate che la maggior parte dei fumatori ha genitori fumatori.

3) PROPOSTA DI PROGRAMMA PER CORSO DI FORMAZIONE GENITORI (il corso può essere gestito dagli insegnanti in collaborazione con personale sanitario)

- 1) Presentazione del Percorso didattico *“Infanzia a colori”* e discussione sui vissuti personali e sociali rispetto al fumo.
- 2) Incontro informativo sugli aspetti nocivi del fumo per la salute dei bambini e sul rapporto fra fumo di sigaretta e inquinamento ambientale.
- 3) Analisi di situazioni e aspetti comunicativi della relazione genitori/figli rispetto al tema del fumo
- 4) Partecipazione alla manifestazione di fine anno scolastico

4) PROPOSTA DI PROGRAMMA PER LA FORMAZIONE DEI DOCENTI:

Primo incontro: il vissuto dei docenti rispetto al problema “fumo”: aspetti sanitari, psicologici e sociali del problema.

Gli incontri successivi prendono in considerazione gli strumenti scelti dagli insegnanti per lavorare con le loro classi e lo sviluppo successivo del lavoro.

ESPERIENZE

Riportiamo come esempio alcuni dei lavori realizzati dalle classi che hanno partecipato alla sperimentazione pilota della Regione Emilia-Romagna:

**Regione Emilia-Romagna
Progetto Regionale Tabagismo**

Infanzia a colori

I lavori dei bambini per un mondo senza fumo

a cura delle scuole del Progetto Pilota Regionale:
I.C.S. di Brisighella - Scuola elementare di Fognano
I.C.S. di Reggiolo - Scuola elementare "De Amicis"
I.C.S. N.1 di Imola - Scuola elementare "Carducci"
Scuola Elementare e Scuola Materna
Circolo didattico di Pavullo

1. La storia del Signor Fumone

Il Paese dei colori e l'arrivo del Signor Fumone

C'era una volta un paese che si chiamava "Paese dei Paesi".
Era un paese molto speciale: allegro, circondato da boschi incantati di fitti pini, dove vivevano molti animali, fiori e piante.





Gli amici del bosco e Leone Fumone

C'era una volta un bellissimo boschetto nel paese di Bolofonia che purtroppo era stato in gran parte annerito dal fumo; infatti in quel luogo viveva un leone chiamato Fumone perché quando ruggiva sputava una gran quantità di fumo nero e tossico.







2. Esempi di attività integrative sviluppate all'interno del progetto pilota

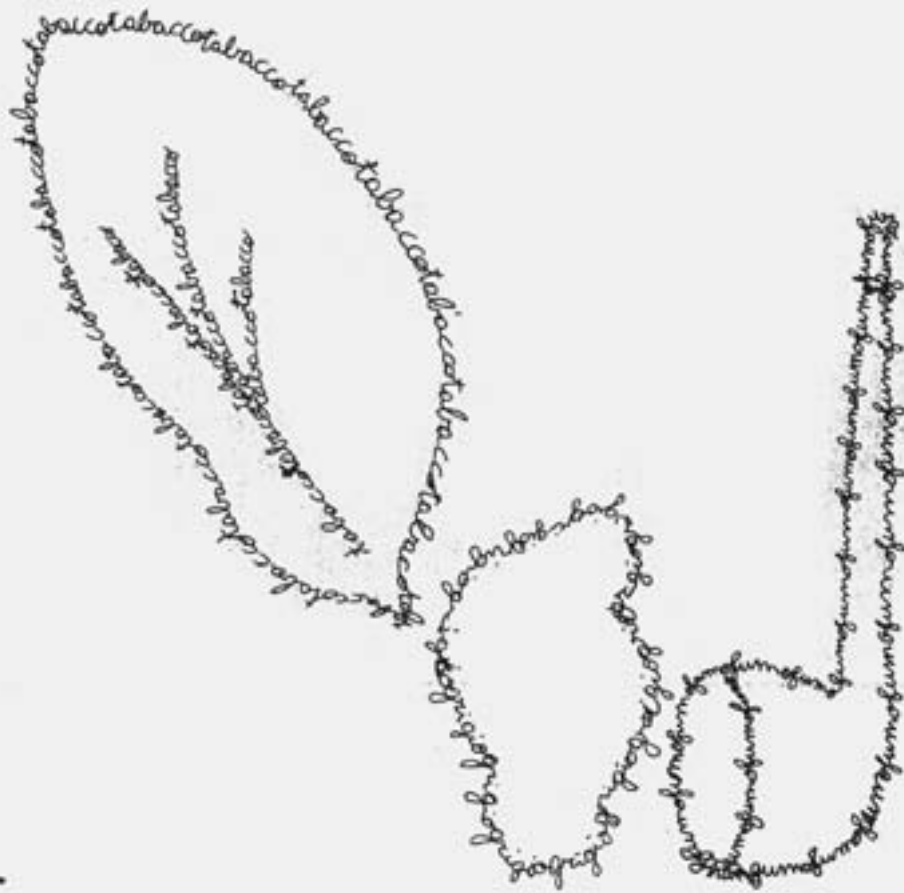
Giochi letterari svolti nelle classi prime e seconde elementari
della Scuola Elementare "Carducci" di IMOLA

ACROSTICI

F UMARE, FUMARE	T OSSISCO, TOSSISCO
U GUALMENTE FA	O GNI VOLTA
M ALE, TOGLIE	S EMPRE DI PIÙ
O SSIGENO	S OFFOCANDOMI PERCHÈ
	E SPIRO R INSPIRO FUMO

C A N C R O
A N E E E S
T N C N S S
R E R T P I
A R O R I G
M I T I R E
E S I O N
C Z D O
E Z E T
A L O
E G
L
I
E

CALLIGRAMMA



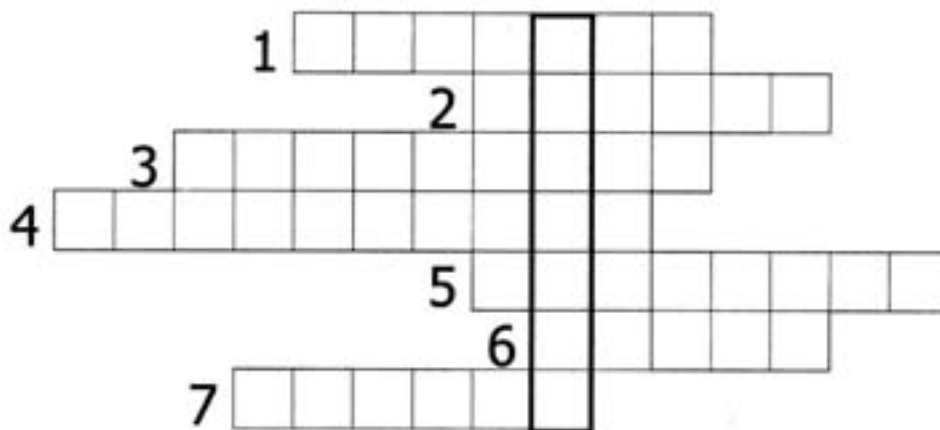
Cerchia le parole indicate, ricordando che possono essere scritte in orizzontale, verticale e in diagonale.

CRITTOGRAMMA

R	Q	T	S	B	T	O	O	S	P	O	L	M	O	N	I
D	E	O	C	D	S	P	A	P	O	K	U	G	R	S	Q
F	T	S	C	S	T	G	L	R	T	S	U	T	N	T	R
C	T	S	P	U	V	S	T	A	O	S	Q	B	U	A	S
S	Q	E	U	I	H	I	M	I	O	E	A	I	P	B	S
T	Z	C	T	F	R	G	C	A	N	C	R	O	N	A	C
I	R	A	D	Z	U	A	G	R	T	O	I	F	N	C	E
E	O	Z	F	V	I	R	R	G	C	O	A	I	Z	C	N
O	P	I	S	R	T	E	B	E	S	H	T	N	U	O	E
U	N	N	U	S	C	T	O	O	C	G	I	T	I	S	R
A	M	A	L	A	T	T	I	A	F	G	T	R	S	C	E
S	T	B	A	A	Z	A	P	I	P	A	Q	U	Z	R	U

VITA – RESPIRARE – TOSSE – SIGARETTA – PIPA – ARIA – CANCRO –
 TABACCO – CENERE – POLMONI – MALATTIA.

CRUCIVERBA



- 1 - E' contenuto nella sigaretta.
- 2 - Può essere causato dal fumo.
- 3 - Viene fumata.
- 4 - Terapia per smettere di fumare.
- 5 - Vengono provocate dal fumo.
- 6 - La cosa più grave che può succedere fumando.
- 7 - Il fumo

ANAGRAMMI IN LIBERTA'

FUMO	FOMU	MOFU	UMOF	OMUF
PIPA	PAIP	APIP	IPAP	PAPI
ARIA	RAIA	IARA	ARAI	RAAI
RESPIRO	SPIREO	SPIRORE	REROSPI	ISPERRO
POLMONI	POLNIMO	MOPOLNI	NIPOLMO	INOPOLM
TABACCO	BACCOTA	BATACCO	BATOCCA	CABOTAC
SIGARETTA	REGASTIT	TAREGASIT	GIRESTAT	SIGERTAT
CENERE	NERECE	CERENE	RENECE	ENERCE
CATRAME	TRAMECA	METRACA	CETRAMA	CAMERTA

MESOSTICO

T A B A **C** C O
 P I P **A**
 C E **N** E R E
 U C **C** I D E
R E S P I R O
 P O L M **O** N I

3. Attivazione di inglese

Scuola Elementare “Fognano” Brisighella (RA)

Livello: classi prime e seconde

Tempo: 1 ora e mezzo

Prerequisiti:

- conoscere i numeri in inglese da 1 a 6 e saper contare
- riconoscere e nominare i colori principali (anche la parola scritta)
- conoscere il significato di START, STOP e HELP me

Obiettivi:

- sottolineare la dannosità del fumo tramite l’associazione di questa a colori scuri (BLACK and GREY)
- consolidare la conoscenza dei numeri e dei colori

Materiali: 1 fotocopia del percorso (1 per bambino), cartoncino, pennarelli e 1 dado per gruppo.

Attività: gli alunni colorano le caselle rispettando i colori. Quindi lavorano in coppia o a gruppi di tre, lanciando a turno il dado. Avanzano nel percorso (contano in inglese) spostando il rispettivo segnaposto che è una fogliolina “fumettina” precedentemente costruita col cartoncino.

Legenda:

GREEN = OK

ORANGE= avanza di 1

BLACK= fermo un giro

YELLOW= OK

PINK= avanza di 1

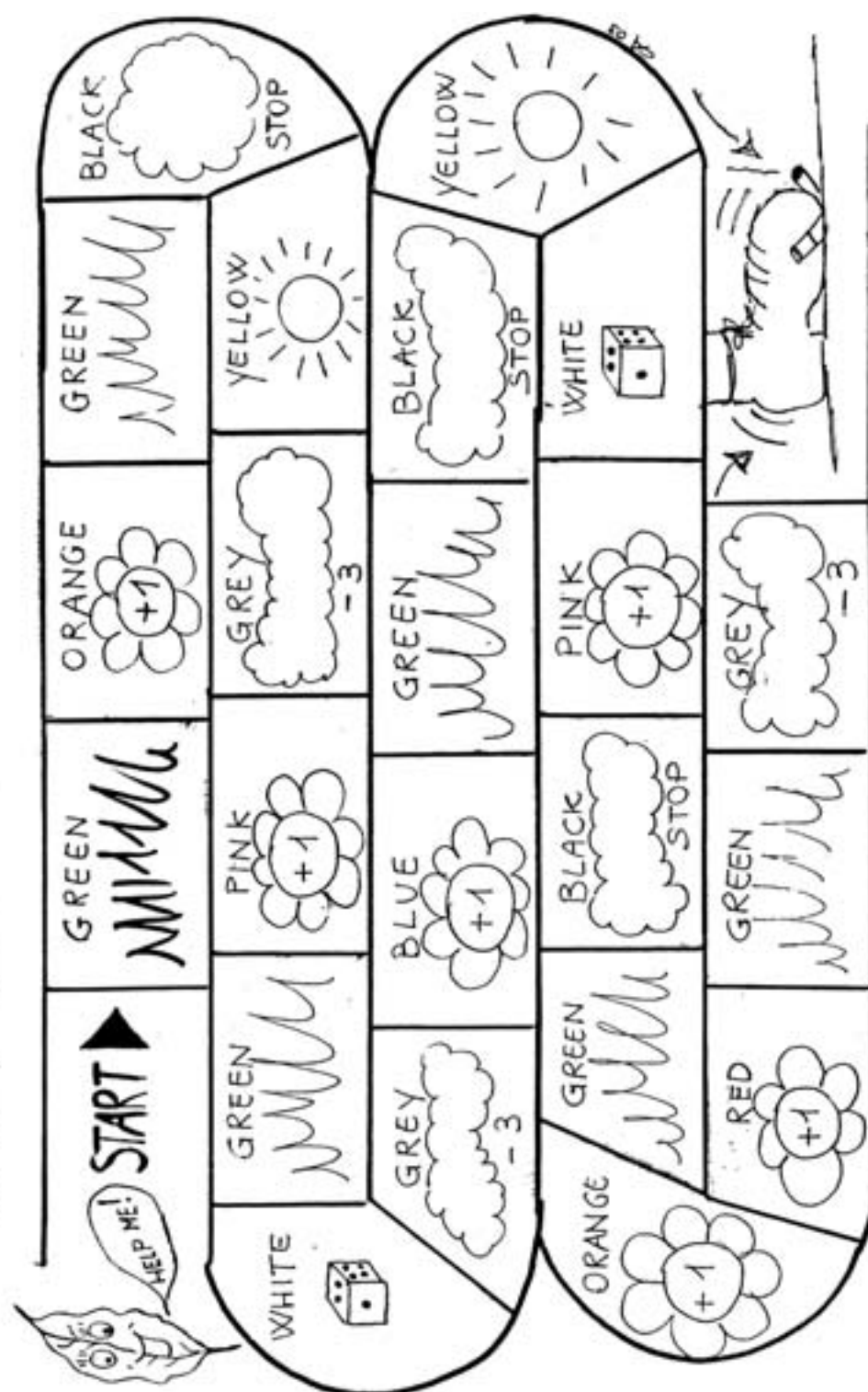
WHITE= tira ancora

GREY= indietro di 3

BLUE= avanza di 1

Il primo che completa il percorso riuscirà a spegnere la sigaretta e... aiutare fumettina e la nostra salute.

PLAY: THROW THE DICE...



4. Attività di fine anno scolastico



Nella festa di fine anno scolastico abbiamo realizzato le mongolfiere con i messaggi antifumo e ambientali. L'effetto è stato bellissimo.

MESSAGGI ANTIFUMO:

BABBO, MAMMA, NON FUMATE!!

IL FUMO TI INTOSSICA

NON FUMARE PERCHÉ FA MALE

VOGLIO UN MONDO SENZA FUMO

QUI VIETATO FUMARE

Capitolo secondo

Storie, fiabe, filastrocche e percorsi didattici tratti dal concorso “Una favola a colori”

1. Nuvole di fumo nuvole di fiabe

C'era una volta una bimba di nome Chiara che viveva in una casetta dal tetto rosso con mamma e papà.

I suoi genitori erano simpatici e le volevano molto bene. La sua mamma sapeva tantissime canzoni e musiche ed il papà le faceva fare giravolte e capriole, così Chiara era quasi sempre felice.

Ma abbiamo detto “quasi”!

Infatti questa bimba aveva un problema che, qualche volta, la rendeva triste e pensierosa. Il suo papà che si chiamava Marco, fumava un sacco di sigarette e, per non “af-fumicare” tutta la casa, andava a fumare in terrazza.

Fuma e rifuma, passavano le ore e così molto del tempo che avrebbe potuto trascorrere giocando con Chiara, lo passava all'aperto mentre lei si annoiava coi soliti giocattoli.

A Chiara giocare con papà piaceva più dei cartoni perché, quando stavano insieme facevano delle matte risate e leggevano storie bellissime.

Quindi un giorno Chiara decise di ideare un piano per risolvere questa faccenda.

Siccome era una bambina molto curiosa, prese una sigaretta da un pacchetto lasciato sul tavolo, le annusò e vide che dentro c'erano dei pezzettini di una fogliolina che si chiamava tabacco.

Com'era puzzolente! Era una vera schifezza.

Pensa e ripensa, a Chiara venne un'ideona. Ritagliò tanti pezzettini da un vecchio libro di fiabe e li mise dentro alle sigarette al posto della schifezza che c'era prima.

Quando il papà tornò a casa la salutò facendole il solletico e poi prese le sigarette e andò fuori a fumare.

Ma, a quel punto accadde una cosa straordinaria!

Appena Marco accese le sigarette, al posto delle solite nuvole grigie di fumo puzzolente, si formarono nuvolette colorate con i disegni e le parole del libro di fiabe di Chiara.

La mamma ed il papà rimasero di stucco e poi si misero a ridere.

Papà Marco spense la sigaretta e disse: «Penso proprio che le fiabe sia meglio leggerle insieme sui libri invece di ...fumarle da solo in terrazza!»

Da quel giorno Chiara non si annoiò più perché i suoi genitori trascorsero con lei tutto il tempo del mondo.

E vissero tutti felici e contenti.

Indicazioni per gli insegnanti:

Rappresentazione sintetica del testo attraverso parole chiave:

- nuvole di fumo grigio che fan male
- nuvole colorate di fiabe per giocare.

Questa fiaba è stata elaborata dai bambini e dalle insegnanti della seconda sezione della **Scuola per l'infanzia "H. Andersen" di Vignola in provincia di Modena.**

Anche se non tutti i bambini hanno partecipato all'invenzione della storia, il lavoro ha coinvolto l'intero gruppo-sezione poiché alcuni hanno realizzato le illustrazioni, altri hanno drammatizzato la storia e i più piccoli l'hanno ascoltata con gusto.

L'attività relativa a questa fiaba si è ben inserita nella programmazione che verteva sul libro in tutte le sue forme e possibilità di utilizzo; la nostra sezione ha sviluppato, in particolare, attività relative al raccontare, al raccontarsi, ed alla costituzione di libri e storie di vario genere. Ci sembra che questa fiaba possa essere rivolta a bambini della scuola dell'infanzia (tre-sei anni) e a bimbi dei primi anni della scuola elementare (sei-otto anni).

Riteniamo possa essere un utile spunto per conversazioni con i bambini sulle tematiche in oggetto e sulle proprie esperienze personali. Inoltre anche a bambini così piccoli, si possono fornire attraverso un percorso ludico, informazioni sulla salute ed il benessere. Sottolineiamo che il testo qui presentato offre numerosi rimandi ad attività riferibili ai più diversi campi di esperienze come "i discorsi e le parole", messaggi, forme e media, "il sé e l'altro", ecc.

Le Autrici: *Burnacci Cristina* - Monte S. Pietro (BO)

Iannucci Carla - Vignola (MO)

Camedda Donatella - Savignano sul Panaro (MO)

Pelloni Silvana - S. Vito Di Spilamberto (MO)

2. Un compleanno speciale

CIAO IL MIO NOME È PIETRO.
OGGI SONO MOLTO FELICE
È IL MIO COMPLEANNO.



COMPIO TUTTE LE DITA
DELLA MIA MANO.
DIVENTARE GRANDE MI PIACE.



SARÒ FORTE COME PAPÀ
E SPACCHERÒ CON UN
CALCIO UNA... MONTAGNA



RIDERÒ FORTE LEGGERÒ IL
GIORNALE E GUIDERÒ LA
MACCHINA. FUMERÒ LE
“SIGARETTE” DI PAPÀ.



SI, MI PIACE DIVENTARE
GRANDE.
ORA CHE CI PENSO...
MAMMA E PAPÀ SONO
SEMPRE DENTRO UNA
NUVOLA DI FUMO
“GRIGIOOOO.....”



IL GRIGIO NON MI PIACE!
A ME PIACE IL **ROSSO**, L'**ARANCIO**,
IL **GIALLO**, L'**AZZURRO**, IL **BLU**, IL
VIOLA.



CHISSÀ SE PROPRIO OGGI DOPO
AVER SOFFIATO LE CANDELINE
RICEVERÒ IN REGALO LE MATITE
COLORATE E UNA GOMMA



POTRÒ CANCELLARE LA
NUVOLA GRIGIA CHE FA
VENIRE LA TOSSE, PIANGERE
GLI OCCHI E PIZZICARE LA
GOLA.



TANTI AUGURI PIETRO!



ED ORA GIOCHIAMO!



Indicazioni per gli insegnanti:

“Un compleanno speciale” è nello specifico una realtà vista dalla parte del bambino, che osserva gli adulti e diventa protagonista nel proporre modelli di comportamento e rapporti affettivi più significativi attraverso processi di identificazione. “I grandi” dovrebbero conservare le intuizioni infantili come uno dei beni più preziosi.

“Oggi è il mio compleanno”. Pietro si sente grande. “Diventerò come papà forte come Lui” – pensa – “Spaccherò una montagna, guiderò la macchina e fumerò”.

È a questo punto che si insinua il dubbio. L'alone di fumo che circonda il modello con cui si identifica, non corrisponde al suo ideale di adulto, perché lo fa stare male fisicamente (la tosse, gli occhi rossi ecc.). Escogita con la fantasia (una gomma che cancella il fumo delle sigarette e pastelli colorati per ridisegnare la realtà), una soluzione che gli faccia apparire il vissuto più accettabile: la sua voglia di diventare grande ed il desiderio di assomigliare agli adulti che lo circondano e che ama.

Questo lavoro è stato pensato per bambini di 4/5 anni.

Un breve e facile testo accompagnato da illustrazioni semplici da utilizzare per acquisire autonomia nei momenti didattici di prelettura e prescrittura. Può essere accompagnato da schede che meglio accompagnano il bambini all'uso del testo (colora dentro ecc.).

Autrice: *Anna Maria Grassi* - Massafiscaglia (FE)

3. Il bosco di ariafresca

Alcuni piccoli gnomi, dopo un lungo e avventuroso viaggio dalla Norvegia all'Italia, sono giunti alcuni anni fa nel bosco incantato di Ariafresca in Romagna.

Sono forti, longevi e laboriosi, hanno costruito piccole casette all'interno degli alberi e hanno fatto amicizia con gli abitanti del bosco che curano con amore quando qualche cacciatore li ferisce.

Il loro capo saggio si chiama Grande gnomo Barbone che con serietà e dedizione governa la piccola comunità e fa rispettare le regole di convivenza.

La zona collinare in cui si sono stabiliti era già abitata da piccoli folletti verdi che essendo particolarmente irrequieti ne combinavano di tutti i colori. Ancora oggi si divertono a fare scherzi ai poveri gnomi che essendo un po' permalososi si arrabbiano facilmente. Tutti comunque vivono pacificamente e si vogliono molto bene.

Lo scorso autunno purtroppo la loro quiete è stata minacciata da un prepotente gigante di nome Fumacchione che per la sua sete di potere voleva impossessarsi del castello di Gnomo Barbone, spadroneggiare nel bosco intero e affumicare gli abitanti con il suo sigaro sempre acceso. Aiutato dalla strega Pasticciona riesce nell'intento, entra nel castello e costringe il Grande gnomo a fuggire.

Fortunatamente la dolce fata Trasformina riesce a risolvere positivamente il problema restituendo il castello al legittimo proprietario e convincendo Fumacchione a non fumare più.

GNOMI E FOLLETTI SI RIVELANO E SVELANO...

Chi vi parla è il folletto Archimede
Che 100 ne pensa e altrettanto ne vede.
Prende dal cielo le numerose stelle
E le trasporta giù scintillanti e belle.

Mi presento son Peperina
La folletta piccantina.
Mi diverto a fare scherzi e dispetti
Come tutti i miei amici folletti.

Son Pignasecca agile e snella
Vado nel bosco con cesta e mantella
Raccolgo le pigne per i miei amici
Che accendono il fuoco e son felici.

Son lo gnomo Tortellino
Ho il palato sopraffino
La pasta asciutta mi fa impazzire
Torte e gelati per ben finire

Son folletta Manina
Raccolgo funghi quando c'è la brina

Spesso ne faccio una collana
La indosso tutta la settimana.

Son Quadrifoglio e son fortunato
Tutti mi toccano da quando son nato
Sono un po' stufo, ma per ogni occasione
Di fortuna ne preparo un cestone.

Son folletta Chiacchierona
Parlo, canto e non sto buona,
anche nel sonno non riesco a stare zitta
tanto che nella lingua mi vien la fitta.

Noi siamo gli gnomi Gemelli
E siamo certo i più belli
Nel bosco passeggiamo
E un po' di legna raccogliamo.

Son folletta Ravanella
Porto sempre la gonnella
Io mi dedico agli ortaggi
che coltivo per i paggi.

Son gnomo Tamburino
Sveglio tutti ogni mattino
Con il canto e l'allegria
La tristezza mando via.

Io son folletto Cipollino
Mi dicono che puzzo anche di mattino.
I miei amici mi hanno avvisato,
se voglio star con loro devo essere profumato.

Io sono Fiorellina
mi alzo allegra ogni mattina
in ogni casa porto un fiore
per rallegrare ogni cuore.

– “Non potendo raccontare
una fiaba originale,
nel nostro piccolo ci dilettiamo
a narrare un fatto strano”.
Nel bosco incantato di Aria Fresca
Noi gnomi e folletti siamo sempre in festa
Siamo piccini, vispi e curiosi
Già all'alba operiam laboriosi,
viviam d'amore, di pace e di aria buona

cantiamo, balliamo, la nostra voce risuona,
fra gli alberi, nel cielo e in mezzo ai monti
tagliamo l'erba, costruiamo ponti.
Il nostro capo lo GNOMO BARBONE
Ci osserva dal castello, affacciato al torrione.
Un brutto giorno il gigante Fumacchione
che nel tabacco trova soddisfazione,
si vuole impossessare del castello
di Gnomo Barbone nostro fratello.
chiama la cattiva strega Pasticciona
un po' cuoca e un po' burlona
che dentro un grande pentolone
inizia a fare la pozione.

– “Birimbì birimbò,
la magia io farò
Birimbì birimbà
la magia eccola qua.
con l'aiuto di mago Brunetto
a gnomi e folletti farò un dispetto.
Non potranno più muoversi e giocare
poiché nel bosco non potranno respirare.

Esce un fumo puzzolente e nero
Che affumica il castello intero.
Lo Gnomo Barbone fugge trafelato,
tossendo perché si è già ammalato.
È corso da noi per chiederci aiuto
Con rosa canina l'abbiam curato.
Il gigante or penetra nel castello,
che non è più colorato e bello,
nuvole nere si ergon mentre fuma contento
e non smette nemmeno un momento.

–”Ah, ah, ah son cattivo Fumacchione,
vi voglio dare una bella lezione.
Il castello ora è diventato mio
e nel bosco comando solo io.
Mi voglio proprio divertire
Gnomi e Folletti farò impazzire!
Con il mio sigaro vi affumicherete
finché il bosco abbandonerete.

Tosse rantolosa rimbomba giorno e notte,
tanto che per dormire occorre entrare in una botte.
Gnomi e Folletti non cantano più
ora che il cielo non è più blu.

Una soluzione si deve trovare
e una fata buona convocare:
–”Sono la fata Trasformina
cambio aspetto ogni mattina,
devo aiutare i miei amici
che non sono più felici,
Fumacchione allontanare dal torrione
e restituire il grande castello
allo Gnomo Barbone poverello.

–”Abracadabra balila zulù
il fumo nero eliminiamo quaggiù,
aria fresca facciamo ritornare
e il castello allo Gnomo riconsegnare”.

Un vento impetuoso echeggia sull’altopiano,
d’improvviso i neri nuvoloni volano lontano
Con terrore il gigante Fumacchione
abbandona lesto il torrione
corre, corre a più non posso,
ma la forza non ha più addosso.
Non ha fiato per correre e saltare
e la corsa deve rallentare.
Pieni di fumo sono i suoi polmoni,
corre e rotola giù per i costoni.
La vista si annebbia e sviene
tanta nicotina è nelle sue vene.
Lo trovano così Gnomi e Folletti,
che, mossi a pietà, uniscono i letti.
Lo assistono con timore e fantasia,
ma per curare la sua brutta malattia,
tanta volontà ci vuole, non solo medicine,
bacche, mirtilli, infusi e tisanine.
Il gigante Fumacchione si ravvede finalmente
e anche se per la caduta è rimasto senza un dente,
ride felice poiché senza il suo tabacco,
ora può persino ballare su un tacco.
Canta , scherza ed è proprio cambiato
tanto che il nome ora vuol modificato.
Non esiste più il cattivo Fumacchione
poiché ora si fa chiamare Fresco Polmone.
È festa grande per tutti quanti,
gnomi, folletti, fate e giganti.
Il Grande gnomo vecchio Barbone,
saluta tutti da sopra il torrione.
È in compagnia del nuovo amico Polmone
con gocce di pino ora fan colazione.

Indicazioni per gli insegnanti:

Rivolto a bambini di 4/5 anni, il lavoro si pone i seguenti obiettivi:

- individuare e attuare forme di rispetto, conservazione e tutela degli spazi ambientali in cui si vive
- scoprire il significato e il valore del benessere psico-fisico della persona, per il raggiungimento di un equilibrio dinamico fra sé e gli altri.

Le insegnanti hanno utilizzato il mondo magico della fantasia e dell'immaginario per interpretare la realtà ed introdurre il tema dell'educazione alla salute individuale, al rispetto del prossimo e dell'ambiente in cui viviamo. La dimensione magica sotto l'effetto di fattori emozionali, influisce sia sui sentimenti dei bambini di età prescolare, sia su tutto il loro mondo intellettuale sensibilizzandoli in maniera spontanea verso le problematiche sociali.

ISTITUTO COMPRENSIVO DI PREDAPPIO
Scuola materna "Livio Zannoni" di TONTOLA

4. Il paese dell'arcobaleno

A Fumolandia, un villaggio lontano lontano, tutto era nero e pieno di fumo: erano neri gli alberi, le montagne, le case, il mare, il cielo e gli abitanti fumavano sempre, fumavano tutti, fin dalla nascita così erano pieni di fumo dai piedi alle orecchie, o9 meglio dalle orecchie ai piedi: Erano così pieni di fumo che non riuscivano più a camminare, a correre, a giocare; erano diventati lenti, terribilmente lenti.

Tutta la loro vita sembrava svolgersi al rallentatore, i loro movimenti erano ostacolati dal fumo che aveva invaso tutte le loro energie.

Ai lati della piazza gli abitanti non parlavano, ma tossivano, tossivano e ancora tossivano, si soffiavano il naso e si lamentavano del mal di testa.

Nel villaggio di Fumolandia abitava però una bambina piccina piccina, ma tanto saggia, che si accorse del terribile pericolo che tutti i bambini stavano correndo: presto non avrebbero camminato più, non avrebbero respirato più, i loro polmoni stavano riempiendosi di fumo.

La bambina piccina piccina chiamò tutti i bambini e spiegò la situazione: «Bambini, i nostri polmoni sapete cosa sono? Sono come due spugne che si trovano dentro di noi, nella gabbia toracica, vicino al cuore, raccolgono tutto il fumo che c'è nell'aria e che respiriamo.

Se i polmoni sono pieni di fumo smettono di svolgere la loro funzione e non riescono più a ricevere l'ossigeno per far funzionare le nostre cellule, che pian piano si ammalano e muoiono».

Clorofilla, la fatina del bosco udì con terrore le parole della bambina piccina piccina, scivolò giù dall'albero più vecchio del paese, sulla striscia dell'ultimo pezzo di arcobaleno rimasto ed esclamò: -Presto bambini dobbiamo trovare la pietra che si trova ai piedi dell'arcobaleno che restituirà i colori alla natura e alle cose, l'aria ai nostri polmoni, perché è un vostro diritto correre e giocare in un mondo allegro e vivace di mille colori-.

I bambini urlavano di felicità: erano già pronti a partire!

La fatina li schierò davanti a lei ed iniziò con la sua bella vocina:

– Portate le braccia in alto e oscillate il busto a destra e a sinistra, ora aprite e chiudete le vostre manine come se fossero fresche foglioline.

Alzate le braccia e prendete dentro l'aria (insirate) aspettate un momento poi abbassatele e buttate fuori l'aria (esirate).

Lasciatevi andare e sognate, sognate di essere dei freschi alberini che si muovono al ritmo della musica del bosco-.

E poi continuò:

– Prendetevi ora per mano, facciamo un grande girotondo e contate, contate con me: Girotondo dei colori, rosso, giallo, verde e blu ed il fumo non c'è più! –.

Adesso una bella fila... siamo pronti per partire, battete tre volte i piedi per terra e tre volte le mani in alto e ripetete con me: – 1-2-3-4-5-6 viva il mondo dei colori, non aspettano che noi –.

– Provate ora a correre al ritmo della canzoncina: abbiamo fretta di arrivare prima che giunga la notte –.

Tra tosse e starnuti, i bambini e la fatina arrivarono al paese delle bolle di sapone. Il paese era costruito su una montagna tonda, dentro una enorme bolla di sapone e gli abitanti facevano continue bolle di sapone. Nessun straniero poteva attraversare il paese. La fatina sussurrò: – Per attraversare questo paese dovete imparare a fare le bolle di sapone, solo così possiamo passare inosservati. –

Dopo mille e mille prove i bambini impararono a fare le bolle di sapone, in fondo si trattava di inspirare, trattenere ed espirare lentamente l'aria. Uno alla volta attraversarono il paese delle bolle di sapone, in punta di piedi e facendo anche una bella piroetta.

Cammina, cammina arrivarono al tunnel delle piume colorate: tante piccole cartelline trasparenti pendevano dal soffitto del tunnel e terminavano con delle piume di tanti colori. Se qualcuno le toccava, veniva trasformato in pietra e non tornava mai più bambino. I bambini camminando a gattoni dovevano soffiare le piume in modo tale da sollevarle in alto per poter passare. La fatina passò per prima, per lei era facile, poi tutti provarono a passare. Finita l'ardua impresa – è il caso di dirlo – tirarono un sospiro di sollievo.

I bambini cominciarono a preoccuparsi: della pietra ancora nessuna traccia!

All'improvviso davanti ai loro occhi si aprì uno scenario meraviglioso: migliaia di palloncini... macché milioni di palloncini colorati erano davanti a loro bellissimi...

La fatina li esortò: – Ora attraverseremo il paese dei palloncini soffiandoli in modo tale che possano spostarsi al nostro passaggio, presto bambini che il viaggio è ormai concluso! – .

Soffiando a più non posso i palloncini si spostavano, e i bambini potevano passare, ormai avevano imparato.

Attraversarono il paese velocemente e si trovarono davanti a un gigantesco arcobaleno: erano arrivati!

– Bambini tuffatevi nell'arcobaleno scintillante – esclamò Clorofilla – e riempitevi di colori, di gioia, di allegria! –.

I bambini si buttarono nell'arcobaleno e diventarono rossi, gialli, azzurri, verdi... cominciando a ridere di felicità. La bambina piccina piccina, quella molto saggia, non si dimenticò della pietra, corse ai piedi dell'arcobaleno e la trovò.

Il paese era salvo.

I bambini, come per magia – ogni tanto la magia ci vuole – si ritrovarono a Fumolandia; la bambina piccina piccina depose la pietra al centro del paese.

Nel punto in cui era appoggiata la pietra cominciò a formarsi un vortice di fumo nero, che salì a spirale verso il cielo liberando tutta la natura, le case, gli abitanti. E i colori tornarono tutti più belli e splendenti che mai. Gli abitanti ancora increduli per quello che era successo, ridevano, piangevano, urlavano di felicità. Era mai possibile che dei bambini avessero fatto una cosa tanto grande? Che dal loro piccolo cuore potesse rinascere la vita? Sì, perché è dal cuore dei semplici che nasce l'amore più grande, la gioia più bella: il profumo di un fiore, una corsa nel prato, una bella risata.

Gli abitanti capirono la lezione, non avrebbero più fumatore non avrebbero più rovinato la natura. Al centro del paese costruirono un monumento dedicato alla bambina piccina, piccina con in mano la pietra e ribattezzarono Colorandia, paese dell'arcobaleno, facendolo diventare il paese più colorato e felice che fosse mai esistito. Ora anche i sogni dei bambini erano a colori e belli, tanto belli come quelli che sono nella vostra immaginazione.

Indicazioni per gli insegnanti

Il lavoro è rivolto ad una fascia di età compresa dai 4 ai 7 anni con diverse modalità operative e grado di difficoltà, a seconda che il lavoro venga proposto alla scuola dell'infanzia o alla scuola primaria. Infatti l'utilizzo didattico è di tipo interdisciplinare: l'educazione motoria, l'educazione al ritmo e alla musica, l'educazione all'immagine la scienza sono incluse nello svolgimento della favola.

L'educazione motoria è il filo conduttore in quanto l'esecuzione delle fasi si inserisce nella programmazione didattica riguardante la strutturazione dello schema corporeo e l'educazione alla respirazione.

Le fasi possono essere suddivise in:

- **Iniziale:** di drammatizzazione, esecuzione dei movimenti in forma libera, al rallentatore.
- **Centrale:** esecuzione degli esercizi di respirazione con l'utilizzo di schieramenti (liberi, in cerchio, in fila) e di materiale vario (le bolle, le piume, i palloncini, i materassi) in forma guidata.
- **Finale:** di drammatizzazione, esecuzione di dinamici e allegri movimenti in forma libera.

Gli esercizi della parte centrale possono aumentare di varietà e di difficoltà a seconda dell'età dei bambini, ad esempio:

Esecuzione bolle di sapone

- camminando in ordine sparso
- camminando in chinino
- camminando facendo ogni tanto una piroetta
- da fermi
- in forma libera

Passaggio del tunnel

- camminando

Soffiare in alto le piume

- in ginocchio
- a gattoni
- in forma libera

Spostare i palloncini

- in alto con le mani
- in alto con la testa
- in alto cambiando la parte del corpo interessata
- in alto soffiando
- dal gattoni soffiando
- dalla posizione supina soffiando
- in forma libera
- atterrando con la pancia

Tuffarsi nei materassini

- atterrando con il sedere
- atterrando con le gambe unite
- rotolando
- con rincorsa

Il lavoro potrebbe essere proposto inizialmente in forma libera, dando ai bambini la possibilità di sperimentare le situazioni assecondando la loro capacità creativa e in modo da guidare il percorso secondo i loro desideri e capacità. La drammatizzazione della fase iniziale e finale e l'esecuzione degli esercizi possono essere effettuate con l'ausilio di musiche classiche o moderne che esprimono lo stato d'animo:

Per le parti:

iniziale: musica cupa, triste, drammatica;

centrale: musica allegra di intensità crescente;

finale: musica molto allegra, ballabile;

Le canzoncine sui colori possono essere inventate e musicate dai bambini che personalizzeranno con la loro fantasia, la storia.

Ogni fase potrà quindi essere elaborata e interiorizzata con disegni realizzati con tecniche varie:

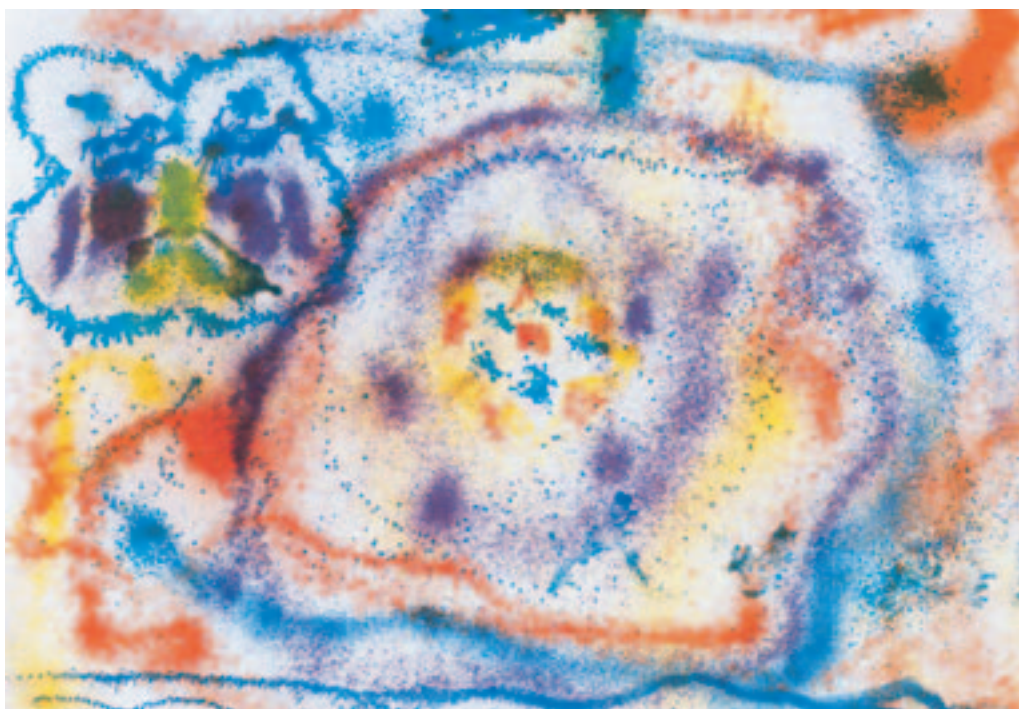
- il bianco e il nero
- il colore a matita
- il colore a spruzzo
- lo stampino
- il collage

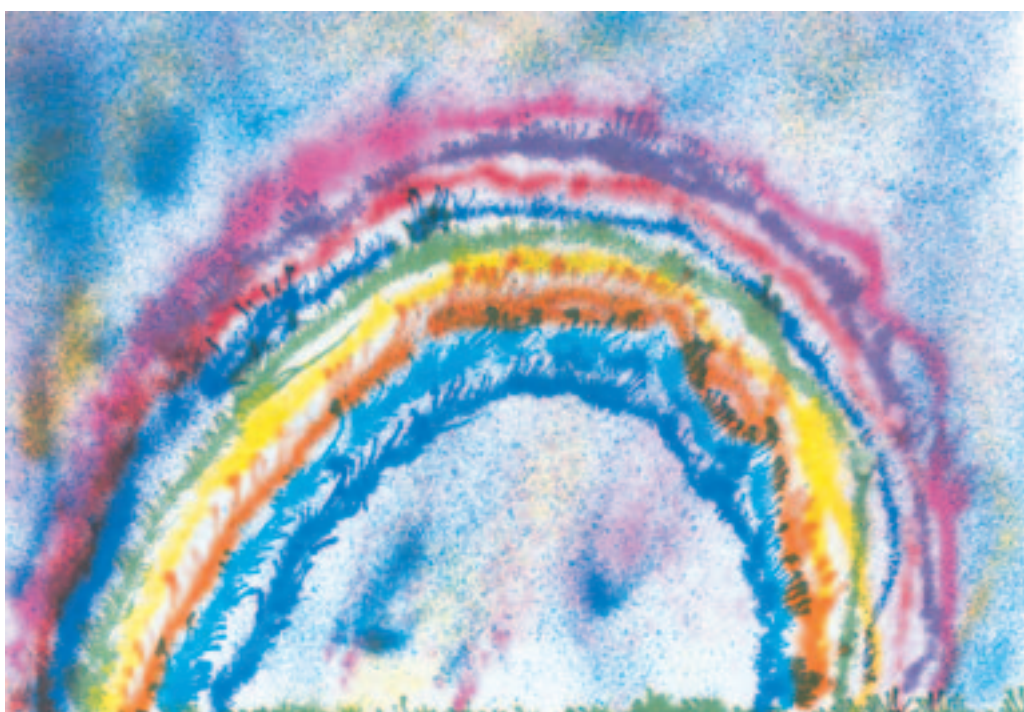
L'elaborazione è completata da qualche spiegazione sulla funzione respiratoria.

Autrice: *Savino Monica* - Marzabotto (BO)









5. Storia di una foglia... fumata!!!!

LE FOGLIE, ANCHE QUESTO SI SA, SONO DELICATE
LE FOGLIE, TUTTI LO SANNO, STANNO VICINO AI FIORI ED INSIEME
COLORANO GIORNI FELICI E GIORNI TRISTI.
MA NON TUTTE LE FOGLIE SONO COSÌ FORTUNATE.
QUESTA È LA STORIA DI FUMETTINA

FUMETTINA È UNA FOGLIA DI **TABACCO**, È CRESCIUTA IN PAESI LONTANI. FINO A QUANDO RESTA ATTACCATA A SUA MADRE, LA GRANDE PIANTA, RESPIRA E CI DONA ARIA AZZURRA, TRASPARENTE, PULITA, UNA DELIZIA PER IL NOSTRO NASO.

MA UN GIORNO NERO...

LE MANI LA RACCOLGONO INSIEME AD ALTRE FOGLIE FUMETTINE.
LE MANI LA STRAPPANO
LE MANI LA CHIUDONO DENTRO UN SACCO NERO
E NERO DA QUEL MOMENTO SARÀ IL SUO DESTINO
LE MANI LA LASCIAANO SECCARE
LE MANI LA STRITOLANO
LE MANI LA SPEZZETTANO
LE MANI LA ARROTOLANO DENTRO UNO STRANO TUBINO DI CARTA.
LE MANI LA INSCATOLANO
E LE MANI LA PRENDONO
E LE MANI LA ACCENDONO
E LA FUMANO, NE RESTA SOLO...

UN FUMO NERO
UN FUMO NERO
UN FUMO NERO
UN ALTRO FUMO NERO CHE SI AGGIUNGE A FUMO NERO GIÀ FUMATO.

QUESTA È LA BRUTTA FINE DELLA FOGLIA FUMETTINA

E L'ARIA PURA CHE PRIMA RESPIRAVAMO? CHE FINE HA FATTO?
SI È TRASFORMATA ANCH'ESSA COME FUMETTINA IN FUMO NERO.

E IL FUMO NERO DI QUELLI CHE FUMANO!?

CI FA TOSSIRE
CI FA RESPIRARE MALE
CI FA ARROSSARE GLI OCCHI
CI PUÒ FAR MORIRE
E, QUEL FUMO NERO, PUZZA!!!

NON HA IL PROFUMO DELICATO DELLA NATURA, DELLE FOGLIE E DEI FIORI.

È ORA CHE LE MANI SI FERMINO
È ORA DI FERMARSI A PENSARE E RAGIONARE.

È ORA DI DIRE AI GRANDI DI SMETTERLA DI **FUMARE**, DI SMETTERLA DI RACCOGLIERE LE FOGLIE **FUMETTINE**.

– LASCIATE CHE ANCHE QUESTE FOGLIE FACCIANO IL LORO LAVORO DI FOGLIE...E CI POSSANO SEMPRE REGALARE ARIA PULITA!!!! –

Indicazioni per gli insegnanti

La storia si rivolge ai bambini di una fascia di età tra i 5 e i 7 anni. È infatti in questa età che nascono i primi atteggiamenti critici e il pensiero si arricchisce di nuove conoscenze, significative e importanti. Tuttavia, lavorando in un Istituto Comprensivo si è voluto utilizzare la storia di “**Fumettina**” per coinvolgere altri ragazzi rendendoli protagonisti della presentazione della storia e quindi responsabili del messaggio trasmesso (tutoraggio).

Abbiamo volutamente scelto la storia di una foglia perché essa rappresenta per i bambini un concetto positivo e ben conosciuto. Tutti i bimbi di questa fascia di età conoscono le foglie, le hanno viste, le collocano all’interno di una positiva cornice culturale che fa parte del loro vissuto. Dunque tramite la storia di “Fumettina” abbiamo veicolato il problema del fumo presentandolo come una trasformazione della vita della foglia, trasformazione dell’aria pulita che le foglie ci danno in... FUMO NERO.

Si è ritenuto giusto fare in modo che la storia fantastica di “Fumettina” fosse elaborata dai bambini di terza elementare attraverso una lettura drammatizzata e musicata che contribuisce a catturare l’attenzione e l’interesse di tutti, infatti il tema descritto dai compagni più grandi contribuisce ad accreditare il problema e a fissarlo nella memoria.

Finalità del progetto per gli studenti elaboratori: presentare il problema del fumo ai compagni più piccoli. I bambini di terza elementare svolgono la lettura drammatizzata della favola, si dividono le parti, scelgono le musiche e le registrano.

Finalità del progetto per i bambini di scuola materna, prima e seconda elementare: affrontare le tematiche relative al fumo e al tabagismo attraverso un materiale semplice e vicino al loro vissuto: è infatti partendo dal proprio vissuto che il bambino ritrova il legame tra sé e l’ambiente, tra sé e la società che lo circonda; elaborare pensieri personali, idee, opinioni.

Finalità del progetto per i docenti: coinvolgere e sensibilizzare sul problema del fumo, il maggior numero possibile di alunni in maniera attiva, costruttiva e soprat-

tutto con una forte MOTIVAZIONE: da una parte trasmettere ai più piccoli messaggi importanti: IL FUMO FA MALE, dall'altra ascoltare e capire IL MESSAGGIO.

Obiettivi a livello educativo, cognitivo comportamentale ed affettivo: sensibilizzare i ragazzi responsabilizzarli nei confronti dei problemi, ampliare le loro conoscenze, educare i giovani ad un profondo senso di cittadinanza che si sviluppi in un'ottica di società organizzata e sostenibile.

Fasi del progetto:

- FASE DI ELABORAZIONE DEL MATERIALE: coinvolgimento delle classi di terza elementare per la presentazione della favola ai compagni più piccoli, lettura dramatizzata della favola e scelta delle musiche
- FASE DELLA PRESENTAZIONE: ascolto della favola e approfondimento del tema, elaborazione di disegni e fumetti e discussione e scambio di idee ed esperienze.

Aree disciplinari:

- AREA SCIENTIFICA: la foglia, la fotosintesi, l'ossigeno
- AREA LINGUISTICA: la favola, il fumetto, il libretto
- AREA DEI LINGUAGGI NON VERBALI: elaborazioni grafiche-pittoriche

Metodologie utilizzate e trasferibili:

- METODO DELLA RICERCA AZIONE
- METODOLOGIA LABORATORIALE
- METODO DELL'APPRENDIMENTO COOPERATIVO
- DIDATTICA PER CONCETTI
- DIDATTICA METACOGNITIVA

Mezzi e strumenti:

- MATERIALE CARTACEO (la favola "STORIA DI UNA FOGLIA....FUMATA")
- MUSICHE: registrazione di brani

Rappresentazione del testo attraverso parole - chiave:

- FOGLIA significa NATURA
- ARIA FRESCA, PULITA, PROFUMATA significa SALUTE, BENESSERE
- FUMO NERO: è l'elemento negativo, il male da combattere
- MANI: sono usate per indicare l'uomo, ma un uomo che agisce senza pensare, senza fermarsi a ragionare
- MESSAGGIO: "È ora di dire ai grandi..."

Valutazione dei risultati in itinere e/o finali dell'intervento didattico: il racconto è nato dal desiderio di trattare un argomento che di solito i bambini di questa fascia di età (5/7 anni) non sentono, e quindi alla necessità di renderli più attenti verso un problema, quello del fumo, che caratterizza la nostra società. Le idee emerse sono state numerose ed originali, la scelta del LABORATORIO, quale metodologia di lavoro, ha consentito a tutti di operare, elaborare, esprimere il proprio parere ed utilizzare la fantasia ed i colori. L'intervento sulle

classi (coadiuvato dalla presentazione della storia da parte di bambini “tutor”) ha catturato l’attenzione e l’interesse dei più piccoli. In fatti il dibattito e lo scambio di idee tra i bambini di più classi hanno fatto emergere osservazioni personali profonde e autentiche. Comunque la storia di “Fumettina” si presta oltre che alla drammatizzazione anche alla elaborazione grafico-pittorica: es. IL FUMETTO DI FUMETTINA e il LIBRETTO DI FUMETTINA.

Autrice: *M.Letizia Visani*
ISTITUTO COMPRENSIVO DI BRISIGHELLA (RA)



IL FUMETTO DI... FUMETTINA

RICOSTRUISCI LA STORIA DI "FUMETTINA" A FUMETTI:



di ENRICO SAHORÍ (CLASSE TERZA)

6. Un percorso di fiabe

BIANCANEVE E I SETTE NANI FUMATORI

Era una fredda giornata d'inverno quando Biancaneve cercava di dare lezioni ai sette nani, proponendo come argomento la loro salute. I sette nani lavoravano in una miniera di diamanti all'interno di una montagna. Mentre camminavano per andare al lavoro, fumavano molte sigarette e il loro numero aumentava con il passare dei giorni, fino ad arrivare a compromettere la loro salute. Biancaneve era una ragazza molto bella, quando vedeva i sette nani fumare, li sgridava perché capiva i danni che provocava il fumo.

Una mattina i nani si recarono al lavoro e Biancaneve rimase sola in casa. Proprio allora arrivò la strega, che le portò un pacchetto di sigarette avvelenate, per corrompere la sua bellezza, ma soprattutto la sua salute. Biancaneve incuriosita, accese una sigaretta e provò piacere, ma nel giro di alcuni minuti si sentì mancare, perse conoscenza e svenne.

Gli amici ritornati dal lavoro, credettero che fosse morta e, in lacrime, la portarono nel bosco, dove Biancaneve amava trascorrere parte delle sue giornate.

Passò per caso un principe e vedendo Biancaneve apparentemente morta, provò il desiderio di baciarla. Biancaneve incominciò ad aprire gli occhi e, risvegliata, si vide attorniata dal principe e dai piccoli amici. Il giovane notando la semplicità e l'ingenuità della ragazza, capì che era stata tradita dalla strega, le dichiarò il suo amore e la chiese in sposa per il resto della sua vita. Biancaneve, ricambiando il suo amore, accettò la proposta di matrimonio e i nani promisero che avrebbero smesso di fumare per far piacere all'amica. Con tanta buona volontà mantennero la promessa e vissero tutti felici e contenti nel castello del principe, che li aveva salvati.

AMORE - CENERENTOLA - FUMO

C'era una volta una graziosa ragazza che si chiamava cenerentola. Abitava con la matrigna e le sorellastre, che fumavano come "turchi". Le tre donne sporcavano la casa con mozziconi e cenere, era poi compito di Cenerentola ripulire e rassettare ogni cosa. Un giorno giunse un invito dal castello del re, dove si dava un ballo in onore del principe, che invitava tutte le ragazze del reame in età da marito.

La matrigna e le sorellastre promisero a Cenerentola di farla partecipare a patto che sbrigasse tutte le faccende domestiche, ma la sera della festa non mantennero la promessa. La ragazza sfogò la sua amarezza piangendo. Le venne in aiuto la piccola fata che ammirandola per la sua forza d'animo e per non aver preso il vizio del fumo, le donò un vestito del colore del cielo, una carrozza e quattro cavalli.

Il ballo era meraviglioso. Il palazzo del re era illuminato da migliaia di candele, c'era musica ed allegria. Ogni ragazza indossava il suo abito più bello, ma Cenerentola era la più graziosa. Lei e il principe trascorsero tutta la sera insieme ballando. Cenarono vicini e risero felici sotto lo sguardo ammirato di tutti gli ospiti che fumavano. Ma Cenerentola, pur apprezzando la compagnia del principe, a mezzanotte scappò dal castello non sopportando che il giovane fosse un accanito fumatore. Nella fuga perse una scarpetta e decise che non avrebbe più rivisto il principe.

Il giorno dopo il ciambellano fu incaricato di andare di casa in casa con la scarpetta di vetro in mano, per cercare la ragazza in grado di calzarla. Ogni ragazza del reame sperava di farcela, ma solo la bella Cenerentola riuscì a calzare la scarpetta. Il principe, una volta ritrovata Cenerentola, fece una solenne promessa: non avrebbe più fumato per amore della fanciulla, finalmente convinta e decisa a sposarlo. Lui e lei vissero felici nel palazzo del re, dove da quel giorno fu rigorosamente vietato a tutti di fumare.

PINOCCHIO NEL TERZO MILLENNIO

C'era una volta un vivace burattino di nome Pinocchio, che amava parlare e cantare. In una giornata soleggiata, mentre passeggiava per le vie di un paese fantastico, incontrò due strani tipi, che si facevano chiamare il Gatto e la Volpe. Questi lo invitarono a fumare e il burattino curioso accettò: prima una sigaretta, poi tante fino a diventare vittima del vizio del fumo. Geppetto, suo padre, lo rimproverò per questo, ma Pinocchio negò tutto. Fu allora che gli crebbe il naso. A questo punto il padre iniziò ad educarlo con severità, aiutato dal suo migliore amico, il Grillo parlante, e dalla Fata Turchina, che promisero a Pinocchio di trasformarlo in un bambino "vero", se avesse smesso di fumare. Pinocchio accettò, ma la tentazione era forte. Il giorno successivo Pinocchio incontrò di nuovo il Gatto e la Volpe, li vide tossire, ma, pur sapendo che quella tosse era causata dalle troppe sigarette continuò a fumare. Improvvisamente apparve la fata che fece sparire la sigaretta dalla bocca del burattino di legno, la fece volare in cielo e la trasformò in una stella luminosa. Pinocchio si accorse finalmente di quello che aveva fatto, tornò a casa di corsa e chiese scusa al padre. Finalmente Pinocchio fu trasformato in un bambino come tutti gli altri, non accese nessun'altra sigaretta, ma, guardando il cielo, ammirava le stelle che illuminavano i suoi sogni.

LA STORIA INFINITA

C'era una volta una bella fanciulla di nome Fantàsia; aiutava la gente ad affrontare i problemi quotidiani con un pizzico di ironia e di... fantasia! Insegnava ai giovani il rispetto per la propria vita e per la vita degli altri. Era necessario però rispettare queste tre regole:

- NON FUMARE
- NON BERE ALCOLICI
- NUTRIRSI IN MODO SANO ED EQUILIBRATO.

Fantàsia illustrava ai giovani il danno che può provocare una sigaretta.

Nulla, una brutta strega invidiosa, cercò di trascinarli sulla cattiva strada, offrendo sigarette e prospettando un futuro di felicità a chi avesse fumato.

La bella Fantàsia rimasta sola e triste ebbe una bella idea: invitare tutti i ragazzi a casa sua per una mega-festa. Lo scopo era di far capire loro che potevano divertirsi anche senza fumo. Nulla rimase sola mentre guardava gli altri che si divertivano. Nulla allora decise di incontrare Fantàsia per chiederle scusa e per comunicarle la sua decisione:

AVREBBE SMESSO DI FUMARE.

Indicazioni per gli insegnanti

Il percorso è mirato alla sensibilizzazione dei bambini alla conoscenza dei danni provocati dal fumo e di conseguenza l'obiettivo è far sì che essi non si avvicinino a tale esperienza. Il linguaggio della favola si presta particolarmente per comunicare questo messaggio per gli alunni della fascia di età 4/8 anni.

Rappresentazione del testo attraverso parole-chiave:

- Conoscenza di sé
- Conoscenza del fumo
- Conoscenza dei danni provocati dal fumo
- Capacità di non farsi coinvolgere
- Capacità di allontanarsi dal vizio
- Salute e benessere.

Autori: Manuel Gavioli, Michele Albieri, Federico Magri
ISTITUTO COMPRENSIVO DI TRESIGALLO (FE)





7. Sogno nel prato dei desideri

L'altra notte ho fatto un sogno caldo e colorato.

Credevo di dormire, e invece... ho aperto gli occhi ed ho visto sul cuscino una fata piccina picciò, con il vestito di arcobaleno e le ali di cristallo.

Mi stava svegliando tirandomi per l'orecchio e, con la voce più dolce del mondo, mi stava sussurrando: "Sveglia, dormiglione! Non vedi che ormai è giorno fatto? Ci sono tante avventure che ci aspettano. Su, vieni, prima che si faccia troppo tardi!"

Impossibile resistere al quel richiamo: il sorriso e la voce mi stavano attirando come calamite.

Nel sogno la fatina mi prese le mani e mi disse di chiudere gli occhi.

"Ora reciterò la frase magica che farà avverare tutti i tuoi desideri: *crissi bi, crissi ba, se lo pensi apparirà!*"

Non me lo feci ripetere! Stavo già pensando a ciò che avrei potuto chiederle, quando sentii il mio corpo girare vorticosamente, quasi fossi stato su di una giostra impazzita. Quando tutto si fermò, provai ad aprire gli occhi; prima l'uno poi l'altro. E... meraviglia!

Mi trovavo in un immenso prato verde dove crescevano fiori di ogni colore e dimensione. Proprio lì vicino a me, c'era un cespuglio di margherite giganti che mi arrivava fino al naso. Erano le più strane che avessi mai visto, con i petali di colori diversi.

La fatina vedendo la mia sorpresa, mi disse:

"Ti piace questo posto, vero? È il giardino dei colori, dove si avverano i desideri più fantastici. Qui crescono cespugli e piante che non potrai trovare in nessun altro luogo; qui vivono insetti ed animali così variopinti che neppure i più bravi pittori di tutti i tempi hanno mai potuto disegnare."

E, mentre diceva questo, proprio sopra di noi passò uno stormo di piccioni viaggiatori che sembrava diretto verso alcune soffici nuvole rosa che si intravedevano dietro all'albero più alto, di là dal ruscello.

"Perché mi hai parlato di desideri?" – chiesi alla fatina – "Questo è davvero un posto magico?"

"Sì!" – rispose lei – "È il regno dei colori. Ogni cosa si riconosce per il colore che ha".

Non riuscivo a capire fino in fondo quello che mi stava dicendo.

E lei: "Vedo dalla tua espressione grigia che non sei convinto e hai molti dubbi. Dovresti cambiare colore ai tuoi pensieri, e farli diventare azzurri, limpidi come l'acqua di un ruscello."

Ecco, ora incominciavo a capire! Anche i pensieri avevano un colore! Provai allora a fare alcuni esperimenti aiutato dalla fatina.

"Dimmi come è uno quando si arrabbia."

"È viola, no?"

"E di che colore sono io quando aspetto un bel voto dalla maestra?"

"Facile: verde come la speranza" – rispondeva quella birichina.

Mentre stavamo facendo questo gioco di parole e colori, il sole si oscurò per un attimo. Guardai in alto: c'era un bruttissimo nuvolone nero che copriva anche i raggi più gialli e brillanti. "Ma, fatina, cos'è quella macchia così scura e triste?"

"Oh, poveri noi, è arrivata ancora quella nuvolaccia che ci mandano i nostri vicini, invidiosi della serenità di questo prato. Devi sapere che passano tutto il tempo fra sigari e sigarette e, per dispetto, raccolgono il fumo che esce dalle loro bocche e dai loro

nasi soffiandolo in una nuvola gigante, che poi spediscono di qua dal confine sperando che oscuri e annebbi le nostre limpide giornate.”

“Ma sono proprio dispettosi, questi vicini! Però, cara fatina, visto che questo è il prato dei desideri, potrei approfittarne per aiutarti!”.

E feci proprio così.

Avevo in mente un piccolo giocattolo che desideravo da tempo: chiusi gli occhi e chiesi con fiducia: “*Crissi bi, crissi ba, se lo pensi apparirà!*”

Funzionò davvero!

Quando riaprii gli occhi davanti a me c’era un barattolino di acqua saponata, quello che serve per fare le bolle di sapone, Ma l’incantesimo non bastava; bisognava ripetere e moltiplicare la richiesta e chiesi l’aiuto della fatina.

“Proviamo a fare apparire mille barattolini. Li daremo a tutti gli abitanti del prato e faremo una battaglia di bolle colorate per cacciare la nuvola dei fumatori.”

Stringendoci le mani ripetemmo la frase magica, questa volta insieme:

“*Crissi bi, crissi, ba, se lo pensi apparirà!*”

E funzionò anche questa volta!

Dopo qualche minuto tutti gli amici del prato felice erano armati di acqua saponata. Scoiattoli, farfalle, api, piccioni, rondini, marmotte, castori, grilli, lumachine. Persino i pesci e le rane del laghetto. Tutti soffiavano verso l’alto, creando in poco tempo tantissime nuvole di bolle di sapone, colorate e brillanti, come non s’erano mai viste.

La nuvola nera dei fumatori dovette arrendersi.

Difronte a quell’attacco di biglie impalpabili si vergognò così tanto che iniziò a piangere. Il vento, aiutato dalla forza colorata e invincibile delle bolle saponate, riuscì a rimandarla indietro, oltre al confine, prima che iniziassero a cadere enormi goccioloni scuri e puzzolenti.

Per ripararsi, i fumatori dispettosi dovettero comprare così tanti ombrelli ed impermeabili che svuotarono tutti i salvadanai che avevano. Rimasti senza soldi, dovettero rinunciare per sempre a sigari e sigarette, che costavano troppo per le loro tasche.

Intanto lì vicino, nel prato dei desideri, le bolle continuavano a volteggiare nel cielo azzurro, che ora stava colorandosi di rosso e arancione perché il tramonto voleva farmi ammirare la sua tavolozza completa.

S’era fatto tardi!

Salutai gli amici animaletti che mi avevano aiutato e chiesi alla fatina di riaccompagnarmi a casa, perché se la mamma si fosse accorta della mia assenza si sarebbe preoccupata.

Un altro volo, mano nella mano con la mia dolce amica mi riportò nel mio lettino.

Qui la fatina mi sussurrò: “Ciao, grazie dell’aiuto. Torna quando vuoi nel prato dei colori: per arrivarci basta chiudere gli occhi e mettere in moto la fantasia. E non dimenticare mai la frase magica...”.

Sentii un leggero soffio di vento vicino al viso e mi svegliai....

Giusto in tempo per vedere lì accanto una bellissima bolla di sapone. Allungai la mano per prenderla, ma proprio in quel momento vidi riflesso nella bolla il volto della mamma. Era appena entrata per svegliarmi.

“Forza, dormiglione. Alzati! È ora di andare a scuola!”

Con un “plic” discreto la bolla mi salutò, lasciandomi sulla mano soltanto una goccia d’acqua dai riflessi colorati.

Indicazioni insegnanti

Per la lettura diretta la favola è rivolta a bambini di età compresa tra i 6 e gli 8 anni; se letta o raccontata da adulti, è adatta anche a bambini in età prescolare.

La storia si adatta ad essere drammatizzata: i bambini possono interpretare i vari personaggi (persone, animaletti e fiori); si consiglia di far interpretare da persone adulte (magari genitori) i “cattivi” della situazione (i fumatori dispettosi).

La storia è corredata da illustrazioni realizzate in stile semplice, elementare nelle forme, di forte impatto cromatico, al fine di un immediato coinvolgimento emotivo dei piccoli fruitori. Inoltre sono state inserite immagini in bianco e nero che possono essere colorate dal bambino che può così personalizzare il testo. Così sarà davvero una “favola a colori” dove i colori possono vincere il grigiore del fumo!

Le autrici: *M. Cristina Muccioli* (testo) *Silvia Montanari* (illustrazioni) - Rimini

8. Fumo su arcobalandia

C'era una volta un reame felice e pacifico che si chiamava Arcobalandia. Il re, Cubico III, amava la sua sposa Radiosa delle Terre Poetiche del Nord, e la loro figliola, Ricerca, principessina del Paese degli Studi.

Cubico prediligeva giocare con le figure geometriche (cerchio, quadrato, triangolo, piramide e, naturalmente, cubo...); le forme per lui avevano un fascino tutto unico e particolare... non avrebbe potuto farne a meno.

La regina radiosa, invece, amava tutte le espressioni artistiche, dalla poesia alla pittura, dalla musica alla scultura.

Ricerca, chissà a chi somigliava..., voleva sempre scoprire il perché delle cose e passava le sue giornate sperimentando ed analizzando: strana ragazza!

In quel sereno paese l'unico problema era la sorellastra del re, Disgrazia, che a volte costringeva tutti i componenti della famiglia reale a giochi di pura fortuna, nei quali solo lei era imbattibile... il più delle volte perché barava: infatti era anche una strega molto potente. Un giorno Disgrazia convinse Cubico III a giocare a dadi: riuscì a vincerlo e: – *Veloce!! Senza pensare!! Dimmi che cosa pensi sia inutile nel tuo reame!! Veloce!! Senza pensare!!*

Preso alla sprovvista, *Veloce!! Senza pensare!!*, Cubico III rispose: – *Il colore.*

Allora Disgrazia fece un terribile maleficio: tutti i sudditi di Arcobalandia iniziarono a fumare accanitamente, sigaretta dopo sigaretta, sigaro dopo sigaro, pipa dopo pipa... – *Che tutti i colori scompaiano da Arcobalandia!!*

Radiosa e Ricerca cominciarono a disperarsi: sapevano che tempi durissimi si stavano preparando per il loro felice reame. Ed infatti ben presto...

il cielo si oscurò e il sole smise di brillare

sulla terra tutto perse colore diventando così grigio,
opaco, piatto, triste...

l'aria diventò pesante, grigia, piena di fumo...

i bambini cominciarono a tossire forte, forte, giorno e notte,
ormai senza respiro...

le foglie caddero dagli alberi. Perché l'aria e la luce
non le nutrivano più...

prima i bambini e gli anziani, poi i giovani e gli adulti persero l'appetito
davanti a cibi senza colore e profumo...

le farfalle ormai tutte grigie, non si riconoscevano più tra di loro
e quindi non trovavano più un compagno o una compagna...

con i polmoni pieni di fumo, i bambini non riuscivano più a correre,
perché mancava loro il fiato...

gli uccelli non cantavano più, con la gola infiammata...

Avviliti, ormai dimagriti per l'inappetenza data dal cibo insipido, intossicati e senza fiato per il fumo, vestiti di abiti ingrigiti e tristi, gli abitanti di Arcobalandia si rivolsero a re Cubico e alla Regina Radiosa. Afflitti i sovrani non sapevano come risolvere il problema.

In tutto il paese l'unica ad avere ancora un filo di speranza era Ricerca: un po' chiusa nel suo laboratorio, un po' in giro per il reame, la principessina continuava ad osservare, analizzare, studiare, ragionare... cercando una soluzione, finché Ricerca chiese che tutti i sudditi si radunassero ai piedi del castello ed iniziò ad interpellare la potente Strega, sua zia Disgrazia.

– Tu hai chiesto a mio padre quale fosse l'elemento più inutile del reame. Alla sua risposta il colore, hai oscurato il cielo ed il sole, ma hai sbagliato, perché in realtà i colori non sono spariti: sono solo nascosti dal fumo!

Livida di rabbia Disgrazia fu costretta a soffiare via tutto il fumo
dal cielo e dal sole
dalla terra
dai fiori e dalle api
dall'aria
dai polmoni dei bambini
dagli alberi e dalle foglie
dai cibi
dalle farfalle
dai giochi dei bambini
dagli uccelli.







Sconfitta dalla saggezza di Ricerca, Disgrazia decise di annullare il terribile sortilegio per cui tutti i sudditi dimenticarono le sigarette, sigari, pipa e il fumo sparì per sempre da Arcobalandia, per la felicità di tutti i sudditi di Cubico III, che tornò alle sue forme geometriche. di Radiosa, che riprese a dipingere, scolpire, suonare e comporre poesie e di Ricerca che, rassicurata da questo brillante successo, aveva dimostrato ai genitori che anche i suoi studi potevano essere utili al regno.

Indicazioni per gli insegnanti

I destinatari sono i bambini di prima e seconda elementare.

La finalità è diffondere anche al mondo dell'infanzia una cultura basata sul benessere dell'individuo e sulle modalità del suo raggiungimento, a partire dalla prevenzione del tabagismo.

Gli obiettivi sono: far capire ai bambini quali sono i danni provocati dal fumo di tabacco (attivo e passivo), far comprendere la necessità dell'azione preventiva (non iniziare a fumare) e l'importanza di smettere di fumare, favorire la trasmissione del messaggio dal bambino all'adulto.

Il testo prevede, oltre alla possibilità di essere utilizzato come lettura, anche un approccio più coinvolgente per i bambini, cioè la possibilità di disegnare e/o colorare alcune immagini in modo che si sentano più partecipi all'attività e visualizzino essi stessi alcuni aspetti della storia. Questa seconda fase può servire anche come momento di verifica.

La lettura della favola potrà essere un punto di partenza per spunti di riflessione da fare insieme agli alunni sul problema del fumo.

Per contestualizzare il tema, si potranno chiedere loro notizie riguardo al fumo nella famiglia di provenienza, al fine di rendere la trattazione dell'argomento più concreta e vicina alla loro esperienza.

Sarà in ogni caso necessario mettere in luce gli aspetti negativi del fumo senza creare ansia o allarmismo nei bambini, in modo che la comprensione e l'interiorizzazione avvengano comunque serenamente, in modo da generare un atteggiamento consapevole, ma sereno.

I contenuti di tipo più strettamente conoscitivo saranno, in una prima fase, semplici ed adeguati all'età degli alunni; potranno poi essere sviluppati ed approfonditi ulteriormente, negli anni successivi, con uno studio più dettagliato dell'apparato respiratorio e dei meccanismi patogenetici relativi alle sostanze presenti nel fumo.

Le autrici: *Donatella Goldoni e Laura Graziani - Ferrara*

9, Storia di Curiosino

C'era una volta un topolino di nome Curiosino che viveva in una piccola tana nascosta nel bosco. Siccome era desideroso di conoscere il mondo, un giorno decise di andare ad esplorare la vicina città di Animalandia. Salutò gli amici fiori, le farfalle, i funghi, poi lesto, lesto partì per la sua grande avventura.

Era ansioso, non vedeva l'ora di scoprire tutto quel mondo nuovo! I suoi genitori gli avevano raccontato che non era bello vivere ad Animalandia, ma sarà stato proprio vero?

Una volta arrivato, notò che la città non aveva colori, nemmeno i suoi abitanti. Anzi avevano tutti una gran fretta tanto che Curiosino rischiò d'esser più volte travolto. Impaurito, si rifugiò sotto un cassonetto. All'improvviso gli apparve un essere mostruoso aveva gli occhi rossi come il fuoco, i capelli neri arruffati, la bocca come l'entrata di una caverna. Essa emanava un fumo talmente intenso da appannare ogni cosa, ma soprattutto da togliere il respiro. Il povero topolino stava soffocare.

Pensò al cielo azzurro che aveva lasciato e pianse amaramente. I suoi lamenti arrivarono alle orecchie del Mago Leone che immediatamente decise di accorrere in aiuto all'imprevedibile topolino. Mago Leone arrivò in città accompagnato dai suoi amici spiritelli che trasformarono le lacrime di Curiosino in pioggia. Essa cadde talmente copiosa che soffocò Mostro Fumo.

Piano piano gli abitanti e le cose di quella città presero colore, il cielo diventò limpido, il sole riapparve col suo bel faccione felice, Curiosino cominciò a respirare meglio. Così si abbandonò in un sonno profondo. Mago Leone ne approfittò per farlo riportare dagli spiritelli nel suo bosco.

Quando il nostro topolino si svegliò, come per incanto, ritrovò tutti i suoi amici ai quali raccontò la sua brutta avventura. Era però felice d'aver vinto Mostro Fumo e liberato la città con l'aiuto di Mago Leone e dei suoi spiritelli.

Quell'esperienza gli aveva fatto apprezzare il cielo azzurro, l'aria pulita, i colori.

Così visse felice e contento nel suo bosco insieme ai suoi amici.

Indicazioni per gli insegnanti

Progetto musica-teatro

Destinatari: alunni delle classi seconde elementari

Che cos'è: serie di attività per educare alla salute, alle diversità, all'osservazione e alla conoscenza di comportamenti e relazioni tra gli alunni.

Obiettivi:

- attivare processi di modifica dei comportamenti individuali e di gruppo
- sviluppare la capacità di comunicare
- socializzare le esperienze
- collaborazione
- disponibilità verso il diverso

Organizzazione: conversazioni, mappe, lavoro individuale e di gruppo, giochi

Spazi: aule scolastiche, palestra, laboratorio di musica e d'immagine

Materiale: oggetti di recupero, occorrente per scrivere e disegnare, colori (pastelli, pennarelli, tempere...), materiale musicale, materiale sportivo.

Raccordi: lingua italiana, educazione all'immagine, musica, psicomotricità, scienze

Tempi: tre mesi circa

Verifica: osservazioni dirette durante il percorso, foto e riprese con la videocamera, drammatizzazione finale.

Personaggi della drammatizzazione: Topolino Curiosino, Mostro Fumo, Mago Leone, Spiritelli, abitanti della città, funghi, farfalle, fiori, sole, gocce di pioggia, cielo, nuvole, arcobaleno.

Canzone finale: AMICIZIA = FELICITÀ

Amicizia = Felicità
Questo da sempre si sa
Un amico è importante per giocare almeno un istante.

È bello essere amici
E diventare per questo felici.
A che serve essere infelici
Quando si è amici?
L'amicizia e la felicità
Portano ovunque la serenità.
L'amicizia vera
È quella sincera.
È come un fiore aperto
Sbocciato nell'erba fresca di un concerto

Ora la gente di Animalandia
Tutto il giorno canta,
gli amici spiritelli
l'hanno trasformata in personaggi belli.
Le gocce di pioggia scesa dal cielo
Hanno tolto quel fumoso velo.
Dal grigio veleno
È uscito un arcobaleno
Che ci ha regalato un cielo sereno.

Facciamo insieme un girotondo
Che abbracci tutto il mondo.
Tutti saltano di gioia:
non si muore certo di noia.
Con questo si può capire che l'Amicizia
È una vera delizia.
L'amicizia e la felicità
Ora sono una realtà:
questo ognuno di noi lo sa.

Gli autori: *le insegnanti e gli alunni delle classi 2A e 2B
della Scuola Elementare Reggiolo (RE)*

WOO
THE STORM

Spirallo: The wind started to blow

WOO, WOO, THE WIND IS BLOWING HARD
WOO, WOO, THE WIND IS BLOWING VERY HARD

Spirallo: Then it started to rain

DROP DROP DROP DROP DROP
IT'S RAINING DROP DROP DROP
DROP DROP DROP DROP DROP
IT'S RAINING DROP DROP DROP

Spirallo: Then it started to pour

DROP DROP DROP DROP DROP
IT'S POURING DROP DROP DROP
DROP DROP DROP DROP DROP
IT'S POURING DROP DROP DROP

Spirallo: It's pouring

POURING




10. Storia di un paese che rischiò di andare in ...fumo

Il Paese Arcobaleno

C'era una volta il Paese Arcobaleno in cui tutto andava a meraviglia e gli abitanti erano felici.

Ogni famiglia aveva la sua casa e tutto ciò che serviva per viverci comodamente dentro. Fra le case c'erano parchi e giardini curati e coltivati con fiori e alberi, dove i bambini giocavano e gli adulti si scambiavano saluti, chiacchiere e sorrisi.

L'aria era pulita, il cielo blu e sgombro dalle nuvole, anche quando pioveva si formavano nubi gentili che annaffiavano il paese in modo premuroso e delicato.

Ognuno teneva pulito intorno a sé e agli altri, ognuno raccoglieva la spazzatura e la metteva negli appositi cassonetti.

Intorno, le montagne erano verdi di boschi e di prati dove pascolava qualche mucca.

Un fiume scendeva dalla montagna più alta, attraversava il paese, scorrendo sotto un ponte di sasso, antico come lui, e se ne andava al mare scintillando sui sassi lucidi del fondo.

Il cielo rifletteva i colori dei fiori, della foresta, delle case, dell'acqua, del grano, facendo da cornice al quadro del Paese Arcobaleno.

Il paese ...a rovescio

Ma....un brutto giorno...

Il sole fu il primo che cominciò a fare le cose a rovescio: al mattino tramontava, alla sera sorgeva!

Gli abitanti, perciò si trovarono a stare alzati di notte e a dormire di giorno e, per poter vedere, furono costretti a tenere accese a lungo le lampade delle case e i lampioni delle strade, finché rimasero senza energia elettrica e furono costretti a lavorare al buio: gli operai non vedevano dove mettevano le mani e spesso si facevano male con gli attrezzi che usavano; gli impiegati scarabocchiavano di segni incomprensibili fogli su fogli che si ammonticchiavano sulle scrivanie e non servivano a nessuno; le mamme cucinavano le parti più scadenti del cibo e scartavano quelle più nutrienti e i bambini cominciarono a rimpinzarsi di quelle schifezze... trovandole perfino gustose; nessuno coltivava più la terra, perciò la verdura sparì dalle tavole e lasciò il posto a cibi conservati, precotti e "premasticati"; gli automobilisti viaggiavano al buio a fari spenti, così non si accorgevano di investire dei poveri pedoni innocenti, e li lasciavano per terra sull'asfalto senza nemmeno soccorrerli.

Anche il fiume smise di scorrere dalla montagna al mare e cominciò a risalire i fianchi del monte fino a ritornare alla sua sorgente: in poco tempo il mare si svuotò, la montagna si gonfiò di acqua, finché cominciò a franare e a scendere fino alle case del paese che rischiarono di venire sepolte.

Nessuno lavava più i vestiti: chi aveva vestiti sporchi o strappati li buttava via e li ricomprava nuovi finché, i soldi finirono e tutti furono costretti a indossare gli abiti rimasti, sporchi, stracciati e maleodoranti.

Nei giardini, nei parchi e sulle strade si accumulavano mucchi di spazzatura sempre più alti che ricoprivano le erbe e i fiori e che emanavano un lezzo disgustoso.

I bambini andavano a scuola solo la domenica mentre gli altri giorni vagabondavano per le strade senza meta: non si incontravano più al parco per salutarsi, chiacchierare, scambiarsi sorrisi, perché al buio non potevano guardarsi negli occhi e riconoscersi

amici. Anche le piante facevano una cosa bizzarra e iniziarono a crescere a rovescio: allungavano i rami e le foglie sotto terra e alzavano le radici al cielo. Le radici, così scoperte, presto si seccarono e sotto terra le foglie marcirono.

La pianta fumogena

Solo una pianta continuava a crescere rigogliosa e per il verso giusto, aveva foglie verdi e larghe: la pianta del tabacco.

Quella pianta, che non si poteva nemmeno mangiare, fu l'unica che sopravvisse, ma le sue foglie, invece di produrre ossigeno, come quelle di tutte le altre piante, producevano un fumo azzurrino che piacque molto agli abitanti, soprattutto ai grandi.

Tutti quanti, grandi o piccoli smisero di respirare la solita aria pulita e cominciarono a respirare a pieni polmoni il fumo di quella foglia: fumavano i vecchi e i giovani, gli uomini e le donne, i ragazzi e i bambini, gli insegnanti, i medici, i preti, i poveri, i ricchi... insomma, TUTTI.

Ormai gli abitanti sembravano camini ambulanti e tanti personaggi dei fumetti, ma con le nuvole vuote di parole e piene di fumo.

Intorno al paese si formò una cortina nera che nemmeno il "sole di notte" riusciva a trapassare, così che nessuno seppe più se il sole c'era o non c'era... E se Arcobaleno esistesse ancora.

I bambini saggi

Per fortuna...

Poiché le cose ad Arcobaleno andavano tutte a rovescio, gli adulti avevano smesso di educare i bambini e i bambini educavano gli adulti: ogni figlio doveva insegnare a vivere al proprio genitore e ogni scolare doveva insegnare al proprio maestro. Così, un giorno che i grandi dormivano, i bambini si diedero appuntamento sulla piazza del paese: erano stanche di tutto quel mondo che se ne andava in fumo e volevano indietro la loro vita felice di prima.

Tutti insieme confabularono e si scambiarono idee per risolvere il loro problema: volevano finalmente vederci chiaro.

Entrarono negli edifici della biblioteca, del museo, della chiesa e del comune che si affacciavano sulla piazza. Dentro consultarono libri scritti "al dritto", osservarono oggetti che raccontavano di un passato in cui le cose andavano ancora per il verso giusto. Ritrovarono stampate le leggi del cielo e della natura, e la descrizione di come era il mondo "prima del fumo".

Ogni bambino poi tornò a casa dal proprio genitore con la soluzione in testa: bisognava seguire il tempo del sole: alzarsi quando lui si alzava, andare a letto quando lui tramontava e tutto avrebbe ricominciato a girare per il verso giusto.

Il paese... al diritto!

Gli adulti furono costretti ad ubbidire ai figli, visto che le cose andavano a rovescio!

Come in un film che va a ritroso si vide ritornare tutto al suo posto: il sole sorse di mattina e tramontò di sera, l'acqua cominciò a scorrere verso il mare e, piano, piano, tutto tornò alla normalità.

Anche le piante crebbero con le radici in terra e le foglie al sole... Tutte... meno una, naturalmente, la pianta del tabacco, che fu costretta a crescere con le foglie sotto terra e le radici al sole, finché queste si seccarono e le piante morirono per sempre.

E così, giorno dopo giorno, il paese Arcobaleno si ripulì, finché si specchio ancora nel cielo con tutti i suoi colori, brillanti, squillanti e puliti, i bambini tornarono a scuola per sei giorni la settimana e si riposarono la domenica, gli abitanti ricominciarono a respirare aria pulita, gli adulti ripresero il loro ruolo di educatori, e invece di mandare fumo dalla bocca, mandarono fuori tante parole che scaldavano il cuore e la mente dei bambini, soprattutto, tutti tornarono a scambiarsi chiacchiere e sorrisi e a guardarsi negli occhi per riconoscersi amici.

Indicazioni per gli insegnanti

Il materiale prodotto può essere utilizzato nelle prime tre classi della scuola elementare. Le attività pratiche proposte sono relative agli ambiti disciplinari: linguistico-espressivo, studi sociali, attività alternativa all'insegnamento della religione.

La parte grafico pittorica è stata realizzata con il collage su carta colorata.

Schede operative

Scheda A: GUARDA I DISEGNI E RACCONTA TU

Obiettivi: esercitare la memoria uditiva, sintetizzare la storia, ricostruire la storia attraverso sequenze ordinate

Scheda B: DELLA STORIA MI È PIACIUTO...

Illustra con un disegno il momento della storia che ti è piaciuto di più

Obiettivi: scegliere la parte più significativa, socializzare le scelte fatte, discuterle, confrontarsi; l'insegnante può verificare quali sequenze hanno interessato di più i bambini, verbalizzare le loro riflessioni al fine di fissare concetti e insegnamenti.

Scheda C: CREA CON LE SAGOME IL TUO PAESE ARCOBALENO

Materiali: carta colorata, forbici, matita, colla, colori a spirito.

Come fare:

1. incolla le sagome su un cartoncino
2. ritaglia le sagome
3. utilizza le sagome per realizzare tante case e tanti alberi su carta colorata
4. ritaglia le sagome ottenute
5. incollale su un foglio
6. con i colori a spirito rifinisci e decora le sagome

Obiettivi: esercitare la mano nel ritaglio e nel collage, dare spazio alla propria creatività, eseguire attività socializzanti di piccolo gruppo, scambiarsi consigli e suggerimenti.

Scheda D: CREA UN LIBRO

Con la tecnica del collage costruisci un piccolo "libro" riproducendo a tuo piacere le cinque sequenze della storia e descrivendole brevemente in stampatello.

Obiettivo: sperimentare la costruzione di un libro.

Scheda E: INVENTA UNA STORIA

Inventa tu una storia in cui l'argomento principale sia "il fumo".

Obiettivo: inventare, ideare una storia.

Le autrici: *Zaccarini Loredana* (testo) e *Marconi Paola* (illustrazioni) - Forlì



*C'era una volta
il Paese
Arcobaleno.....
..l'aria era
pulita.....mont
agne verdi di
boschi, prati
fioriti anche
d'inverno. Un
fiume scorreva
dalla montagna
più alta,
attraversava il
paese sotto un
ponte di
sasso.....*



Ma....un
brutto
giorno....
Il sole
cominciò
a
tramontar
e al
mattino e
a sorgere
la sera.
Gli abitanti,
perciò si
trovarono a
stare svegli
la notte e a
dormire di
giorno.



Solo una pianta continuava a
crescere rigogliosa per il
verso giusto, aveva foglie
verdi e larghe: la pianta del
tabacco.
Quella pianta, che non si
poteva nemmeno mangiare
come le altre, fu l'unica che
sopravvisse, ma le sue foglie,
invece di produrre ossigeno
producevano un fumo
azzurro che piacque molto
agli abitanti, soprattutto ai
grandi.



Ritrovarono stampate le leggi del cielo e della natura, e a descrizione di come era il mondo "prima del fumo". Ogni bambino tornò a casa dal proprio genitore con la soluzione in testa..... bisognava seguire il tempo del sole.



Come in un filmato che va a ritroso si vede tornare tutto al suo posto..... E così giorno dopo giorno il Paese Arcobaleno si ripulì finché si specchiò nel cielo con tutti i suoi colori..... Si ricominciò a scambiarsi chiacchiere e sorrisi e a guardarsi negli occhi per riconoscersi amici.

11. La strega Nicotina

In un Villaggio un giorno arrivò una strega.

Era tutta ricoperta di una polvere fitta e densa, di Colore Grigio-Cenere.

Aveva gli abiti stracciati in più punti, portava i capelli scompigliati come un cespuglio di rovi e sulla testa un cappellaccio che le copriva parte del viso.

Dalle labbra penzolava una sigaretta flaccida e puzzolente.

A cavalcioni della sua “scopa stregata” vide dall’alto i piccoli abitanti del Villaggio, affaccendati alle loro occupazioni: tutto sembrava perfetto, pulito e ordinato, le case avevano grandi ceste di fiori alle finestre, l’erba era verde e rigogliosa, le strade ben segnate, il cielo azzurro.

La strega pensò: – “Questo paese mi piace, ci voglio rimanere un po’!” –

Volteggì ancora due volte in cielo e poi, con grande frastuono atterrò nella piazza del paese. Chi era presente in quel momento, si spaventò, gridò e scappò, ma nulla fermò la strega che si piantò a gambe larghe nella piazza e disse: – “ Piccole Cossse! Che essere siete mai? Non ho mai visto nulla di simile!” –

Quel Villaggio era abitato da piccole formiche ordinate e diligenti, laboriose al punto da non concedersi mai un momento di riposo.

Poteva piovere, splendere il sole, tirare vento o tuonare: niente le distoglieva dalle loro occupazioni. In quell’occasione sola mostrarono un po’ di interesse, tanto da....scappare!

Una timida formichina di nome Luma , rimasta sola nella grande piazza, paralizzata dalla paura e facendo leva su un coraggio che non conosceva, chiese balbettando:

– “Tu-tu-tu... chi sei o co-cosa sei mai?”–

– Nicotina, questo è il mio nome, E SONO UNA STREGA ah, ah, ah. Qui mi piace e voglio rimanere” –

Passato il primo momento di paura, le Formiche si avvicinarono alla strega per osservarla e per farsi perdonare di non averla accolta come si conveniva: con garbo ed ospitalità.

– “Resta pure se vuoi - disse Savina, la formica più anziana – Ti aiuteremo a costruire una casa!” –

– “Io non ho bisogno di “voi” – ribadì la strega – con un incantesimo posso avere tutto ciò che desidero – e rise con fragore – ah, ah, ah. Qui mi piace e “voglio rimanere” –

Passato il primo momento di paura, le formiche si avvicinarono alla strega per osservarla e per farsi perdonare di non averla accolta come si conveniva: con garbo ed ospitalità.

– “Resta pure se vuoi” – disse Savina, la formica più anziana – “Ti aiuteremo a costruire una casa!” –

– “Io non ho bisogno di “voi” – ribadì la strega Nicotina – “Con un incantesimo posso avere tutto ciò che desidero” – e rise con fragore - ah ah ah!”.

– “Ohohoh!” – fecero in coro molte formiche stupite e, cosa strana per le loro abitudini, abbandonate ceste e fagotti, incarichi e mansioni, si misero ad osservare la Strega, che presto fatto, si procurò una grande foglia di fico e con quella e con un colpetto della sua scopa magica : – “Oplì, oplà la mia casa eccola qua” – Si costruì un gigantesco castello, proprio nel mezzo della piccola piazza del villaggio.

Per un po’ di tempo le formiche incuriosite trascurarono le loro occupazioni per osservare Nicotina. Era tutto così nuovo e divertente! Nicotina era in gamba, ci sapeva fa-

re! Con il fumo di sigaretta era una vera artista: anelli, spirali, nuvolette grandi e piccole, ed era straordinaria nei racconti. Che strega!

Le più anziane fra le formiche però si stancarono, c'era troppo da fare al Villaggio: avanti, avanti, al lavoro, bisognava recuperare il tempo perduto! Svelte ed operose come al solito, ritornarono alle loro occupazioni! Le formichine più giovani invece lasciarono il lavoro e seguirono la strega!

Dopo poco tempo imitarono perfettamente, come piccole scimmiette, tutte le parole ed i comportamenti di Nicotina, ma soprattutto incominciarono a fumare come lei sigarette pestilenziali. Solo Luma non sembrava interessata a quello che facevano le compagne e quando chiedeva alle amiche – “Ragazze si va a giocare?” – quelle rispondevano – “No, abbiamo da fare” – e dopo qualche giorno non risposero più alle loro domande e la guardavano come fosse un'estranea. Si davano certe arie da grandi!

Luma si sentiva ogni giorno più triste e sola. – “Chissà” – si chiese – “potrei provare anch'io: seguire Nicotina, smettere il lavoro, fumare... Potrebbe essere divertente. Certo mi sentirei meno sola” – Proprio in quel momento passò Nicotina, avvolta come sempre da una nuvola di fumo grigio e pestilenziale e guardò Luma con occhi piccoli e maliziosi.

– “Ciao carina” – le disse – “vuoi un tiro di sigaretta, oppure pensi di essere troppo piccola? Guarda le tue amichette, lo fanno tutte, che problema hai? Su via non essere così timida, ti divertirai, con noi starai bene. Su prova. Solo una volta” –

Fu così che, come in un sogno, Luma accettò una sigaretta, la prima della sua vita. Sentì sulle labbra un po' di caldo, mentre un fumo pestilenziale le invadeva tutta la bocca: la testa cominciò a girare ed una sensazione di nausea cominciò a diffondersi in tutto il suo stomaco, mentre la tosse le scuoteva tutto il corpo. – “La testa, la testa, qualcuno fermi la mia testa – pensava – e lo stomaco, mi sta uscendo dalle orecchie! Non respiro più, la gola mi si è chiusa, so-so-soffocoooo!” – Accidenti che brutta sensazione! Cos'era mai questa schifezza! Come le era venuto in mente di provare! No e poi no! Lei non ci stava, lei non voleva stare male! E pensare che le amiche si davano delle arie per tutto questo! – “Piuttosto starò sempre sola – pensò – ma fumare no, mai più!” –

Mentre gli occhi ironici di Nicotina la seguivano, Luma tornò a casa promettendo a sé stessa che mai e poi mai avrebbe ripetuto quella esperienza. Nel villaggio però qualcosa di nuovo stava avvenendo. Nessuna delle formiche grandi sembrava rendersi conto del cambiamento: pensavano solo al lavoro, non alzavano mai gli occhi per guardarsi intorno e la sera nelle loro case erano tanto stanche da pensare solo a riposarsi. Per molti giorni le piccole formichine imitarono ciecamente i comportamenti della strega Nicotina, senza che a nessun abitante del villaggio venisse in mente di protestare. Il lavoro quotidiano abbandonato procurò disordine ed immondizia ovunque, e poi la cenere delle sigarette e i mozziconi accesi stavano ricoprendo tutto quello che li circondava: cespugli fioriti, prati, piazze, tutto il loro mondo stava cambiando!

Luma si alzò un mattino e guardò con occhi nuovi il suo bellissimo paese che bellissimo non le sembrava più. Tutto stava cambiando così rapidamente! Possibile che le grandi non se ne accorgessero? Prese la decisione rapidamente: tirò su col naso, alzò la testa, si fece coraggio, andò dalle sue amiche formichine e le pregò: – “Ti prego Mina, ti supplico Otta, anche tu piccola Ania, ora basta, guardatevi intorno, è tutto così brutto, disordinato e sporco di cenere. Dite a Nicotina di smettere e smettete anche voi, torniamo ad essere le formichine di un tempo!” –

– “Come possiamo farlo Luma? – disse Otta – Sai che un giorno, per il fumo, avevo la tosse talmente forte che non riuscivo quasi a respirare? Ebbene Nicotina mi guardò con occhi cattivi, mi mise la sigaretta in bocca e disse – Vedrai ora ti passa – Ho avuto tanta paura sai?” – E Mina continuò – “Nicotina è sempre qui con noi, non ci lascia nemmeno un minuto, ci controlla e ci dice quello che dobbiamo fare!” –

– “Se non facciamo come dice si arrabbia – replicò Ania – Io ho tanta paura!” –

La strega che si aggirava continuamente per le vie del villaggio sentì tutto e con rabbia urlò – “Piccole impertinenti vi darò una lezione straordinaria. Capirete chi sono! Non si parla di Nicotina in questo modo!” – Con grande clamore, agitando la sua scopa fatata si aggirò per il piccolo villaggio, pronunciando parole magiche misteriose: – “Obblioooooop! Obblioooooop! Presi li ho, presi li terrò!” – Tutto il paese fu invaso da un fumo denso e grigio, che irruppe in ogni cosa: gli abitanti respiravano a malapena tossendo senza tregua. Morirono i fiori, l'erba si seccò, il sole si oscurò e non c'era più nessuna differenza fra il giorno e la notte. – “Poveri noi, cos'è mai accaduto?” – pensavano. Nulla nel villaggio era più come prima! La piccola Luma, disperata e impaurita, implorò le amiche: – “Mina, Otta, Ania, ragazze non possiamo più attendere, dobbiamo fare qualcosa, la strega non può distruggere tutto quello che abbiamo, dobbiamo farla smettere e mandarla via” – Ma la strega che tutto sentiva gridò: – “Piccole sciocche come osate? Non vi è bastato quello che ho fatto? Per questa vostra impertinenza pagherete, pagherete!” – Li guardò con occhi maligni come fa il gatto con il topo e da quel momento tutto peggiorò! L'aria si fece ancora più cupa, da grigia si fece nera e la cenere coprì come un mantello tutta la terra, le case, le piante. La strega soddisfatta, si sedette in poltrona, nella veranda del suo castello e per festeggiare si accese il sigaro più grosso e pestilenziale che mai si fosse visto.

Tutti gli abitanti del villaggio si chiusero in casa al riparo, si sentirono tristi, soli e spaventati, non sapevano come far smettere Nicotina. Come avevano potuto essere così ciechi? Permettere a Nicotina di impadronirsi del loro bellissimo villaggio e delle loro vite senza reagire, senza dire nulla? Tutto sembrava ormai perduto.

Ma alla piccola Luma venne un'idea! Approfittando di una distrazione di Nicotina, che se la spassava sulla veranda con il sigaro, bagnò nell'acqua un piccolo fazzolettino che le aveva regalato la nonna e che portava sempre al collo come portafortuna, lo mise davanti alla bocca e uscì di casa senza fare rumore. In punta di piedi con il cuore che le batteva forte dall'emozione si avvicinò alla casa di Mina, le fece segno di tacere: – “Ssst” – e la convinse con il linguaggio dei segni a procurarsi un fazzolettino bagnato, metterlo sulla bocca e seguirla. Così fece con Otta e con Ania. In punta di piedi, come brave formichine cospiratrici, raggiunsero il ruscello. Il fumo e la cenere non lo avevano coperto, perché lo scorrere dell'acqua trascinava via tutto. Riempirono tre grossi secchi d'acqua, talmente grandi e pesanti che a stento riuscivano a muoversi. A piccoli passi, in fila indiana, raggiunsero il castello della strega Nicotina; si arrampicarono silenziosamente sulle sue pareti ruvide e fetide per la cenere e quando furono in cima alla torre più alta rovesciarono i grandi secchi d'acqua sulla testa della strega che stava proprio lì sotto. Fu bellissimo! La strega inzuppata e lavata era senza poteri e, miracolo!, non puzzava più! Le sue sigarette bagnate non potevano essere più accese! Senza l'alone di fumo intorno non sembrava più lei. Si disperò: – “Cosa mi avete fatto? Sono rovinata! Rivoglio le mie amate sigarette.... Ih, ih, ih, Povera me, ih, ih, ih” – piagnucolava. Che spettacolo! Tutti gli abitanti del villaggio accorsero per festeggiare lo scampato pericolo e per decidere insieme la punizione da dare all'ingrata fumatrice!

– “La potremo mettere in ammollo nel ruscello” – disse una formica, che aveva ancora tracce di cenere sulle antenne.

– “No appendiamola all’albero del gelso dove i bruchi la possono rosicchiare!” – propose un’altra. Ma Luma che ormai era diventata la formichina più coraggiosa e saggia del villaggio con un grande sorriso propose: – “Procuriamoci una spugna e facciamole lavare tutto quello che ha sporcato con la cenere e il fumo” – Era deciso! Questa era la punizione! Fu un vero spasso vedere la strega Nicotina lavare, spolverare, tossire, piagnucolare per le vie del villaggio! Finalmente tutto tornò come prima, i colori e l’armonia ritrovata. Tutto sapeva di buono e di serenità. Le formiche grandi, non ne parlarono mai, ma erano dispiaciute di non aver protetto le loro piccole amiche. Lo si capì dalla decisione che presero: si stabilì per legge che tre ore al giorno erano dedicate al gioco e al divertimento per tutte! Il lavoro poteva attendere! Non male, anzi che spasso! E la strega? Sì, è ancora lì, ma da quando non fuma più, non ha più poteri magici, è felice e prepara tisane di camomilla e pappe all’orzo e racconta storie di draghi e di streghe cattive che vengono punite, per le nuove formiche neonate, che sono felici di avere una “nonna” stravagante e speciale come lei, che non ha più la tosse e succhia caramelle al rabarbaro.

“Questo fu nel villaggio felice, che di una esperienza brutta si fece tesoro per migliorare la vita di tutti i suoi abitanti.”

Indicazioni per gli insegnanti

Il lavoro è stato pensato per bambini di 8 anni. Il testo è una favola con illustrazioni. Si può unire al piacere ludico della lettura di una storia divertente anche la trasmissione di valori: aggregazione, autostima, il coraggio di agire per difendere le proprie convinzioni, il coraggio di dire di no ad atteggiamenti stereotipati comuni, es.: fumo perché lo fanno tutti, mettere in discussione i modelli di comportamento degli adulti.

L’autrice: *Anna Maria Grassi* - Massafiscaglia (FE)

Alcune illustrazioni:



12. Il mistero dell'impero azzurro

C'erano una volta, su un pianeta, due grandi Nazioni: L'Impero Azzurro e il Regno Grigio.

Anche se i due stati confinavano, erano tanto, ma tanto diversi l'uno dall'altro.

La vita dell'Impero Azzurro scorreva pacifica, serena e prospera. I suoi abitanti erano pieni di salute, felici di vivere, gentili, educati e nel momento del bisogno ci si aiutava. Le città erano piene di giardini pubblici, i veicoli erano pochi e non inquinanti, le case erano belle. I bambini passavano a scuola ore meravigliose e i papà e le mamme andavano al lavoro con piacere e nel tempo libero giocavano coi figli e si divertivano insieme.

Nell'Impero Azzurro nessuno aveva il vizio del fumo, per cui le sigarette non erano neanche in vendita.

Nel Regno Grigio, invece, c'era molto inquinamento, le strade erano intasate di macchine, le case erano brutte, gli abitanti erano malaticci, la gente era aggressiva e maleducata, molti papà non trovavano lavoro, le scuole erano noiose, i bambini avevano poco spazio e verde per giocare. Tutti diventavano scemi davanti alla televisione. Inoltre, il Regno Grigio era famoso perché tutti fumavano. Tutti compravano sigarette e sigari e ne consumavano intere scorte. Dovunque si andasse nuvole di fumo avvolgevano le persone e facevano puzzare le stanze, i vestiti, il cibo... e non parliamo dell'alito!

Un giorno Mister Mister, l'agente segreto più bravo e famoso del Regno Grigio, fu convocato in tutta fretta dal Ministro della Sicurezza Nazionale.

Qual era l'aspetto di Mister Mister?

Voi forse vi aspettereste un tipo come 007, un tipo alto, scattante, veloce, capace di saltare da un treno all'altro, fare a pugni, guidare un aereo, e così via.

Vi sbagliate.

Mister Mister era un... ragazzino.

Ma un normale ragazzino della vostra età, né alto né basso, né grasso, né magro, insomma uno come voi.

Mister Mister, inoltre, era un po' timido, non era atletico, aveva paura di fare a pugni, ovviamente non sapeva neanche guidare l'automobile e tanto meno aerei o motoscafi... Mister Mister le avventure preferiva leggerle, guardarle al cinema, piuttosto che viverle personalmente.

Allora come mai era l'agente più famoso del suo paese? Perché era dotato di una grande sensibilità e più di una volta aveva risolto casi difficili grazie alle sue doti.

La sera prima Mister Mister era stato avvertito di informare i suoi genitori e i suoi amici che doveva prepararsi ad un lungo viaggio e ad una lunga assenza.

E, adesso, si trovava lì, al palazzo del Governo del Regno Grigio.

Un usciere fece cenno a Mister Mister di entrare nella stanza del Ministro della Sicurezza del Regno Grigio. Vi aspettate una sala spaziosa, con pavimenti di marmo, con mobili e oggetti preziosi? Sbagliate un'altra volta. La stanza del Ministro era un banale ufficio, persino un po' angusto. Vi state chiedendo perché? Non avete notate che ci troviamo nel Regno Grigio? Da un paese con questo nome che cosa vi attendete?

Dietro la scrivania era seduto il Ministro Kandiz. Di lato, sprofondato in una poltrona, il capo dei Servizi Segreti, il Colonnello Rapax. Entrambi fumavano sigarette su sigarette. I posacenere erano ricolmi di mozziconi e l'aria era talmente piena di fumo che Mister Mister tossì ripetutamente.

“Caro Mister Mister “ – cominciò il Ministro – “Avrai già capito che ciò che sto per comunicarti è di primaria importanza e che nulla di ciò che ti dirò dovrà essere riferito ad altri. È questione di sicurezza nazionale. Sono in gioco le strategie della nostra politica estera, le relazioni interculturali e il consolidamento dello sviluppo economico mondiale”.

(Se non avete capito o in seguito non capirete bene tutte le parole del Ministro e, soprattutto, il tono, non preoccupatevi: gli uomini politici parlano sempre così. O anche peggio.)

Fece una pausa e guardò il nostro agente fisso negli occhi, come per accertarsi che avesse ben compreso la serietà della situazione. – “Da qualche tempo ci giungono voci incontrollate sul progresso del nostro potente vicino: l’Impero Azzurro. Ci riferiscono che questo stato migliori e prosperi sempre più: tutti i suoi abitanti vivono nell’abbondanza e nella felicità. Perché avviene questo? Qual è il suo segreto? Si parla di misteriose scoperte scientifiche... insomma, capisci che non possiamo restare con informazioni così vaghe...”. – “Dobbiamo saperne di più” – intervenne Rapax per farla breve.

– “Sì, ne va della sicurezza nazionale, degli equilibri fin qui faticosamente raggiunti tra le maggiori potenze del pianeta, maggiori potenze di cui riteniamo a ragione di far parte...”. Vi annoiate quando parla il Ministro? Bene, lo stesso Mister Mister si trattiene dallo sbadigliare. – “La missione” – riprese Kandiz – “consiste nel recarsi a Solaris, capitale dell’Impero Azzurro e lì, informarsi, indagare e scoprire, intrufolandosi negli ambienti politici, intellettuali, religiosi, artistici della città. Contiamo su di te. E la paga sarà adeguata”.

Mister Mister sapeva bene che gli sarebbe toccata una miseria, ma era cosciente anche del fatto che se avesse rifiutato l’incarico, i due gli avrebbero fatto mille dispetti, tra cui quello di togliergli la tessera a Agente segreto che gli permetteva di viaggiare gratis sugli autobus e andare al cinema senza pagare.

Del resto, si trattava di assecondare le manie di grandezza e la voglia di giocare a fare le spie di persone meschine ed incapaci. – “Accetto senz’altro, per la grandezza della nostra Patria.” – disse solennemente Mister Mister.

L’indomani mattina Mister Mister partì in aereo verso l’Impero Azzurro. Mentre l’aereo si sollevava, vide dall’alto l’enorme cappa di smog che avvolgeva tutte le città del Regno Grigio. Dopo qualche ora Mister Mister cominciò a scorgere, dai piccoli finestrini dell’aeroplano, le mura di Solaris, la capitale dell’Impero Azzurro. Enorme, smisurata, era divisa in grandi quadranti, ognuno dei quali rappresentava una forma di arte ed era costruito in uno stile diverso. C’era il quartiere dei pittori e quello degli architetti, quello degli scultori e quello dei poeti, quello dei romanzieri e quello dei musicisti. Uno con degli edifici altissimi, un altro con le case scavate nella pietra, uno tutto immerso nel verde, un altro con palazzi enormi e solenni, un altro con costruzioni bizzarre, e così via: visitare Solaris significava immergersi in cento forme differenti!

Al centro della città si trovava un’enorme piazza, la Piazza Imperiale, di forma ovale: occorreva ore per percorrerla da un estremo all’altro.

Era una splendida giornata di sole e i raggi illuminavano tutta la città, a volte scintillando in alcuni punti. Quanta luminosità! Tutta Solaris appariva in movimento. E anche se Mister Mister stava guardando Solaris molto dall’alto, sentiva che il movimento di quella città e della sua gente era un movimento di gioia e contentezza. L’aerostazione era collocata ai margini della città. L’aereo discese dolcemente sulla pista color oro.

Nei giorni successivi incontrò tanta gente. Tutti erano gentili, sorridenti, simpatici. E felici. Ma qual era il loro segreto?

Come se fosse un turista qualunque, la prima settimana visitò i musei, i monumenti, le costruzioni celebri: come erano belli e maestosi!

La seconda settimana visitò le chiese, le basiliche, le cattedrali: come erano armoniose e spirituali! La terza settimana visitò i giardini pubblici e i parchi: quanto verde meraviglioso, quanta pace, quante diverse specie di fiori e di alberi! La quarta settimana visitò le scuole e le università: quanta sapienza e quanta gioia nell'insegnare e nell'apprendere. La quinta settimana visitò gli impianti sportivi, i palazzetti e gli stadi di atletica e di calcio: come si divertivano a gareggiare senza violenza! Ogni volta si intratteneva a parlare con che incontrava per cercare di scoprire il segreto di tanta bellezza e perfezione.

I custodi rispondevano: "NOI SIAMO TOTALMENTE, INTERAMENTE, PIENAMENTE FELICI!!!"

Gli artisti davano questa spiegazione:

I sacerdoti dicevano pacatamente: "NOI SIAMO TOTALMENTE, INTERAMENTE, PIENAMENTE FELICI!!!"

Gli scienziati dimostravano: "NOI SIAMO TOTALMENTE, INTERAMENTE, PIENAMENTE FELICI!!!"

Gli insegnanti spiegavano chiaramente: "NOI SIAMO TOTALMENTE, INTERAMENTE, PIENAMENTE FELICI!!!"

Gli atleti urlavano pieni di vitalità: "NOI SIAMO TOTALMENTE, INTERAMENTE, PIENAMENTE FELICI!!!"

Insomma Mister Mister otteneva sempre la stessa, identica risposta.

Per farla breve, i giorni passavano e Mister Mister non riusciva a scoprire il Mistero dell'Impero Azzurro.

Nel suo albergo, una notte, quando ormai non sperava più di trovare una soluzione al Mistero, Mister Mister si svegliò perché aveva un po' di sete.

Cercò di raggiungere il lavandino, ma, intontito dal sonno, incespì e sbattè la testa contro una parete. Tuttavia, invece di farsi male lui, fu il muro ad aprirsi: era una parete debole debole, come di cartone. L'urto della testa dell'agente con essa aveva provocato una specie di crepa. Incuriosito Mister Mister cominciò ad allargare quella fessura. E come era facile! Quel muro sembrava prima di cartone, poi carta, poi carta velina, poi aria. Più andava avanti, più se ne veniva da solo. Dai primi squarci si vedeva solo un buio profondo, ma, allargando sempre più l'apertura, si trovò su una sorta di immensa balconata che sembrava non finire mai.

Si sporse e... così, alla fine, VIDE.

Oltre i balconi si spalancava l'universo intero. Galassie e nebulose, fiumi di stelle e luminosi gas interstellari erano lì. Sembrava di vederli vorticare. E da tutto l'Universo arrivavano. Arrivavano. Su quelle immense balconate.

Cosa? Dall'Universo convergevano su quelle meravigliose terrazze tutte le fantasie di tutte le persone, di tutti i bambini, di tutti gli animali.

Ecco i giocattoli: ecco i trenini, ecco le bambole, ecco i soldatini, ecco le costruzioni di plastica, ecco le biciclette, ecco i palloni da calcio, ecco i videogames...

Ecco i libri, e gli album delle figurine, e i dischi e i film...

E finivano in quel punto tutti i pensieri, tutti i sentimenti, tutte le emozioni, tutte le speranze, tutte le illusioni, tutti i sogni.

Ecco i personaggi inventati, ecco i cow boys, ecco gli esploratori, ecco i pirati, ecco gli astronauti...

Ecco Don Chisciotte e Robinson Crusoe, e Sandokan, e Pinocchio... e anche l'uomo invisibile!

Mister Mister li vedeva arrivare, cose e pensieri, come bagliori di luce: se non si fossero raccolti lì sarebbero svaniti inesorabilmente e si sarebbero perduti per sempre.

Era questo che dava vita a Solaris e a tutto l'Impero Azzurro.

Ed era quello il segreto dell'Impero Azzurro: L'aria pulita, il fatto che la gente non fumasse, conducesse una vita sana e non inquinasse l'ambiente, permetteva alla fantasia di arrivare lì. E la vita, la prosperità, la felicità proveniva proprio dalla fantasia. Invece l'eterna nebbia che avvolgeva il Regno Grigio non gli permetteva di essere felice.

Mister Mister rimase commosso per un po' di tempo, poi riattraversò la parete squarciata e ritornò indietro.

Per sempre nella sua vita, ogni volta che avesse pensato alla visione di quel punto che conteneva tutte le cose e i pensieri dell'Universo, avrebbe provato un senso di gioia.

Aveva scoperto il segreto dell'Impero Azzurro.

La sua missione era compiuta. Ora poteva ripartire e tornarsene nel suo paese a riferire.

Indicazioni per gli insegnanti

Il lavoro è rivolto a bambini di 8/10 anni.

“Solo ciò che è indiretto è efficace” affermava Simone Weil.

Nel racconto-fiaba scritto, la situazione è simbolica, irreali; ci sono pochi riferimenti concreti e reali al fumo e ai suoi danni. Il racconto-fiaba prodotto, pertanto, intende educare alla salute attraverso un messaggio indiretto: **fumare “annebbia” anche la creatività e la fantasia impedendo di essere felici, responsabili, dotati di spirito critico e di apertura verso gli altri.**

Esso può essere letto nelle ore di Lingua italiana e partendo dai commenti dei bambini alla domanda: **“Perché nell'Impero Azzurro si vive meglio che nel Regno Grigio?”** educarli ad una vita sana e solidale, pacifica e costruttiva, evitando atteggiamenti sciocchi e autolesionistici quali il fumare.

Rappresentazione sintetica del testo attraverso parole chiave:

Racconto - fiaba
 Realtà contrapposte
 Fantasia
 Felicità
 Vita sana.

L'autore: *Rino Tripodi* - Bologna

13. Accordi sul fumo

Spesso mi capita di osservare l'indice e il medio della sua mano ormai ingialliti dal contatto con la nicotina: la falange del fumatore.

Dandy mozzico, come lo chiamo io è un vero tabagista.

Mi colpiscono le sue guance che si contraggono, lasciando sporgere gli zigomi, quando tira una lunga e profonda boccata di tabacco.

I suoi occhi divengono piccole fessure, il sopracciglio destro si alza inarcandosi, l'altro si abbassa, disegnando un profondo pentagramma sulla sua fronte.

All'improvviso tra me e lui, una nuvola bianca si disegna nitida a materializzare quella distanza fisica e psicologica che ci separa, mi avvolge per un istante, impalpabile e puzzolente, fino a svanire, lasciandomi senza respiro.

Se non fosse perché mi affascina quando le sue dita corrono sulle corde della chitarra, elettrizzandomi e rendendomi smaniosa di provare a fare mio quel virtuosismo; se non fosse per la musica, trattata con confidenza, quasi fosse sua; se non fosse perché mi fa ridere quando, distratto com'è, gli capita di spegnere la sigaretta nel caffè o usarla per firmare le raccomandate che gli arrivano sovente, lasciando interdetto il postino, avrei già smesso di andare a lezione di chitarra da lui.

In più ci si mette anche il fatto che è un amico di mio padre e quindi, tuona lui: "se devi proprio perdere tempo con quel legno buco per strimpellare, tanto vale che tu lo faccia con chi ci sa fare!".

E chi, se non il suo amico?

Però te lo raccomando quel burbero di Mozzico!

Io ne ho timore e non riesco a comunicargli che le ore trascorse nella sua cantina, dalle finestre rese opache dal fumo dei suoi "cannoni", che stringe con noncuranza e destrezza tra le labbra, sono opprimenti.

A conciliare la mente con l'ambiente è unicamente la musica che, diffondendosi tra le quattro mura, rende sopportabile persino il suo alito pesante.

Ogni settimana mi riprometto di andare decisa da lui; ho voglia di dimostrargli che anch'io so bene quello che non mi piace, non sono una spugna.

Immagino di aprire, anzi spalancare, i vetri di quello sgabuzzino ingiallito dal tabacco, contro il suo volere.

Immagino di "sganciargli" un arpeggio da brividi, lasciandolo interdetto.

Certo, se mi faccio valere in quello che lo gratifica, mi riterrà più degna di nota e allora si scioglieranno i crampi della mia mano sinistra, impegnata tra le corde, e forse Mozzico smetterà di lamentarsi delle sue cefalee.

Ma mi incute una terribile soggezione quando, con l'occhio socchiuso e penetrante, il pancione gonfio e duro, sopprimente sopra la cintola, le spalle larghe, si sofferma, espirando tra i denti e le dilatate narici un sottile e trattenuto alito di fumo, per ascoltare quello che ho da dire. In quell'istante una vampata mi scalda le guance, il gelo mi irrigidisce i polsi, mentre le dita dei piedi si stringono nelle scarpe e la voce mi si abbassa.

Anche questa volta, penso, ha vinto lui.

Ogni mercoledì e venerdì suono alla sua porta, trascinandomi lo zaino e la tracolla dello strumento che sbatte insistentemente sulle mie caviglie, provocandomi un fastidioso e dolente rossore.

Mi sbrigo a togliermi tutto il peso di dosso per sedermi sul piano più alto del muretto e aspettare di essere in un punto di osservazione pari al suo sguardo, quando mi apri-

rà. Sì, perché i miei undici anni non mi hanno regalato un gran che in altezza e spalle e, a vedermi, mio fratello dice, ghignando, che è la chitarra a portare me.

Questo mercoledì però Mozzico non sembra aver voglia di venirmi incontro, aspetto già da cinque minuti e l'aria frescolina fa capolino tra le fessure aperte della mia salopette procurandomi un brivido che mi scuote: "Strano, cosa succede?"

Spingo con tutto il mio peso la pesante porta in metallo che si apre in ritardo sullo schiocco automatico e mi ritrovo a un passo dalla cantina dove scorgo una scena non solita: c'è Pedro sullo sgabello di Mozzico, quello "carico" del corso avanzati, che si destreggia disinvolto con la chitarra di fronte a quattro principianti: "Beh, che faccia fai, schizzetto? Oggi sostituisco il capo. Muoviti, o vuoi fare da leggio?"

Di Mozzico infatti neanche l'ombra, soltanto il pacchetto di sigarette dimenticate sul pianoforte, la conosciuta scatoletta blu di cartone, sciupata e aperta.

L'ultima sigaretta penzola, spenta, dalle labbra inesperte di Pedro. Gira voce che quello il fumo non lo tollera ma ci tiene a fare la posa, l'imbecille!

"No, senti Pedro dimmi cosa è successo. Io dovevo..."

Mi interrompe "È in ospedale ormai da quattro giorni" mi dice a bruciapelo, "difficoltà respiratorie...credo..." Non lo lascio terminare, mi irrita quella sua aria da mene-fregghista spaccone. Sottraggo la scatoletta blu dal pianoforte, infilandomela in tasca, non so nemmeno perché, e mi ritrovo già a pedalare verso il S. Maria nel traffico delle diciotto.

In Cardiologia un medico, che conosco, mi racconta che Maurizio, il mio maestro, è sottoposto ad una serie di accertamenti nel reparto oncologico a causa di una tosse persistente, difficoltà respiratorie e tracce di sangue nell'espettorato. Tutto fa presupporre i sintomi di una grave malattia. Un tumore al polmone, probabilmente ancora nella fase iniziale. "il paziente deve rimanere in osservazione, la prognosi è riservata".

Io gli racconto che fuma Mozzico, fuma tanto. Lui annuisce: "Lo so, non è la prima volta che lo abbiamo in ospedale" e, allontanandosi, mi rifila in mano un pacchetto di sigarette tutto colorato il cui contenuto sono venti cartoncini, dal titolo sembra un gioco: "Il fumandone", con un preciso intento informativo sui danni del fumo da tabacco.

Ferma, davanti alla camera di Mozzico, mi sento improvvisamente inutile e stanca.

Mi hanno proibito di entrare. Ci sono delle regole severe, si entra uno alla volta e gli infermieri vanno e vengono con verdi cuffie da doccia senza degnarmi di uno sguardo.

Sono sempre più immobile e tra le mani stropiccio i cartoncini colorati che mi ha dato il medico.

Su di uno trovo scritto: la Nicotina, nell'avvelenamento cronico che procura nell'organismo dei fumatori, determina modificazioni a livello dei vasi sanguigni e del cuore, tanto da essere considerata, accanto ad altri fattori scatenanti, importante elemento di predisposizione all'infarto del miocardio. Ancora: il tabacco è la principale causa diretta del tumore al polmone, questa grave malattia caratterizzata da una neoplasia, più o meno rapidamente invasiva, colpisce soprattutto fumatori, uomini o donne.

Non so cos'è una neoplasia ma mi viene paura per quel testone di Mozzico e rabbia, rabbia verso quelle idiozie prepotenti e affascinanti che circolano tra gli amici sul fumo. Rabbia verso tutto quell'alone di seduzione che gravita attorno al mondo del fumatore a cominciare dal cinema.

Balle, pericolose balle che si vantano di essere tali. Ti raccontano che sei ancora più furbo e forte se, pur consapevole dell'inganno, dimostri che, sprezzante del pericolo, tu con il rischio ci vai a braccetto, un vero duro!

Sto per andarmene delusa quando, dalla trecentododici, esce una tipa alta, carina, un po' estrosa nel vestire e dall'aria vagamente familiare: ah, sì...penso, dev'essere quella del suo giro, la cantante di cui lui ogni tanto parla.

Ha l'aria simpatica e mi avvicino. "ciao..., Tina vero? Io sono un'allieva del corso di Maurizio, sei stata da lui?" "Sì" risponde lei con un sorriso che mi rinfranca "E tu sei schizzetto" Lo dice con una sicurezza confidenziale che è disarmante e mi fa arrossire. "Deve fare ancora esami, sembra trattarsi di una grave malattia ai polmoni ma i medici confidano nella tempestività con cui è arrivato in ospedale. È una roccia lui. A parte cuore, polmoni, bronchi e fegato spappolati, non ha nessuna intenzione di mollare adesso".

Mi strappa un sorriso, anche se non ne ho nessuna voglia e mi gira la testa.

Avviandomi con lei verso l'uscita, osservo che è una tipa strana con una selva di capelli fuori misura e le lentiggini sul naso come una bambina. Chissà quanto sono amici quei due!

Mentre mi parla, recupero la confezione, sempre più sciupata, del pacchetto blu di Mozzico e mi accorgo che nella piega interna c'è uno scarabocchio dalla grafia quasi leggibile, sembra un appunto.

"Hei! Guarda un po' qua...", dico io, e mi impegno per decifrare con l'aiuto di Tina, ma lei è più abile di me e legge: "Virtus 8/5 o. 21.00".

"Boh, sembra un rebus" replico io, e rimango a fissare la smorfia buffa e perplessa di Tina che, assorta, emette solo un lungo e sospirato "Hummm..." poi apre con cura le giunture della scatoletta quasi per vedere meglio e d'impulso mi prende il polso con la sua mano freddo e lentigginosa facendomi balzare, noncurante della zavorra che mi porto tra zaino e chitarra, sul sedile della sua R4 scassata.

Il tonfo sordo del legno della chitarra sulla portiera aperta mi fa trasalire e, se non fosse per quella sua aria così svampita e simpatica, avrei già sferrato un pugno sul naso affilato di quella stangona.

"Si può sapere dove stiamo andando così in fretta?" sbotto io senza capire. "Credo" dice lei "che tra quelle parole indecifrabili si nasconda un appuntamento molto importante per Moriz".

Così lei chiama confidenzialmente il Mozzico.

Accidenti, adesso la vedo: presa e assorta nella guida, la sua aria vagamente ragazzina ha perso quell'espressione svampita e, mordendo nervosamente il labbro inferiore, mi comunica che non c'è tempo da perdere. "Ma perdere cosa?", replico io, sempre più scocciata da una situazione che non capisco.

Penso a mio padre, a casa, già pronto a rifilarmi una punizione sonora per il ritardo senza precedenti. È la volta buona che mi vende il legno buco.

"vedi schizzo, da un po' Moriz mi parla di un sogno grande che ha per la testa.

Si tratta di una serie di brani che ha scritto e inciso su CD con l'intenzione di farli ascoltare alla Virtus, la casa discografica di Bologna e, con tutta probabilità, l'appuntamento da lui tanto atteso è per questa sera alle ventuno, capisci?".

Il rebus forse va inteso come – Virtus, 8 maggio ore 21.00 – Se salta tutto, quelli prima di risentirli... addio!

"Aspettami qui" mi dice imperativa, mentre lasciando la macchina in terza fila, si fionda dentro la cantina del Mozzico.

Sono sempre più nervosa anche perché gli autisti, strombazzandomi, fanno dei brutti gesti.

“Accidenti, ci vuole tanto?” e guardando l’orologio mi accorgo che sono già le diciannove e quaranta.

Torna tutta trafelata, ma con l’aria soddisfatta, dice che ha telefonato alla Virtus e che l’appuntamento è confermato! “Ma, per la miseria, non vorrai mica tu...?” “Certo” dice lei, “Ci penseremo noi due e promuoveremo la sua musica. Lascia fare a me, che come agente non sono niente male”.

Ecco che, tra il piede a tavoletta di Tina sull’acceleratore, in autostrada e la mia apprensione, tornano a contorcersi le dita dei piedi nelle mie scarpe. Questo quasi fino alle ventuno e trenta quando, in ritardo sulla tabella di marcia, arriviamo in sgommata sotto il palazzo a vetri della Virtus.

Ad attenderci quattro Blues Brothers, in giacca e cravatta, dall’espressione contratta.

Fumano nervosamente per il ritardo ma, tra sorrisi e lusinghe, Tina riesce a creare l’atmosfera giusta. Non c’è tempo da perdere e in un attimo la musica di dandy mozzico, protagonista assoluta, scioglie il nodo delle mie articolazioni tese e scuote ritmicamente le membra dei giudici incravattati!

“È fatta” Tina mi stringe l’occhio e prende confusi accordi con gli interessati che soddisfatti, ci accompagnano fino all’ascensore.

“Che è successo?” Sono le uniche parole che riesco a pronunciare nella confusione del momento “Schizzo, tu sai quanto ci teniamo a Moriz, non è vero? Bene, oggi abbiamo fatto qualcosa di grande per lui, abbiamo contribuito a coronare il suo sogno. Tu non immagini quante ore lui passa tra le sue note, la sua musica, dice che è l’unica cosa che lo fa stare bene, lo fa sentire vivo.

Lui, che in salute è così sgangherato!

Perdere questa occasione sarebbe stato un fallimento, soprattutto in questo momento difficile in cui ha bisogno di buone notizie per il suo cuore”.

“Già e queste buone notizie questa volta non sono fumo” replico io.

“Sai?, mi è venuta un’idea...” dice Tina con quel sorriso furbo che è solo suo.

“Ora anche lui ci deve qualcosa, non ti pare? Qualcosa che forse adesso non ci potrà negare...” e mi guarda complice.

“Ok vulcano! Frena!”, la precedo. “Questa volta ti ho capita, qualche accordo sul fumo: smettere di fumare sarà la sua prova di amicizia per noi!”.

Indicazioni per gli insegnanti

GIOCO “IL FUMANDONE”:

ISTRUZIONI: Il gioco si compone di un tabellone, sulla quale è applicata la sagoma disegnata di un uomo suddiviso in venti settori contrassegnati da un numero.

Sul tabellone devono essere appoggiate, nei corrispondenti spazi numerati, le apposite tesserine bordate di rosso o verde.

Rosso e verde, colori simbolici, rappresentano la vitalità e la serenità di una vita non intaccata dal fumo, inoltre rappresentano la suddivisione nelle due squadre in cui si provvederà a organizzare la classe.

All’insegnante viene affidato il compito di rivolgere ai bambini, delle due squadre, una serie di domande relative alle *parole chiave* sul fumo.

In base alle risposte esatte verrà conquistato il diritto, di una squadra, di apporre sulla casella numerata del tabellone la scheda disegnata che riporta il numero corrispondente.

Naturalmente ogni squadra possiede le tesserine bordate del proprio colore, rosso o verde, questo permette di concludere, al termine del gioco-quiz, quale squadra si è conquistata la vittoria, a seconda del colore che prevarrà sul tabellone.

Sono previste una ventina di domande. Venti anche le tesserine che, una volta fissate sul tabellone, vanno a comporre un puzzle riguardante gli organi del corpo umano, facilmente intaccabili dai danni procurati dal fumo.

DOMANDE

- 1) Cos'è il tabacco?
- 2) Tabagismo: spiega il significato di questa parola.
- 3) Nicotina: spiega il significato di questa parola.
- 4) Cosa si intende quando si parla di "danni procurati dal fumo"?
- 5) Quali sono le componenti del "fumo di sigaretta"?
- 6) Cos'è il "fumo passivo"?
- 7) Elenca alcune delle malattie procurate dal fumo.
- 8) Cos'è il "catrame" contenuto nel fumo?
- 9) "Sostanze cancerogene" cosa sono?
- 10) Elenca i "disturbi da fumo di sigaretta" che conosci.
- 11) Cosa sono i radicali liberi?
- 12) Come è possibile smettere di fumare?
- 13) Cos'è il monossido di carbonio contenuto nel fumo?
- 14) Sai perché il fumo fa male soprattutto ai bambini?
- 15) Il fumo degli altri fa male?
- 16) Lega Italiana per la Lotta contro i Tumori: sai cos'è?
- 17) Descrivi un momento nel quale hai chiesto a qualcuno di non fumare.
- 18) Perché i fumatori tossiscono spesso?
- 19) Quanti tipi di fumo conosci?
- 20) Cuore e polmoni fanno rumore?

L'Autore: *Elena Mantovani*, Reggio Emilia

Parte terza

APPROFONDIMENTI TEORICI,
PERCORSI PLURIDISCIPLINARI,
LABORATORI:
CENTRO DIDATTICO MULTIMEDIALE
LUOGHI DI PREVENZIONE

a cura di Sandra Bosi e Stefania Pelagatti

Schede e percorsi didattici integrativi di approfondimento scientifico

A. Salute Ambiente Prevenzione

Percorso didattico

Gli insegnanti che intendano approfondire gli aspetti che riguardano il fumo di sigaretta come fattore nocivo per la salute possono trovare qualche spunto per una trattazione didattica essenziale nei suggerimenti riportati nelle pagine seguenti. I concetti da affrontare in un modulo informativo della durata di 6/ 8 ore potrebbero essere:

- Salute, benessere, malessere: brainstorming guidato e predisposizione del poster da appendere in classe (2 incontri di 2 ore ciascuno)
- Organizzazione delle informazioni scelte dall'insegnante, a seconda degli obiettivi didattici, dal materiale contenuto nelle schede di approfondimento (1 incontro di 2 ore)
- Discussione plenaria per il rinforzo dei contenuti (1 incontro di 1 ora)
- Gioco/verifica finale (1 incontro di 1 ora il gioco/verifica si può ripetere in altre occasioni perchè consente di modificare i contenuti e le modalità di confronto fra gli allievi; è pertanto adatto sia a funzioni di rinforzo che di ripasso.)

1° e 2° incontro: i concetti di salute, benessere, malessere

1° Brainstorming, conversazione e discussione sul concetto di salute attraverso questo schema di approfondimento:

- significati che gli allievi attribuiscono alla salute,
- situazioni associate al benessere,
- situazioni associate al malessere,
- luoghi e emozioni della salute,
- luoghi e emozioni della malattia.

Dopo aver raccolto e commentato le opinioni degli alunni, raccolte eventualmente in un poster riassuntivo, si possono utilizzare le schede di approfondimento (Una sintesi dei concetti per il docente) per estrapolarne le informazioni utili per gli allievi a seconda dell'età e delle esigenze didattiche.

2° Schede di approfondimento, salute, ambiente, promozione della salute:

salute: (bene-essere; stare bene)

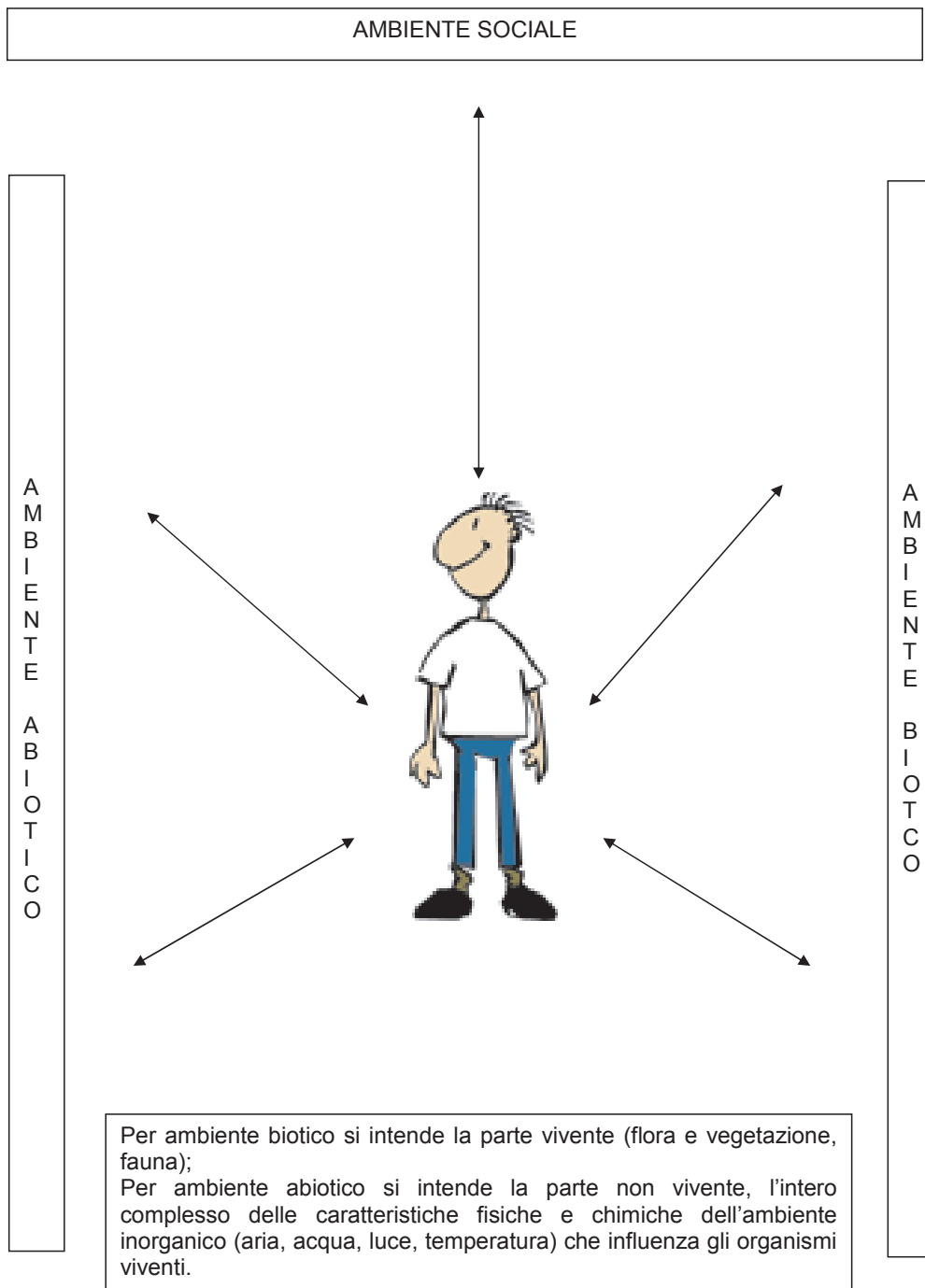
- 1) assenza di malattia;
- 2) equilibrio fra benessere fisico e benessere psicologico;
- 3) interazione dinamica fra l'uomo e l'ambiente in cui vive (accesso alla prevenzione, stili di vita sani, qualità della vita, sguardo ecologico verso gli spazi vissuti).

educazione alla salute: intervento metodologico per facilitare e ottenere:

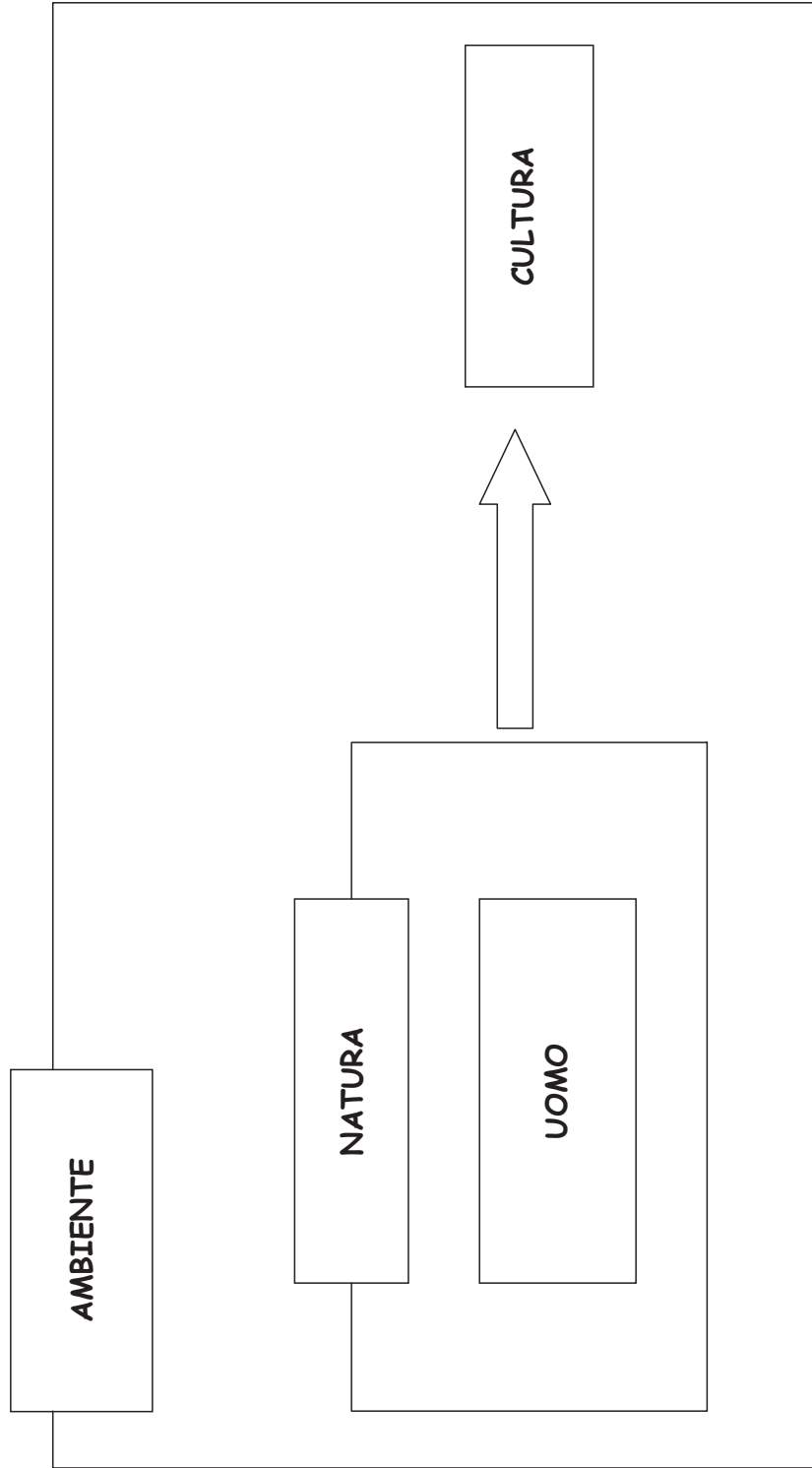
- 1) prevenzione delle malattie evitabili;
- 2) attenzione all'equilibrio psicofisico nella determinazione del benessere Individuale;
- 3) attenzione all'equilibrio e all'interazione positiva fra la persona e il suo contesto relazionale, sociale, culturale.

promozione della salute:

- 1) politiche sanitarie che favoriscono l'educazione alla salute e l'acquisizione di consapevolezza diffusa di relazioni forti fra uomo-salute individuale e qualità dell'ambiente;
- 2) metodologia e politica sanitaria realizzata In un contesto di sviluppo sostenibile.



AMBIENTE E SVILUPPO SOSTENIBILE
AMBIENTE COME ECO-BIO-SFERA: SISTEMA DI SISTEMI (FISICI, GEOLOGICI,
BIOLOGICI, MENTALI, SOCIALI, TECNOLOGICI)



PROMOZIONE DELLA SALUTE E SVILUPPO SOSTENIBILE

SVILUPPO SOSTENIBILE	STORIA DEL CONCETTO	SOSTENIBILITÀ AMBIENTALE	SOSTENIBILITÀ ECONOMICA
S. che soddisfa le esigenze del presente senza compromettere la possibilità delle future generazioni di soddisfare le proprie.	1987: Relazione Brundtland: nasce il concetto di sviluppo sostenibile. 1992: Conferenza di Rio De Janeiro, si approva il documento di Agenda 21 (piano di azione ambientale per il ventesimo secolo). 1993: Programma politico e d'azione della comunità europea a favore dell'ambiente e di uno sviluppo sostenibile. 1994: Carta di Aalborg (Agenda 21 locale) 1997: Risoluzione di Gotemberg	Capacità di mantenere nel tempo qualità e riproducibilità delle risorse naturali. Mantenimento della integrità dell'ecosistema . Preservazione della diversità biologica.	Capacità di generare in modo duraturo reddito e lavoro per il sostentamento della popolazione. ECO-EFFICIENZA DELL'ECONOMIA (uso razionale delle risorse, con la riduzione dell'impiego di quelle non rinnovabili)
Promozione alla salute:	Educazione sanitaria: informazioni riferite a comportamenti e atteggiamenti da tenere per evitare talune malattie evitabili. Educ. alla salute: approccio metodologico che si prefigge di valorizzare il benessere individuale all'interno di contesti ordinari (curricula scolastici, luoghi di lavoro). Promozione alla salute: politiche sanitarie che facilitano e regolano l'inserimento dell'educazione alla salute nei contesti di pertinenza	Affermazione del concetto di "qualità della vita" come valore da perseguire attraverso le politiche sanitarie (epidemiologia, predittività di malattia, prevenzione, diagnosi precoce, assistenza)	Valutazione costante del rapporto costi/benefici per il singolo e la comunità nelle politiche sanitarie



3° incontro: prevenzione e stili di vita

Se l'insegnante decide di integrare il modulo didattico con qualcuna delle informazioni contenute nella Scheda (Codice Europeo per la Prevenzione del Cancro) può cominciare con la discussione libera, ma anche con il disegno e la pittura, chiedendo agli allievi di indicare situazioni che riconoscono come sane e naturali e di descriverle attraverso il linguaggio scelto.

È utile anche proporre un elenco di situazioni e chiedere di differenziarle sulla base del riconoscimento di ***“stile di vita sano, giusto per la prevenzione”*** e ***“stile di vita non sano, sbagliato per un comportamento prevenzione”***.

Alcuni esempi di espressioni possono essere i seguenti:

- Camminare
- Abbuffarsi
- Guardare molta tv
- Giocare a pallone
- Disegnare
- Fumare
- Inventare storie
- Fare le coccole
- Avere molti amici
- Passare molto tempo in casa
- Etc.

Per una rapida consultazione dell'insegnante abbiamo riportato una sintesi del Codice Europeo Contro il Cancro. Qualche suggerimento può essere facilmente spiegato ai bambini come regola semplice e condivisa da tutti i paesi europei per fare Prevenzione.

CODICE EUROPEO CONTRO IL CANCRO ¹

Adottando uno stile di vita più sano è possibile evitare taluni tipi di cancro e migliorare lo stato di salute.

1. Non fumare. Se fumi, smetti il più presto possibile e non fumare in presenza di altri. Se non fumi, non provare a farlo.
2. Se bevi alcolici, birra, vino o liquori, moderane il consumo.
3. Aumenta il consumo quotidiano di verdura e di frutta fresca. Mangia spesso cereali ad alto contenuto di fibre.
4. Evita l'eccesso di peso, aumenta l'attività fisica e limita il consumo di grassi
5. Evita l'esposizione eccessiva al sole ed evita scottature, soprattutto nell'infanzia.
6. Attieniti strettamente alle norme che invitano a non esporsi alle sostanze conosciute come cancerogene. Rispetta tutte le istruzioni di igiene e di sicurezza per le sostanze cancerogene.
7. Consulta un medico se noti un rigonfiamento, una lesione che non guarisce (anche in bocca), un neo che cambia forma, dimensioni o colore, o qualunque emorragia anormale.
8. Consulta un medico se presenti continui problemi quali tosse o raucedine persistenti, un mutamento delle abitudini intestinali o urinarie o una perdita inspiegabile di peso.

Per le donne

9. Effettuate regolarmente uno striscio vaginale. Partecipate ai programmi organizzati di screening del cancro del collo dell'utero.
10. Sorvegliate regolarmente il vostro seno. Partecipate ai programmi organizzati di screening mammografico se avete più di 50 anni.

Per tutti

11. Partecipate ai programmi organizzati di screening per il tumore al colon retto

Per gli uomini

12. Partecipate ai programmi organizzati di screening per il tumore alla prostata.

¹ Riveduto a seguito della riunione di oncologi della Comunità europea nel 2003.

4° incontro: Gioco/Verifica

Alla fine del modulo introduttivo informativo si può utilizzare come gioco, verifica e rinforzo, l'attivazione sottoportata.

Giocare con la salute

Indicazioni per gli insegnanti

- Costruire con la classe il cartellone per la gara con un cartoncino colorato delle dimensioni del Monopoli.
- Costruire con la classe i 3 mazzi di 12 carte ciascuno rispettivamente verdi (comportamento salutare), rosso (comportamento non salutare), giallo (prove stabilite dalle classi). Le carte hanno un lato del colore sopraindicato mentre sul lato opposto riportano le indicazioni specifiche sul comportamento corretto o scorretto.
- Alle carte si aggiungono nel cartellone 6 posizioni Jolly: il Jolly consente al gruppo di fare una domanda sul fumo alla squadra avversaria (le domande vengono preparate prima della gara e l'insegnante concorda con ogni gruppo le risposte esatte).
- Le prove vengono definite dalla classe prima di ogni gara (le carte delle prove e le domande possono essere lasciate in parte invariate e in parte modificate di volta in volta per mantenere il clima di divertimento e di novità del gioco).
- Si può prevedere un tempo di durata della partita (per es. 30/45 minuti)
- L'attività (inserendo nei tempi la preparazione delle prove interattive) dura circa 2 ore. Si tratta di un gioco che stimola l'apprendimento, consente di dare un rinforzo sia sulle informazioni che sui comportamenti.

Sintesi degli elementi principali necessari al gioco:

- Percorso di salute costituito da caselle numerate di quattro colori diversi, corrispondenti ai tre mazzi di carte, più le caselle JOLLY;
- i mazzi di carte:
 - ♥ verde, comportamento salutare (12 carte)
 - ♠ rosso, comportamento non salutare (12 carte)
 - ♦ giallo, le prove (12 carte)
 - ♦ elenco delle domande

Come si gioca

Si formano due squadre, a turno si tira il dado, a seconda della casella su cui si capita si pesca la carta del colore corrispondente; ad ogni carta corrisponde un comportamento: alle carte verdi corrisponde un comportamento salutare, quindi il pescaggio di queste carte permetterà di avanzare nel percorso; le carte rosse corrispondono a comportamenti non salutari quindi capitando su caselle di questi colori si verrà penalizzati.

Sulle carte ci potrebbero essere questi messaggi (ogni docente può naturalmente personalizzare il gioco a seconda della tipologia della classe e delle proprie esigenze didattiche):

1. Vai spesso a passeggiare da solo, con adulti o con amici. Ritira il dado.
2. Lasci la luce accesa nella tua camera tutta la notte. Torna alla partenza.
3. Fai colazione tutte le mattine. Avanza di due.
4. Preferisci evitare di fare strada a piedi e, quando puoi, ti fai accompagnare. Torna indietro di uno.
5. Usi spesso la bicicletta. Avanza di due.
6. Passi tre ore al giorno davanti alla televisione. Stai fermo un turno.
7. Passi molto tempo all'aria aperta giocando con gli amici. Ritira il dado.
8. Mangi spesso merendine confezionate. Indietro di quattro.
9. Mangi pane e marmellata a merenda. Avanza di due.
10. La mattina arrivi a scuola in auto e la mamma o il papà fumano. Stai fermo un turno.
11. Vai a comprare le sigarette per un adulto della tua famiglia. Indietro di quattro.
12. Passi 2 o 3 ore al giorno a giocare con il computer. Stai fermo un giro.
13. Butti la carta per terra. Indietro di tre.
14. Qualcuno in casa tua fuma mentre sei nella stessa stanza. Stai fermo un turno.
15. Non ti piace passare del tempo da solo a guardarti intorno, pensare, disegnare, fantasticare. Stai fermo un turno.
16. Pensi che da grande fumerai. Torna al via.
17. Raccogli le cartacce sulla spiaggia. Avanza di due.
18. Mangi pesce almeno due volte a settimana. Avanza di uno.
19. Aiuti a fare lavoretti domestici. Avanza di due.
20. Non sai cosa significhi fare raccolta differenziata dei rifiuti. Stai fermo un turno.
21. Stai attento alla pulizia della tua classe. Avanza di quattro.
22. Butti rifiuti e sacchetti nell'acqua di fiumi, laghi o mare. Indietro di quattro.
23. Usi l'autobus in città. Ritira il dado.
24. Bevi molta acqua. Avanza di tre.

Le prove possono riguardare il fumo di sigaretta o aspetti della salute più generali. Si può coinvolgere tutto il gruppo con esercizi che richiedano di:

- mimare un'azione, una cosa, una persona;
- fare indovinare con un disegno un'azione, una cosa, una persona;
- fare indovinare una parola, senza utilizzare le parole tabù indicate sulla carta;
- fare indovinare un oggetto misterioso contenuto in un sacco rispondendo solo sì o no alle domande dei compagni di squadra.

B. Storia del Tabacco e della Sigaretta

Gli insegnanti che intendano usare l'esplorazione storico/geografica per integrare il tema del fumo possono introdurre un modulo informativo della durata di 8 ore:

Percorso didattico

- con il mappamondo proposizione virtuale del viaggio del tabacco avvalendosi delle prenoscenze degli alunni (1 incontro di 2 ore)
- integrazione degli aspetti informativi con lezione frontale partecipata (1 incontro di 2 ore)
- attività di scrittura creativa sul “Viaggio immaginario di una foglia di tabacco” (1 incontro di 2 ore comprensivo di scrittura e lettura dei testi)
- riproposizione del viaggio del tabacco come attività di verifica chiedendo agli allievi di inserire nel racconto le informazioni della lezione frontale partecipata (1 incontro di 2 ore)

Indicazioni per la conduzione del viaggio virtuale con il mappamondo: porre agli allievi le seguenti domande:

- a) dove è stato scoperto il tabacco? Dopo aver localizzato la nazione di origine ricostruire le terre (citando con il Mappamondo i paesi o i mari attraversati) attraverso cui il Tabacco è stato trasportato dal Messico all'Italia. Si può far disegnare agli allievi una cartina dei posti in cui la pianta del tabacco è stata coltivata.
- b) Quando si è diffusa la coltivazione del tabacco? Anche in questo caso dopo una collocazione storica generica si può approfondire il brainstorming con l'associazione a fatti avvenuti all'epoca e riferimenti a personaggi famosi

Scheda guida per la ricostruzione fantastica del viaggio immaginario del Tabacco:

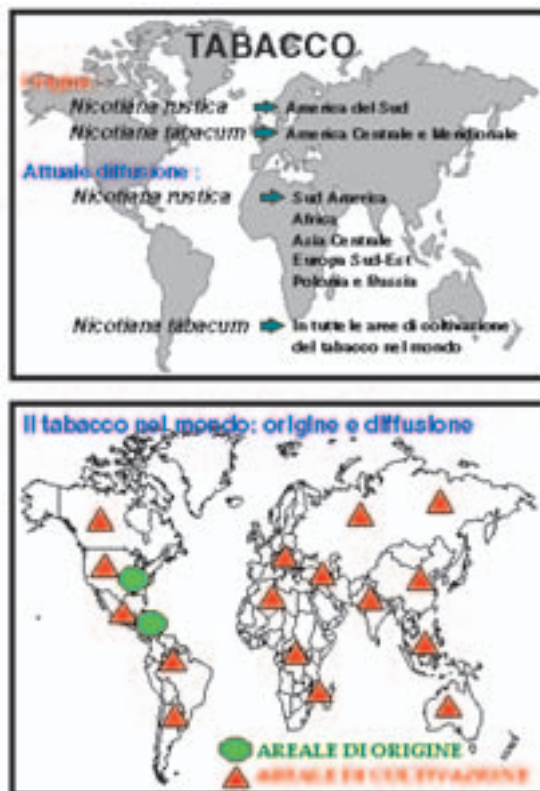
- a) si avvertono gli allievi che hanno 30 minuti di tempo per inventare una storia a partire dai suggerimenti contenuti nella scheda che è stata loro consegnata
- b) contenuti della scheda: dove è nato il tabacco (indica un posto fantastico); chi sono i suoi genitori; quale è il suo carattere; chi lo ha rapito da piccolo; dove lo ha portato; come finisce la sua storia.

L'ORIGINE della pianta di Tabacco

La storia del tabacco è una storia di conquista del mondo in meno di due secoli. Partendo da un centro originario identificabile con l'altipiano centroamericano e col Messico meridionale, la pianta del tabacco si diffuse rapidamente: già verso il 1580 era coltivata a scopo commerciale dagli spagnoli e agli inizi del 1600 veniva coltivata dalle Americhe all'Estremo Oriente. Delle specie originarie, la *Nicotiana tabacum* diventava predominante e si diffondeva rapidamente, mentre la *Nicotiana rustica* passava in una posizione marginale.

DIFFUSIONE

Diffondendosi nel mondo, il tabacco si è differenziato in moltissime varietà, merito della sua alta adattabilità a differenti ambienti. La coltivazione del tabacco, con metodi e accorgimenti culturali diversi, si è estesa a moltissimi paesi, in un arco di latitudine compreso tra 60° nord e 50° sud. I continenti dove la coltivazione è più diffusa sono l'Asia (soprattutto in Cina, India, Turchia) e l'America (Stati Uniti, Brasile), ma è presente anche in Europa (Italia, Grecia, Bulgaria, Polonia, Russia), Africa (Zimbabwe, Malawi) e Oceania (Australia e Nuova Zelanda).



Il genere *Nicotiana*, istituito da Linneo nel 1753, appartiene alla famiglia delle Solanacee comprendente circa 2.000 specie di piante, tra le quali molte usate nell'alimentazione (pomodoro, melanzana, patata, peperoncino), in medicina (belladonna, scopolia, giusquiamo, stramonio) e a scopo ornamentale (petunia, salpiglossa).



La nicotina è la sostanza che si trova in natura nelle foglie della pianta del tabacco “Nicotiniana Tabacum”. Si presenta come un liquido incolore e oleoso diventa marrone con l’esposizione all’aria.

Lo stesso Cristoforo Colombo racconta di aver visto fumare dei sigari non ben arrotolati dalle popolazioni dalle tribù indiane delle zone da lui visitate.

Detta usanza era stata introdotta molti anni prima dagli aztechi che a loro volta l'avevano appresa dai Maya, civiltà che già nel 2000 a.C. coltivava la pianta del tabacco per inalare il fumo delle foglie seccate.

L'abitudine al fumo fu diffusa In Inghilterra nel 1586 da Sir Walter Raleigh, con l'uso della pipa; solo più tardi furono introdotti i sigari. La popolarità della sigaretta avviene solo nel 1881 favorita dall'invenzione della prima macchina per la fabbricazione. Da allora la diffusione e la tipologia delle sigarette è stata costante

Il fumo di sigaretta e i suoi componenti

DALLA PIANTA ALLA SIGARETTA



DALLA SIGARETTA AL FUMO DI TABACCO

Il fumo di tabacco è una miscela eterogenea di sostanze gassose e corpuscolate originate dal processo di combustione delle foglie confezionate prevalentemente sotto forma di sigarette e sigari.

La temperatura raggiunta dalla sigaretta varia dai 30 °C dell'imboccatura ai 900 °C del cono di combustione. Alcuni componenti del tabacco subiscono una pirolisi totale. Le sostanze volatili vengono direttamente emesse con il fumo. Altre molecole si combinano formando nuovi componenti (pirosintesi).

Un singolo getto di fumo contiene da 0.3 a 3.3 miliardi di particelle per millilitro, le particelle hanno una dimensione media di 0.3 µm, dimensione che le rende respirabili.

Alcune particelle agiscono direttamente sulle mucose e attraverso queste vengono assorbite e vanno in circolo, altre si sciolgono nella saliva e vengono deglutite. La forza con cui avviene l'aspirazione, variando la temperatura di combustione, modifica la composizione del fumo, per cui la stessa sigaretta può dare origine a sostanze diverse a seconda del modo in cui viene fumata. La composizione del fumo di sigaretta è stata studiata mediante particolari macchine fumatrici, che simulano il fumo dell'uomo. È stato pertanto calcolato che una sigaretta che pesa 1 grammo viene mediamente consumata dal fumatore, in quasi 12 minuti mediante 8-10 boccate di circa 2 secondi l'una per un volume totale di 250 ml.

Il fumo aspirato attraverso la sigaretta corrisponde alla corrente primaria che costituirà il cosiddetto fumo attivo, mentre la combustione spontanea all'aria tra due boccate danno la corrente secondaria, responsabile del fumo passivo.

Quest'ultima corrente è particolarmente importante per quanto riguarda l'inquinamento atmosferico, ma soprattutto nei locali chiusi mal ventilati, sia dal punto di vista qualitativo che quantitativo; infatti a causa della più bassa temperatura di combustione della sigaretta fra una boccata e l'altra (500-600° C) la concentrazione di alcune sostanze è maggiore (nicotina, benzopirene, monossido di carbonio, ammoniaca, etc.) che nella corrente centrale; inoltre più dei due terzi dei prodotti di combustione di una sigaretta si vengono a trovare nella corrente secondaria.

FUMO DI SIGARO E PIPA

Il passaggio dalla sigaretta alla pipa o al sigaro riduce, ma non annulla il rischio di patologie fumo-correlate.

Alcuni fumatori di sigarette, non in grado di smettere, passano alla pipa o sigaro (fumatori secondari di pipa e sigari). È stato dimostrato che il passaggio dalle sigarette alla pipa o ai sigari riduce di circa la metà ma non elimina l'aumento del rischio di morte per cancro del polmone, cardiopatia ischemica e BPCO provocato dal fumo di sigaretta; tale rischio relativo resta comunque circa il 50% più alto rispetto a quelli che smettono completamente di fumare.

La riduzione della mortalità in coloro che dalle sigarette passano alla pipa o al sigaro è principalmente correlata alla riduzione del consumo medio di tabacco che da 20 scende a 8,1 gr./die.

Sigaretta e aspetti nocivi per la salute

I docenti che intendano approfondire il rapporto fra sigaretta e aspetti nocivi per la salute possono utilizzare un modulo integrativo di 8/10 ore:

- analisi della composizione del tabacco attraverso la scheda A (1 incontro di 2 ore)
- prova di memorizzazione: per iscritto ogni allievo deve ricordare il numero maggiori di componenti della sigaretta e di 5 fra i nomi memorizzati specificare almeno 1 caratteristica (tipologia, classificazione, in quali altre sostanze si trova, provenienza etc.) (1 incontro di 1 ora)
- con un modello di corpo umano ripercorrere il viaggio del fumo di sigaretta attraverso l'apparato polmonare (1 modulo di 2 ore)
- costruire con le indicazioni fornite un modello dell'aria atmosferica, dell'aria espirata da un non fumatore, dell'aria espirata da un fumatore (1 modulo di 2 ore)
- fantasia guidata: il viaggio nell'apparato polmonare di un fumatore (1 modulo di 1 ora)

Composizione dettagliata dei principali costituenti del tabacco. La maggior parte di questi si trovano pure nell'aria contaminata dal fumo espirato

Butadiene, Aminonaftalene, Metilpirrolidine, Metilpiridine, Dimetilpirazina, Aminonaftalene, Nitropropano, Aminobifenile, Etenilpiridina, Aminobifenile, nitrosometilamino-piridil)-Butanone (NNK), Acetaldeide, Acetone, Acroleina, Acrilenitrile, Ammoniaca, arsenico, Benzantracene, Benzene, Benzopirene, Benzofluorantene, Berillio, Biciclohexil, Butiraldeide, Cadmio, Monossido di Carbonio, Catechol, Clorati Diossine e Furani, Cromo, Crisene, Crotonaldeide, Cicloesano, Ciclopentano, Dibenzacridina, Dibenzantracene, 7H-Dibenzocarbazolo, Dibenzopirene, Dimetilamina, Dimetildrazina, Etilammina, Etilbenzene, Formaldeide, Furfural, Idrazina, Cianuro di Idrogeno, Idrochinone, Indenopirene, Isoprene, Piombo, m+p-Cresolo, Mercurio, Metile acrilato, Metile clorato, -Metilcrisene, Metil etil chetone, Metilamina, Metilpirazina, Nickel, Nicotina, Ossido Nitrico, Nitrogeno diossido, 2-Nitropropana, N-nitrosoanabasina (NAB), N-nitrosoanabatina (NAT), N-nitroso-n-butilamina, N-nitrosodietanolamina, N-nitrosodietilamina (NDEA), N-nitrosodimetilamina (NDMA), N-nitrosoetilmetilamine, N-nitrosomorfolina, N-nitrosornicotina (NNN), N-nitrosopirrolidina, Cresolo, Fenolo, Polonio-210, Propionaldeide, Piridina, Pirrolo, Pirrolidina, Chinolina, Resorcinolo, Selenio, Stirene, Catrame, Toluene, Toluidina, Trimetilamina, Uretano, Vinile acetato, Clorato di Vinile, Xilene, Fenolato di Etile, Etile Furoato, Etile Eptanoato, Etile Esanoato, Etile Isovalerato, Etile Latato, Etile Laurato, Etile Levulinato, Etile Maltolo, Etile Metile Fenilglicidato, Etile Miristato, Etile Nonanoato, Etile Otadecanoato, Etile Otanoato, Etile Oleato, Etile Palmitato, Etile Fenilacetato, Etile Propionato, Etile Salicilato, Etile trans-Butenoato, Etile Valerato, Etile Vanillina, Etile (o Metile)- Metoxipirazina, Etile-Esanoato, Etile -Idrossi-2-Ciclopenten, Etile, Dimetilepirazine, Etile-Idrossi-Metile-2(5H)-Furanone, Etile-Metilepirazina, Etilebenzaldeide, Etilguaiacolo, para-Etilefenolo, Etilepiridine, Eucaliptolo, Farnesolo, D-Fenchone, Olio Dolce di Fennel, Fieno Greco, Estratto, Resina e Puro, Succo Concentrato di Fichi, Food Starch Modificato, Furfuril Mercaptano, (2-Furil)-3-Buten-2-One, Olio di Galbanum, Genet Puro, Genziana Radice Estratto, Geraniolo, Olio di Geranio e di Rosa, Geranil Acetato, Geranil Butirato, Geranil Formato, Geranil Isovalerato, Geranil Fenilacetato, Olio ed Olio-resina di Zenzero, Glutammico Acidoo, Glutammina, Glicerolo, Liquirizia Ammoniato, Succo d'Uva Concentrato, Olio di Legno di Guaiaco, Guaiacolo, Gomma di Guar, Epptadienal, Gamma-EpptaLatone, Epptanoic Acido, Epptanone, -Eppten-2-One, Eppten-4-One, Epptenal, trans -Epptenal, Epptil Acetato, Omega-Epsadeca-lattone, gamma-Epsalattone, Epsanal, Acido Esanoico, Epxen-1-Olo, Epxen-1-Olo, cis-3-Epxen-1-Il Acetato, Epxenal, 3-Epxenoic Acido, trans-2-Acido Epsenoico, Epsenil Formato, Epsenil Metilebutirato, Epsenil Acetato, Epsenil Alcole, Epsenil Fenilacetato, Histidine, Miele, Olio di Hops, Idrolizzato di Latte Secco, Idrolizzato di Proteine di Pianta, Hidroxi-2Decadienoico Acido delta-Lattone, Hidroxi-2Dimetile-3(2H)-Furanone, -Hidroxi-Trimetile, Iidrossi-Pentenoico Acido Lattone, Hidroxi-Metilebenzaldehyde, Idrossibutanoico Acido Lattone, Idrossicitronella, 6-Idrossidiidroteptaspirano, (para-IdrossiFenil)-Butanone, Olio di Issopo, Immortelle Puro ed Estratto, Alfa-Ionone, Beta-Ionone, Alfa-Irone, Isoamil Acetato, Isoamil Benzoato, Isoamil Butirato, Isoamil Cinnamato, Isoamil Formato, Isoamil Esanoato, Isoamil Isovalerato, Isoamil Otanoato, Isoamil Fenilacetato, Isobornil Acetato, Isobutil Acetato, Isobutil Alcololo, Isobutil Cinnamato, Isobutil Fenilacetato, Isobutil Salicilato, Isobutil-Meto-

xipirazine, alfa-Isobutilfenetile Alcholo, Isobutiraldehyde, Acido Isobutirrico (tossico per le cellule nervose), d,l-Isoloeucine, alFa-Isometileionone, IsopropilFenolo, Isovalerico Acido, Gelsomino Puro, Estratto ed Olio, Estratto di Noce di Koloa, Laudano Puro ed Oleoresina, Acido Lattico, Acido Laurico, Aldeide Laurica, Olio di Lavanda, Olio di Limone ed Estratto, Olio di Lemongrass, Leucine, Levulinico Acido, Liquirizia Radice, Fluido, Estratto e Polvere, Olio di Lime, Linaloolo, Linaloolo Ossido, Linalil Acetato, Linden Flowers, Lovage Olio And Estratto, Lisine, Mace Powder, Estratto and Olio , Magnesio Carbonato, Malico Acido, Malto, Malto Estratto, Maltodestrine, Maltolo, Maltil Isobutirato, Mandarino Olio, Sciroppo di Maple e Concentrato, Foglie di Mato, Puro ed Olio, para-Menta-Tiolo-One, Mentolo, Mentone, Mentil Acetato, dl-Metionina, Metoprene, Metoxi-MetileFenolo, Metoxi-VinilFenolo, para-Metoxibenzaldehyde, (para-MetoxiFenil)-Penten-One, (para-MetoxiFenil)-Butanone, (para-MetoxiFenil)-Propanone, Metoxipirazine, Metile Furoato, Metile -Otinoato, Metile Pirrolo-Olio CEptone, Metile Anisato, Metile Anthranilato, Metile Benzoato, Metile Cinnamato, Metile Diidrojasmonato, Metile Ester of Rosin, Parzialmente Idrogenato, Metile Isovalerato, Metile LinOleato, Metile Linoloenato, Mixture, Metile NaFtil Ketone, Metile Nicotinato, Metile Fenilacetato, Metile Salicilato, Metile Sulfide, Metile-Ciclopentadecanone, Metile-Fenil-Pentanone, Metile-Fenil-Epxenal, Metile-TioFenecarboxaldehyde, Metile-Epptadien-One, Metile-(para-IsopropilFenil) Propionaldehyde, Metile-Epxen-One, Metile-Metoxi-Isopropilbenzene, Metile-Pentene-One, Metile-Fenilbutiraldehyde, Metile-Eppten-One, Metile-Tiazoloethanol, Metile-Viniltiazoloe, Metile-alFa-Ionone, Metile-trans-Butenoic Acido, MetileacetoFenone, para-Metileanisole, alFa-Metilebenzil Acetato, alFa-Metilebenzil Alcole, Metilebutiraldehyde, Metilebutiraldehyde, Metilebutiric Acido, alfa-Metilecinnamaldehyde, Metileciclopentenolone, MetileEpptanoico Acido, MetileEpsanoic Acido, Metilepentanoic Acido, Metilepentanoico Acido, Metilepirazine, Metilequinoxaline, Metiletetraidrofuran-3-One, (Metiletio)Metilepirazine (Mixture Of Isomers), Metiletiopropionaldehyde, Metile Metiletiopropionato, Metilevalerico Acido, Mimosa Puro and Estratto, Melassa Estratto e Tintura, Mountain Maple Estratto Solido, Mullein Flowers, Miristaldeide, Miristico Acido, Mirra Olio, Beta-Naptil Etile EtEpr, Nerolo, Neroloi Bigarde Olio, Neroloidolo, Nonadien-Olo, gamma-NonaLatone, Nonanal, Nonanoico Acido, Nonanone, trans-Nonen-Olo, Nonenal, Nonil Acetato, Nutmeg Polvere ed Olio, Estratto ed Olio di Foglie di Quercia, Oak Moss Puro, Otadecadienoico Acido (48%) e Otadecatrienoico Acido (52%), delta-OtaLatone, gamma-OtaLatone, Otanal, Ottanoico Acido, 1-Otanolo, Otanone, Acetato, Ottil Isobutirato, Acido Oleico, Oloibanum Olio, Opoponax Olio e Gomma, Orange Blossoms Wator, Puro, ed estratto di Foglie Puro, Arancio Olio and Estratto, Olio di Origano, Orris Olio Puro ed Estratto di Radice, Oli di Palmarosa, Acido Palmitico, Olio di Semi di Parslei, Olio di Patchouli, Omega-Pentadecalattone, Pentanedione, Pentanone, Pentenoico Acido, Pentilpiridine, Pepper Olio, Nero e Bianco, Olio di Menta, Olio Peruviano (Bois De Rose), Petitgrain Puro, Olio di Mandarino ed Olio Deterpenato, Alfa-Fellandrene, Fenentil Acetato, Fenentil Alcole, Fenetile Butirato, Fenetile Cinnamato, Fenetile Isobutirato, Fenetile Isovalerato, Fenetile Fenilacetato, Fenetile Salicilato, Fenil-1-Propanolo, Fenil-1-Propanolo, Fenil-2-Butenal, Fenil-Buten-Olo-Fenil-Buten-One, Fenilacetaldehyde, Fenilacetic Acido, -Fenilalanine, Fenilpropionaldehyde, 3-Fenilpropionic Acido, Fenilpropil Acetato, Fenilpropil Cinnamato, Tetraidrofurano, Acido Fosforico, Olio di Foglie di Peperoncino, Olio di Aghi di Pino, Olio di Pino, Scotch, Succo Concentrato di Ananas, Alfa-Pinene, Beta-Pinene,

Piombo210, D-Piperitone, Piperonal, Estratto di Foglie di Pipsissewa, Plum Succo, Polonio 210, Potassio Sorbato, 1-Proloine, Propenilguaetolo, Acido Propionico, Propil Acetato, Propil para-idrossibenzoato, Propilene Glicole, Propilideneftalide, Succo e Concentrato di Prugne, Piridina, Piroloigneous Acido ed Estratto, Pirroloe, Acido Piruvico, Succo d'Uva Concentrato, Rhodinolo, Rosa Estratto Puro ed Olio, Olio di Rosmarino, Rum, Rum Etere, Rie Estratto, Sage, Olio di Sage, ed Oloeoresina, Salicilaldeide, Olio di Sandalo, Iellow, Sclareoloide, Skatoloe, Aroma di Fumo, Olio di Snake-root, Sodio Acetato, Sodio Benzoato, Sodio Bicarbonato, Sodio Carbonato, Sodio Cloridrato, Sodium Citrato, Sodium Hidroxide, Soloanone, Spearmint Olio, Stirax Estratto, Gomma ed Olio, Ottacetato di Saccarosio, Zuccheri Alcolato, Zuccheri, Olio di Tagetes, Acido Tannico, Acido Tartarico, Thé Foglie e Puro, Alfa-Terpineolo, Terpinoloe-ne, Terpinil Acetato, Tetrahydroquinoxaline, Tetrametile-Oxatriciclo Tridecane, Tetrametiletile-CicloEpsanone, Tetrametilepirazina, Tiamina Idrocloride, Tiazolo, 1-Treonina, Time Olio, Bianco e Rosso, Timolo, Estratto di Tabacco, Tocoferoli (mistura), Balsamo del Tolù Gum ed Estratto, Tolualdeides, para-Toloil 3-Metilebutirato, para-Toloil Acetaldehyde, para-Toloil Acetato, para-Toloil Isobutirato, para-Toloil Fenilacetato, Triacetin, Tridecanone, Tridecenal, Trietile Citrato, Trimetile EPsanolo, para,alFa,alFa-Trimetilebenzil Alcolato, TrimetilecicloEpx-1-Enil, TrimetilecicloEpx-Ene-Dione, TrimetilecicloEpsa-Dienil Methan, TrimetilecicloEpsa-Dienil, Trimetilecicloh e xanone, Trimetilepirazine, 1-Tirosine, delta-UndercaLatone, Gamma-UndecaLatone, Undecanal, Undecanone, Undecenal, Urea, Valencene, Valeraldeide, Valerian Radice Estratto, Olio e Polvere, Valeric Acido, Gamma-Valeroloactone, Valine, Vanilla Estratto And Oloeoresina, Vanillina, Veratraldehyde, Vetiver Olio, Aceto di Vino, Estratto Puro di Foglie di Violetta, Walnut Hull Estratto, Wator, Estratto di Grano e di Farina, Wild Cherry Bark Estratto, Vino e Vino Cherry, Gomma di Xanthan, 3,4-Xilenolo, Iea

Fumo di sigaretta e polveri sottili

LE ORIGINI DELLE POLVERI

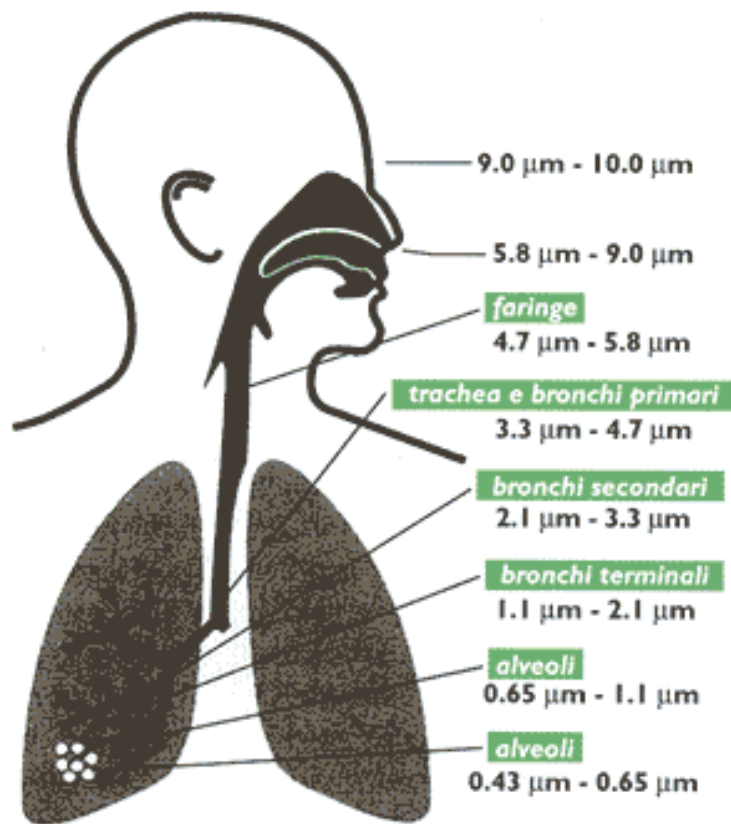
Le fonti di generazione del materiale particolato (PTS, PM₁₀, PM_{2,5}) sono molto ampie e dipendono sia da eventi naturali sia dalle attività antropiche. Diversamente dagli altri inquinanti, il materiale particolato è una miscela nella quale la grandezza delle particelle e la loro composizione chimica varia da luogo a luogo proprio in ragione delle caratteristiche delle fonti di emissione dominanti. Esse hanno, infatti, le caratteristiche derivanti dalle sostanze chimiche che le compongono e delle altre sostanze per le quali esse fungono da elemento di trasporto, come nel caso dei metalli. Il fattore di generazione principale è costituito dai processi di combustione che a grande scala sono rappresentati da fonti naturali come i vulcani. Nelle città entrano in gioco il riscaldamento civile e domestico e, soprattutto, il traffico veicolare.



PM₁₀ (particulate matter < 10 µm): frazione inalabile; PM_{2,5} (particulate matter < 2,5 µm): frazione respirabile sono frazioni ad "alto rischio".

L'importanza delle dimensioni delle particelle

Le dimensioni delle particelle in sospensione rappresentano il parametro principale che caratterizza il comportamento di un aerosol. Dato che l'apparato respiratorio è come un canale che si ramifica dal punto di inalazione (naso o bocca) sino agli alveoli con diametro sempre decrescente, si può immaginare come il ferro si depositi molto prima della particella di sale e questa molto prima di quella di materiale plastico. La parte delle particelle totali sospese (PTS) con diametro intorno e inferiore ai 10 micron (PM₁₀) interessano il tratto tracheo-bronchiale e le particelle con diametro intorno e inferiore ai 2,5 micron (PM_{2,5}) si depositano negli alveoli.



Livelli di deposizione polmonare secondo il diametro delle particelle.

GLI EFFETTI SULLA SALUTE DELLE PARTICELLE SOSPENSE

Gli studi epidemiologici hanno evidenziato una relazione lineare fra l'esposizione a particelle ed effetti sulla salute. Vale a dire, che quanto più è alta la concentrazione di particelle nell'aria tanto maggiore è l'effetto sulla salute della popolazione. Allo stato attuale delle conoscenze, secondo l'Organizzazione Mondiale della Sanità non è possibile fissare una soglia di esposizione al di sotto della quale certamente non si verificano nella popolazione degli effetti avversi sulla salute. Nell'ultimo decennio, numerosi studi epidemiologici hanno evidenziato un'associazione tra i livelli di inquinanti atmosferici a cui la popolazione è normalmente esposta nelle città ed una serie di effetti negativi sulla salute. Nella maggior parte di questi studi l'inquinamento atmosferico è stato determinato dalla presenza nell'aria delle particelle in sospensione, di ossidi di azoto (NO_x), di anidride solforosa (SO₂) e di monossido di carbonio (CO). Tuttavia, nell'insieme degli studi, le particelle in sospensione (e soprattutto le frazioni di più piccole dimensioni come il PM₁₀ e il PM_{2,5}) sono risultate l'indicatore di qualità dell'aria più consistentemente associato con una serie di effetti avversi sulla salute. Tali effetti sono sia di tipo acuto, ossia si manifestano nella popolazione nei giorni in cui la concentrazione degli inquinanti è più elevata (aggravamento di sintomi respiratori e

cardiaci in soggetti predisposti, infezioni respiratorie acute, crisi di asma bronchiale, disturbi circolatori e ischemici), sia di tipo cronico, ossia si presentano per effetto di un'esposizione di lungo periodo (sintomi respiratori cronici quale tosse e catarro, diminuzione della capacità polmonare, bronchite cronica, ecc.). La tabella riassume le conseguenze sulla salute dell'inquinamento atmosferico, a breve e a lungo termine, stimati per un aumento di 10 µg/m³ della concentrazione di PM10; questi dati sono basati sulla letteratura epidemiologica attualmente disponibile.

EFFETTI SULLA SALUTE	Incremento % della frequenza degli effetti sulla salute per un aumento di 10 µg/m ³ di PM10	Intervalli di confidenza
Effetti a breve termine (acuti)		
Uso di bronco dilatatori	3	2 - 4
Tosse	3	3 - 5
Sintomi delle basse vie respiratorie	3	1,8 - 4,6
Diminuzione della funzione polmonare negli adulti rispetto alla media (picco espiratorio)	- 13	- 0,17 a 0,09
Aumento dei ricoveri ospedalieri per malattie respiratorie	0,8	0,5 - 1,1
Aumento della mortalità giornaliera totale (escluse morti accidentali)	0,7	0,6 - 0,9
Effetti a lungo termine (cronici)		
Aumento complessivo della mortalità (escluse morti accidentali)	10	3 - 18
Bronchiti	29	1 - 83
Diminuzione della funzione polmonare nei bambini rispetto alla media (picco espiratorio)	- 1,2	-2,3 a 0,1
Diminuzione della funzione polmonare negli adulti rispetto alla media (picco espiratorio)	- 1	non valutabile

Note:

(1) *polveri in sospensione (PTS) comprende quelle particelle di polvere nell'atmosfera che hanno solitamente una dimensione tra i 2,5 e 30 micron e che restano in sospensione nell'aria.*

FONTE: *Linee guida sulla qualità dell'aria. OMS. 2000.*

La qualità dell'aria è condizionata anche da alcuni altri stili di vita. Riassumiamo i principali fattori che potrebbero contribuire a diminuire l'inquinamento atmosferico:

Guidare meno

I due modi per ridurre l'inquinamento atmosferico sono guidare meno e migliorare il proprio stile di guida. Diminuire il numero dei chilometri percorsi aiuta a diminuire

l'inquinamento atmosferico. Migliorare lo stile di guida riduce il contributo della propria auto all'inquinamento.

Guidare di meno non significa stare a casa. Occorre cercare di combinare l'automobile con altre modalità di spostamento per andare dove si vuole:

- carpool (usare in più persone la stessa auto);
- camminare o andare in bicicletta aiuta a mantenersi in forma;
- usare i mezzi pubblici.

Guidare meglio

Guidare meglio aiuta a ridurre l'inquinamento atmosferico:

- accelerare gradualmente;
- rispettare i limiti di velocità;
- domandarsi se si ha la reale necessità di spostarsi in auto;
- programmare gli spostamenti;
- mantenere l'efficienza dell'auto anche sottoponendola a verifiche periodiche come il bollino blu;
- mantenere i pneumatici alla corretta pressione;
- cambiare e/o acquistare automobili scegliendo modelli meno inquinanti o a metano.

Risparmiare energia

Risparmiare energia aiuta a ridurre l'inquinamento atmosferico. Quando si bruciano combustibili fossili, si inquina l'aria. Usare meno benzina, gas e elettricità (le centrali elettriche bruciano combustibili fossili per generare elettricità):

- spegnere la luce quando si lascia la stanza;
- sostituire le lampadine con quelle a risparmio energetico;
- spegnere il riscaldamento o l'aria condizionata in caso di non necessità;
- usare il ventilatore e non l'aria condizionata;
- installare miscelatori di aria sui rubinetti di casa.

C. Percorso teorico/pratico di approfondimento sulla costruzione della fiaba

Costruire favole e fiabe con le carte di Propp

I percorsi didattici proposti nel volume riguardano in larga parte l'uso creativo, pedagogico e scientifico della fiaba.

Per i docenti che desiderino integrare il lavoro scolastico con una sessione di approfondimento dedicata alla fiaba o e alla favola può risultare utile la proposta di servirsi delle carte di Propp per stimolare la classe ad invenzioni di gruppo dedicate al tema.

Cenni teorici

La favola è un genere letterario molto antico e presente in tutte le civiltà. Il termine "favola" deriva dal latino *fabula* e significa semplicemente narrazione. La favola ha la caratteristica, attraverso una breve narrazione in prosa o in versi, di impartire insegnamenti morali per permettere agli uomini di distinguere il bene dal male. Il contenuto di questi racconti molto semplici e lineari era considerato, in passato, adatto all'educazione dei ragazzi perciò, proprio come avveniva presso i romani, le favole si insegnavano a scuola.

In sostanza la favola espone allegoricamente una verità morale o una massima.

Si differenzia dalla fiaba che è un racconto fantastico che narra avvenimenti straordinari, di cui sono protagonisti sia personaggi del mondo della realtà che dell'immaginazione (maghi, fate...). Non sempre la narrazione della fiaba ha una finalità morale.

Pare che il genere letterario della *fabula* risalga all'antico Egitto: molte sono le favole che ci sono tramandate dai papiri. Ci sono favole anche nella cultura Assiro-Babilonese, e anche nella stessa Bibbia.

Ma con Esopo e poi con Fedro la favola conosce maggior fortuna e diffusione. Nei secoli successivi molti scrittori si dedicarono a questo genere letterario; in ordine cronologico ricordiamo: Maria di Francia, XII secolo, Burkard Waldis a metà del 500, Jean de La Fontaine XVII secolo, Leone Tolstoj nell'800 e infine Trilussa, Gianni Rodari.

Fra i principali narratori di fiabe vale la pena citare Christian Andersen e i Fratelli Grimm.

I personaggi, solitamente animali, che compaiono all'interno di una favola sono sempre in un numero limitato e rappresentano simbolicamente i caratteri, i vizi e le virtù. I caratteri che essi esprimono sono in netta contrapposizione tra di loro. La contrapposizione si risolve in un'unica scena ben definita. I protagonisti impersonano l'ignoranza, la vanità, la malvagità oppure la saggezza, la prudenza, l'astuzia, la tenacia. La rappresentazione spesso è amara, i furbi e i potenti spesso hanno la meglio sui deboli e sugli umili.

La morale della favola ha la funzione di insegnare al lettore quali sono i comportamenti da seguire e quali quelli da evitare. La morale può essere esplicitata all'inizio e, più spesso a conclusione della vicenda, oppure può mancare del tutto ed essere implicita, sottintesa, ma facilmente intuibile.

Il linguaggio è chiaro e lineare, usato soprattutto con funzione esortativa; in esso i personaggi spesso si scambiano poche battute. I dialoghi sono brevi e costituiti da frasi di tipo esclamativo, esortative, interrogative.

La struttura della favola è semplice, costituita da un solo episodio, che si svolge in un breve arco di tempo. È costituita di solito da tre parti facilmente individuabili: narrazione-descrizione di un evento, dialogo tra i protagonisti, conclusione.

UNITÀ DIDATTICA DI COSTRUZIONE IN CLASSE DI UNA FAVOLA

Obiettivi didattici:

- leggere, comprendere analiticamente e sinteticamente le favole
- ricavare le regole peculiari del genere letterario
- operare confronti fra fiaba e favola
- produrre a gruppi, a coppie e infine individualmente favole partendo dalla morale, o dai personaggi, o da un proverbio
- correggere eventuali errori ortografici, grammaticali, sintattici, logici e improprietà presenti nel testo
- arricchire i racconti con descrizioni, pensieri, sentimenti...

Obiettivi interdisciplinari:

- progettare e realizzare sia a livello personale che di gruppo un libro nel suo complesso comprendente:
- favole scritte in forma digitalizzata con il software Microsoft Word
- progettazione grafica della copertina

Obiettivi educativi:

- lavorare in gruppo confrontando e modificando le proprie idee
- migliorare il rapporto con il computer, non più considerato come uno strumento di gioco
- offrire un'ulteriore opportunità di riflessione su comportamenti e atteggiamenti di vita quotidiana

Tempo di lavoro: circa un mese. Il tempo è stato così distribuito:

- comprensione analitica, riconoscimento della struttura letteraria di una favola
- stesura di favole partendo da proverbi, personaggi, morale, dall'inizio
- illustrazione delle favole con varie tecniche grafico-pittoriche
- videoscrittura delle favole

La Fiaba

Le favole nacquero come racconto orale, tramandato di generazione in generazione, finché alcuni scrittori e studiosi della tradizione non decisero di raccogliere queste narrazioni e di trascriverle.

Possono essere scomposte in una serie di unità ricorrenti con compiti ben precisi: le "funzioni". Tali funzioni sono state studiate e classificate dall'etnologo sovietico Vladimir Propp che si è occupato di fiabe popolari (il confine fra favola e fiaba si è nel tempo sfumato e ai fini del laboratorio perde la sua essenzialità) giungendo alla formulazione di tre principi che caratterizzano ogni fiaba:

1. Gli elementi costanti e stabili della fiaba sono le funzioni dei personaggi, indipendentemente dall'esecutore e dal modo dell'esecuzione
2. Il numero delle funzioni che appaiono nella fiaba è limitato
3. La successione delle funzioni è sempre identica

Nella struttura della fiaba si ripete la struttura del rito.

Secondo il sistema di Propp le funzioni sono 31 e bastano a descrivere la forma delle fiabe:

- Una situazione di equilibrio iniziale
- Una rottura dell'equilibrio
- Un ripristino dell'equilibrio iniziale (o l'avvento di un nuovo equilibrio)
- Alcuni personaggi che occupano un ruolo preciso nello sviluppo delle vicende dei tre momenti

(Le funzioni, che naturalmente non sono presenti in tutte le fiabe, sono le seguenti: allontanamento, divieto, infrazione, investigazione, delazione, tranello, connivenza, danneggiamento o mancanza, mediazione, consenso dell'eroe, partenza dell'eroe, l'eroe messo alla prova dal donatore, reazione dell'eroe, fornitura del mezzo magico, trasferimento dell'eroe, lotta tra eroe e antagonista, l'eroe marchiato, vittoria, sull'antagonista, rimozione della sciagura o mancanza iniziale, ritorno dell'eroe, sua persecuzione, l'eroe si salva, l'eroe arriva in incognito a casa, pretese del falso eroe, all'eroe è imposto un compito difficile, esecuzione del compito, riconoscimento dell'eroe, smascheramento del falso eroe o dell'antagonista, trasfigurazione dell'eroe, punizione dell'antagonista, nozze dell'eroe).

La fiaba, come ogni narrazione, inizia con una situazione di partenza. Nel corso della fiaba entrano in scena i vari personaggi: il protagonista, l'antagonista, le "presenze magiche" (folletti, fate, esseri fantastici o oggetti magici). Di solito la fiaba si svolge in uno o più luoghi... castello, bosco, descritti in modo dettagliato e preciso per far meglio immaginare i personaggi. Nella fiaba al protagonista si presentano delle prove da superare, dei problemi da risolvere e in queste condizioni è aiutato o ostacolato dalle presenze magiche. La fiaba si conclude sempre felicemente con la soluzione del problema e la sconfitta dell'antagonista.

COSTRUIRE UNA FIABA UTILIZZANDO LE CARTE DI PROPP³

Secondo il suggerimento di Gianni Rodari in "La grammatica della Fantasia", le 31 funzioni potrebbero essere ridotte a 20 + inizio.

Ogni insegnante può scegliere le figure che ritiene più utili rispetto al percorso con gli allievi.

La preparazione delle carte richiede una certa quantità di tempo per consentire ai bambini di interiorizzare le funzioni individuandole nelle fiabe note. Contemporaneamente, in ogni fiaba illustrata, i bambini dovrebbero saper individuare l'eroe, il nemico/antagonista, la presenza magica/il dono.

³ Le indicazioni per il laboratorio sulla favola sono tratte dalle indicazioni delle insegnanti delle classi 3A e 3B della Direzione Didattica 3° circolo di Carpi, Scuola Elementare Statale "Carlo Colodi" - Carpi (MO).

Successivamente a gruppi, a coppie e infine individualmente si possono prodotte e rappresentare diverse fiabe.

GIOCARE CON LE CARTE DI PROPP

Si può giocare con un solo mazzo oppure uno per ogni bambino:

1. La fiaba a soggetto (un mazzo solo)
Si distribuiscono le 21 carte ai bambini. Chi ha la carta di INIZIO comincia la sua narrazione a voce; proseguono poi i compagni nell'ordine: chi ha la carta 1, poi la carta 2. Il racconto va avanti fino ad esaurimento delle carte. È importante in questo gioco correggere le esposizioni non coerenti e caotiche rendendole ordinate e logiche.
 2. Il prima e dopo il racconto
Si toglie dal mazzo la carta INIZIO. Un bambino estratto a sorte pesca una carta dal mazzo e a voce, deve narrare ciò che è avvenuto prima del fatto segnalato dalla carta e come procede dopo la vicenda.
 3. Il prima e il dopo
Ogni bambino pesca una carta dal proprio mazzo e tenendo conto della situazione pescata, che sarà quella centrale, dovrà narrare l'antefatto e la conclusione.
 4. La fiaba completa
Ogni bambino possiede il proprio mazzo colorato. Dopo aver cercato la carta INIZIO, proseguirà pescando una carta per colore. Narrerà infine la sua fiaba.
- Nelle prossime pagine abbiamo inserito le illustrazioni (da colorare) delle 31 funzioni che potrete utilizzare per la costruzione del vostro mazzo di carte.



ALLONTANAMENTO



ORDINE



INFRAZIONE



INVESTIGAZIONE



DELAZIONE



TRANELLO



CONNIVENZA



DANNEGGIAMENTO



MEDIAZIONE



CONSENSO



PARTENZA



EROE MESSO ALLA PROVA



REAZIONE DELL'EROE



CONSEGUIMENTO MEZZO MAGICO



TRASFERIMENTO DELL'EROE



LOTTA TRA EROE E ANTAGONISTA



MARCATURA DELL'EROE



VITTORIA SULL'ANTAGONISTA



RIMOZIONE DELLA SCIAGURA



RITORNO DELL'EROE



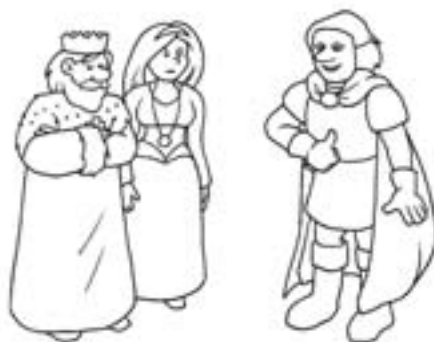
PERSECUZIONE DELL'EROE



SALVEZZA



EROE ARRIVA IN INCOGNITO A CASA



PRETESE DEL FALSO EROE



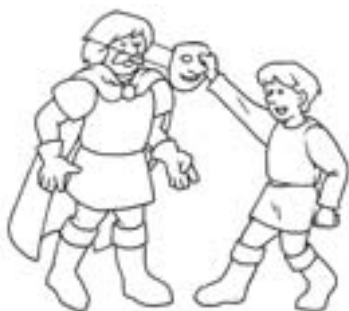
COMPITO DIFFICILE PER L'EROE



SVOLGIMENTO DEL COMPITO



RICONOSCIMENTO DELL'EROE



SMASCHERAMENTO FALSO EROE O ANTAGONISTA



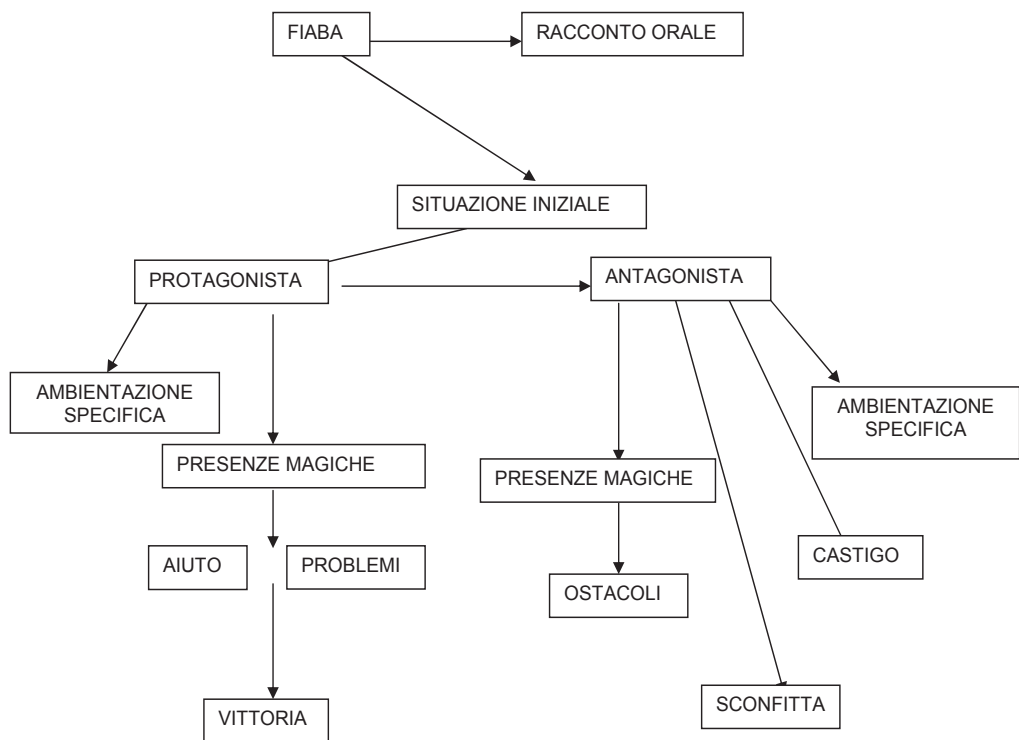
TRASFIGURAZIONE DELL'EROE



PUNIZIONE DELL'ANTAGONISTA



NOZZE DELL'EROE



Laboratorio della cooperazione e della comunicazione

In modo propedeutico o trasversale al percorso didattico individuato l'insegnante può decidere di affrontare con gli allievi qualche attività di stimolo alla cooperazione e alla comunicazione.

La maggior parte delle proposte per questo laboratorio derivano dalle esperienze del Teatro Forum, dello Psicodramma di Moreno e del playback theatre.

Dopo alcune attivazioni di riscaldamento, l'attività si è concentrata sul tema del fumo e le sue implicazioni.

L'insegnante può scegliere quelle che ritiene più opportune per affrontare in modo proficuo il tema con la classe.

Comunicazione e apertura

Obiettivo: favorire la comunicazione non verbale, il contatto fisico, l'empatia e il riscaldamento del gruppo.

Partecipanti: classe suddivisa in gruppi da 3,4 bambini ciascuno dai 6 anni in su.

Durata: 15/ 20 minuti.

Svolgimento: i bambini si dispongono in gruppi. I componenti del gruppo sono vicini fra loro. L'insegnante chiede di utilizzare il contatto con le mani (solo con le mani), immaginandole a svolgere ruoli diversi: le mani si salutano come se fossero nemiche, innamorate, arrabbiate, sudate e appiccicaticce, annoiate, formali, coccolose, dure, tenere, arrabbiate, curiose di conoscersi.

Conclusioni: dopo l'attività lasciare uno spazio di pochi minuti in cui prima si chiede ad ogni bambino di commentare l'attività con una parola, poi di esprimere come si è sentito durante il gioco.

Riconoscimento attraverso il tatto e l'olfatto

Obiettivo: integrare i canali sensoriali nella comunicazione.

Partecipanti: tutta la classe a turni

Durata: 20 minuti

Svolgimento: l'insegnante sceglie chi fa il cieco e lo benda. A gruppi di 6 alla volta gli allievi passano davanti al cieco, gli danno una mano che lui può annusare e toccare e gli dicono il proprio nome.

Successivamente, cambiando l'ordine di presentazione, passano di nuovo davanti al cieco che deve riconoscere il nome attraverso il ricordo della mano lasciato dal tatto e dall'olfatto.

L'attività si può ripetere più volte

Conclusioni: lasciare al cieco qualche momento per esporre le sue sensazioni rispetto all'esperienza. Raccolta di interventi nella discussione finale sul rapporto del contributo dei diversi sensi nella conoscenza.

Telegramma cooperativo

Obiettivo: introdurre il concetto di cooperazione

Partecipanti: la classe seduta in cerchio e suddivisa in 2 gruppi (dagli 8 ai 10 anni)

Durata 20 minuti

Svolgimento: scrittura del numero maggiore di messaggi sul fumo composti attraverso la somma delle parole messe a disposizione da ognuno dei componenti del gruppo.

Il messaggio non passa avanti se non viene integrato dal contributo dell'allievo successivo. Se qualcuno ferma la catena il messaggio viene respinto e riscritto da capo.

Dopo 15 minuti l'insegnante ritira i messaggi pervenuti all'ultimo componente del gruppo.

Conclusioni: raccolta dei commenti sulla facilità o difficoltà di lavorare insieme.

Il mosaico

Obiettivo: promuovere la cooperazione attraverso la creatività

Partecipanti: tutta la classe

Durata: 60 minuti

Svolgimento: L'insegnante prepara un cartoncino di 2 metri per uno e lo suddivide in tanti tasselli uguali come dimensioni da consegnare alla classe. I tasselli sono disegnati sul mosaico di partenza e ritagliati per gli allievi (è bene che il numero dei tasselli sia uguale o superiore al numero degli allievi. Se risultasse superiore si estrae chi, fra gli allievi deve occuparsi di due tasselli). Il mosaico porta come titolo: *per un'infanzia a colori, spazi liberi dal fumo*.

Si lascia spazio a una breve discussione iniziale per decidere insieme gli elementi che devono comparire nel mosaico e la suddivisione generale dei compiti (chi dipinge il cielo, chi la terra, etc...).

Poi i bambini cominciano a dipingere (con pennarelli o tempere).

Dopo 40 minuti debbono cominciare a prendere accordi per la composizione del mosaico, incollando le tessere e decidendo insieme quali tessere sono da sostituire o correggere.

Conclusioni: Il mosaico completato e appeso viene commentato da tutti i bambini che lasciano la loro emozione in un pensiero affisso accanto al lavoro.

Ascolto, comprensione e ripetizione

Obiettivo: aumentare la consapevolezza di quanto sia facile o difficile ascoltare, comprendere e ripetere.

Partecipanti: tutta la classe suddivisa in 2 gruppi l'uno di fronte all'altro.

Tempi: 45 minuti circa

Svolgimento: l'insegnante prepara 4 brevi storie con molti particolari che riguardano i temi fumo e ambiente, fumo e salute.

Il gruppo A riceve le 2 storie fumo e ambiente, il gruppo B le storie fumo e salute.

I 2 capofila (destra e sinistra) del gruppo A vanno dall'insegnante che legge loro rispettivamente la prima e la seconda storia. Se i capofila desiderano che qualche particolare venga ripetuto, l'insegnante lo ripete.

La stessa azione si propone al gruppo B.

L'insegnante mantiene i fogli scritti in mano.

A questo punto comincia la narrazione delle storie: il capofila di destra racconta la sua storia al suo vicino e contemporaneamente il capofila di sinistra racconta la sua storia al suo vicino.

Alla fine i capofila scrivono la storia che hanno ricevuto (la storia arrivata da destra per il capofila di sinistra e la storia arrivata da sinistra per il capofila di destra). Se durante la scrittura hanno dei dubbi sulla storia possono chiedere aiuto a 2 membri del gruppo (non al capofila della parte opposta).

Le 4 storie riscritte vengono lette dall'insegnante e confrontate con gli originali.

Conclusioni: Discussione sulle interferenze nella comprensione e nella trasmissione delle notizie.

Laboratorio del respiro e di fantasia guidata

I polmoni, attraverso la respirazione, svolgono un'azione fondamentale per la vita che inizia con un'inspirazione e finisce con un'espiazione.

L'importanza simbolica del respiro è tale che la parola greca *pneuma*, assimila il respiro al soffio vitale, l'equivalente dell'anima.

In modo parallelo rispetto alle attività portate avanti nel laboratorio scientifico si possono proporre in palestra con un sottofondo musicale riposante, alcuni semplici esercizi che facilitano la consapevolezza del respiro e qualche attivazione preliminare di fantasia guidata.

a)

Stesi sul dorso, completamente rilassati. Tenete le mani sull'addome, espirate (buttate fuori) tutta l'aria che avete nei polmoni, inspirate lentamente...lentamente...riempiendo al massimo il torace.

Adesso, di nuovo, espirate con forza.

Ripetete la sequenza ascoltandovi semplicemente respirare...inspirate adagio, espirate con forza.

b)

Inspirate lentamente e a fondo con la narice destra ed espirate con la sinistra (può essere di aiuto tenere occlusa con le dita la narice collaterale quando non è impegnata dall'esercizio); si ripete al contrario e si rifà la sequenza per 20 volte

c)

Dopo un'inspirazione lunga lenta e profonda espellere l'aria, con violenza, in una sola volta, dalla bocca. L'aria produce un suono simile a un grido aggressivo. Ripetere l'esercizio 10 volte, poi riproporlo con le stesse modalità ma espellendo l'aria dal naso. Anche in questo caso la sequenza dovrebbe prevedere 10 respirazioni complete.

d)

Inspirate lentamente e profondamente portando le braccia verso l'alto e spingendo sino ad essere in punta di piedi, espirate lentamente, riprendendo la posizione normale con le braccia lungo i fianchi. L'esercizio si ripete 5 volte. Poi si riprende in questo modo: inspirate lentamente e profondamente, portate le braccia verso l'alto, cercando di occupare il massimo dello spazio che vi è possibile; restate in espansione, cominciate ad espirare molto lentamente e raccogliere il corpo sino ad occupare il minimo spazio possibile

e)

Respirazione e musica: si suddivide la classe in 2 gruppi: uno intona una melodia e l'altro segna il ritmo inspirando ed espirando. Dopo un minuto, scambio dei gruppi

Esercizi di fantasia guidata

Esercizi di visualizzazione sensoriale legati al fumo di sigaretta:

- Cosa succede quando immaginiamo?
- Cos'è l'immaginazione?
- Come si forma il concetto del sé?

Queste sono alcune delle domande a cui proveremo a dare risposta.

Il concetto di immagine mentale, storicamente, scientificamente e filosoficamente rilevante, è stato mandato in crisi dal Comportamentismo che ha stabilito di potere e dovere leggere la mente umana SOLO attraverso gli effetti dei singoli comportamenti.

Ci si è resi conto, tuttavia, che l'esistenza di una attività mentale "interna" finiva per sopravvivere ad ogni semplificazione.

Il primo obiettivo della nostra attività è la realizzazione di una indagine empirica sui modi attraverso cui avvengono i processi mentali.

L'immaginazione va educata e coltivata.

Quanto questo sia possibile nella prima infanzia in cui forme precostituite di lettura, spiegazione, gioco, interpretazione, vengono regolarmente offerte attraverso servizi formativi, giochi didattici, video e cartoni animati, è presto detto.

una sigaretta accesa nella notte

una stanza piena di fumo

una donna che fuma con un bambino in braccio.

Respirare il fumo delle sigarette in una stanza piena di fumo

Annusare i vestiti di qualcuno che ha appena fumato

Respirare in una giornata di primavera camminando all'aria aperta.

Sentire la gola piena di fumo

Gustare un pezzetto di cioccolata

Con lentezza, ognuno elabora le proprie immagini

Domande utili per il commento

Cosa mi è stato più facile/ difficile immaginare?

Immagine più forte

Dopo la discussione si commentano le immagini che hanno più colpito i bambini

Fumo di sigaretta e emozioni

Indicazioni per la conduzione: Prima della lettura della fantasia: se è possibile portate i bambini in palestra, fateli sdraiare sulle stuoie, invitateli a togliere le scarpe e mettete un sottofondo musicale dolce lasciando il volume basso perchè non si sovrapponga alla vostra voce. Portate con voi cartoncini, colori e penne per il commento della fantasia guidata.

Leggete il testo lentamente, a voce molto bassa, ripetendo qualche parola a vostra scelta.

Prima di cominciare controllate che i bambini siano sdraiati sul dorso, ad occhi chiusi, con la braccia abbandonate lungo il corpo e le gambe leggermente divaricate.

Se non vi è possibile disporre della palestra potete proporre gli esercizi anche in classe; se è possibile socchiudete le finestre o abbassate le persiane, usate la musica e lasciate che i bambini si mettano sul banco in una posizione che trovano comoda, con gli occhi chiusi.

Testo dell'immaginazione guidata

Chiudete gli occhi e state seduti tranquillamente. Ascoltate con attenzione il vostro corpo. Concentratevi. State trattenendo il respiro o respirate in modo regolare? Vi state abbandonando o state facendo resistenza? Sentite tensione in qualche parte del corpo? Ora rilassate il corpo e rallentate il respiro.

I...E...I...E....lasciate andare qualsiasi pensiero, qualsiasi preoccupazione....

Respirate dolcemente... con calma... respirate dolcemente... (pausa di 30 sec.)

Il corpo è abbandonato, completamente abbandonato. Non avvertite più il peso del corpo...

Ripetete dolcemente a voi stessi:

“mi sento leggero come se fossi immerso nell’acqua tiepida. Sospeso e fluttuante.

Sono pronto al viaggio. Mi preparo a un viaggio nelle emozioni.

Mi lascio andare.... Intorno a me tutto è grigio, uniforme... Sono spaventato. Ricordo quello che nella mia vita mi spaventa. Ricordo la paura. Ripenso alle mie paure. Le ritrovo nel grigio uniforme... la mia paura... nel grigio si forma una immagine... il volto della mia paura... la affronto. Sono davanti alla mia paura come di fronte a uno specchio (pausa 30 sec.).

Allontano l’immagine e mi concentro sul respiro. Rallento il respiro.

I...E...I...E... ..vado avanti... qualcuno mi spinge... proseguo contro voglia... sono costretto ad entrare in un luogo buio. Mi trovo nella stanza della rabbia... tutto intorno a me è rosso e infuocato... sono preso da un’ira furibonda e incontenibile... dò libero sfogo a tutta la rabbia repressa... che cosa mi fa arrabbiare? a chi è diretta la mia rabbia?... nel rosso della rabbia si disegna l’immagine della mia ira... la guardo... la guardo a fondo e sfogo il mio rancore...

La rabbia si dissolve. Dall’alto mi sento avvolgere da una nebbia grigio azzurra: scende su di me una cappa di tristezza: la tristezza mi sommerge. Una tristezza lieve e profonda. sono molto triste... cosa mi rende così triste?... quali sono le ragioni della mia tristezza... cosa vedo della mia tristezza... trovo luoghi... parole... tempo... trovo la tristezza che c’è nella mia vita... vedo la mia tristezza e la guardo con dolcezza. La accarezzo... Mi prendo cura di lei.... continuo ad accarezzarla con lentezza... con malinconia... sono in compagnia della mia tristezza quando un abbraccio caldo mi solleva , sono sospeso nel verde azzurro della libertà. Esco all’aperto. La tristezza si è dissolta. È la gioia che mi ha rapito... sono esultante e senza pensieri... sono felice.... I...E...I...E...

Qualcuno mi parla; ascolto una voce; una voce che adagio ripete gioia, tristezza, rabbia, paura; paura, rabbia, tristezza, gioia...

La voce mi chiede di pensare a un volto, a una persona... la persona che incontro fuma... fuma di continuo... con paura... fuma nel grigio della mia paura; la guardo, re-

sto per qualche minuto a confrontarmi con il suo sguardo; la lascio andare ; la ritrovo dopo poco nella camera della rabbia, nervosa, agitata, angustata, inquieta, tesa, si muove a scatti, respira forte, fuma velocemente, con voracità, come se volesse mangiare la sigaretta, tossisce, tossisce di nuovo, si agita; mi guarda. Mi lascio guardare..trovo nei suoi occhi una profonda tristezza.

La rabbia si dissolve. La guardo fumare adagio, in silenzio; provo pena per la sua tristezza. La lascio nella solitudine a fumare... Sola a consolarsi nella nuvola grigia del fumo.

Esco all'aperto. La mia tristezza si è dissolta; sono leggero, sono in pace con il mondo .I E I E...

Guida alla conversazione e alla rielaborazione dopo la fantasia

Come vi siete sentiti durante l'analisi immaginativa? Ditelo usando solo 2 parole. Le prime 2 parole che vi vengono in mente senza riflettere.

Raccolta delle parole (le parole debbono essere istantanee, non riflettute. Quando tutti hanno terminato, l'insegnante ripete le parole che ricorda. Le ripete lentamente, una dopo l'altra).

Cosa pensiamo di questa lista di parole? Che immagini ci suscitano?

Adesso ripensate alle immagini suscitate dalle vostre emozioni. Descrivete quella che vi ha più colpito o turbato. La più forte. Descrivetela con un breve pensiero, con qualcosa che le assomiglia, con un verso poetico. Adesso scegliete 2 colori per e disegnate qualcosa che ha a che fare con l'emozione e il pensiero... Si mettono i fogli per terra se si è in palestra o sulla cattedra se si è in classe e si leggono rapidamente le associazioni, lasciandosi il tempo per guardare i colori. È l'insegnante che legge i testi e mostra i disegni.

Il palcoscenico

Obiettivo: Prendere coscienza del proprio porsi rispetto al fumo, capacità di esprimere anche le inibizioni:

Svolgimento: Si predispone una scena con pochi materiali (es: libro, chiavi, cell, lettera, maglia, C).

Ognuno pensa alla scena per il suo personaggio (10 minuti di riflessione).

Si sorteggiano 3 personaggi. Chi è estratto, sale sul palco, presenta il proprio personaggio verbalmente, poi lo drammatizza con pochi minuti di mimo.

Dopo le estrazioni si esibisce chi vuole spiegando perchè ritiene che la propria performance abbia un senso per il gruppo.

Alla fine ognuno replica se stesso in un minuto. Votazioni individuali con giustificazione. Lettura dei commenti. Assegnazione premio al vincitore.

Laboratorio scientifico

Riportiamo alcune idee di facile realizzabilità per riprodurre in classe un modello di polmone e un modello per la comprensione della composizione ideale dell'aria (come dovrebbe essere), dell'aria che respiriamo (durante inspirazione ed espirazione), e l'aria inquinata (da fumo, scarichi di auto, industrie...).

La meccanica della respirazione: modello di polmone

Si possono costruire modelli sperimentali per studiare i fenomeni che desideri avvicinare. Noi ti proponiamo di ricostruire un modello di polmone:

Occorrente:

- Una bottiglia in plastica
- Forbici
- Due elastici
- Due palloncini di gomma: uno piccolo ed uno grande

Manipolazione:

1. Taglia il fondo della bottiglia
2. Taglia il palloncino grande in due parti
3. Chiudi il fondo della bottiglia con il grande palloncino tagliato e fermalo con un elastico. Tendilo bene
4. Inserisci il palloncino piccolo all'interno del collo della bottiglia. Fissa sul collo il palloncino piccolo utilizzando un elastico
5. Tira la membrana verso il basso

Spiegazione:

Quando si tira la membrana, il palloncino piccolo si gonfia. Se si spinge la membrana verso l'alto, il palloncino si sgonfia. Quando la membrana viene tirata, si crea dello spazio all'interno della bottiglia: ciò permette all'aria esterna di penetrare nella bottiglia. Poiché il collo della bottiglia è bloccato dalla presenza del palloncino piccolo, l'aria in ingresso gonfia quest'ultimo.

Questo è ciò che accade quando respiriamo: la bottiglia rappresenta la cassa toracica, il palloncino piccolo uno dei due polmoni, l'apertura del palloncino piccolo la bocca e il palloncino grande il diaframma.

Il diaframma è un muscolo che separa i nostri polmoni dallo stomaco e dall'intestino.

Applicazione:

Quando *inspiriamo*, il diaframma si contrae, si appiattisce, e i muscoli intercostali sollevano la gabbia toracica. Il volume di questa aumenta e i polmoni possono riempirsi d'aria come il palloncino del modello.

Quando *espiriamo*, il diaframma e i muscoli intercostali si rilassano. Il volume della gabbia toracica diminuisce e l'aria è espulsa dai polmoni attraverso il naso o la bocca.

Gli ingredienti della SIGARETTA comprendono:

- Tabacco
- Carta
- Filtro
- Additivi

Oltre a questi ingredienti di base possono essere presenti:

- Residui di pesticidi
- Residui di fertilizzanti
- Residui di sostanze adoperate durante la fabbricazione

GLI ADDITIVI vengono utilizzati per:

- Esaltare le caratteristiche naturali dei derivati del tabacco
- Per migliorare la loro capacità di conservazione
- Per diminuire la loro deperibilità durante il trasporto
- Per rendere i prodotti più desiderabili (migliorandone il gusto), rendendo il fumo attraente per i bambini
- Per aumentare la dipendenza da nicotina
- Per rendere più facile imparare a fumare

La natura del FUMO DI SIGARETTA

Il fumo di tabacco è in realtà una miscela complessa di migliaia (circa 4000) di componenti chimici. Esso deriva dalla combustione degli ingredienti dei derivati del tabacco.

Fra i componenti del fumo di sigaretta si rileva sempre la presenza di:

- **Nicotina:** è un alcaloide che si trova nella foglia del tabacco, è la sostanza psicoattiva che crea dipendenza.
- **Sostanze cancerogene (catrame o condensato):** si depositano nei bronchi e nei polmoni e possono provocare il cancro. Tra le più pericolose il benzopirene e le nitrosamine.
- **Monossido di carbonio:** è un gas asfissiante derivato dalla combustione incompleta del tabacco, ostacola l'azione dei muscoli e del cervello e sottrae ossigeno al tuo organismo.
- **Sostanze irritanti:** provocano aumento delle secrezioni bronchiali e favoriscono il ristagno dei microbi e delle sostanze irritanti e/o cancerogene, che sono le principali cause della bronchite cronica, dell'enfisema polmonare, dell'asma bronchiale e del cancro polmonare. Tra le più note: acetone, formaldeide, ammoniaca.

Altre sostanze sono: arsenico e derivati del cianuro, polonio 210, acido silicico/carbonico/formico/benzoico, prodotti sbiancanti delle ceneri.

(Intanto che si spiegano questi principali componenti del fumo di sigaretta, si può fare circolare l'elenco della scheda di approfondimento "Composizione dettagliata fumo di sigaretta")

Interazione tra apparato respiratorio e un agente inquinante quale il fumo di sigaretta

Nel momento in cui introduciamo nel nostro apparato respiratorio agenti esterni con una composizione diversa da quella naturale dell'aria, l'interazione tra questi agenti e il nostro organismo può determinare delle conseguenze che vanno anche ad incidere sul nostro stato di salute.

Un uomo adulto inspira, in media, sei litri d'aria al minuto. L'introduzione di aria all'interno dell'intero albero respiratorio, fino agli alveoli polmonari, lo espone all'azione di tutti gli agenti tossici o patogeni presenti nell'atmosfera.

Affinché la funzione respiratoria sia mantenuta nel tempo l'evoluzione ha concorso alla messa a punto di efficaci meccanismi di difesa:

1. barriere meccaniche, come naso, peli nasali e turbinati
2. sistema di trasporto muco-ciliare
3. sistema immunitario, attivo in tutto l'albero respiratorio
4. cellule fagocitarie localizzate negli alveoli.

Vediamo quindi quale è la composizione dell'aria che entra nel nostro organismo, attraverso alcuni semplici modellini realizzabili con pochi strumenti.

La composizione dell'aria

Composizione "ideale" dell'aria (senza inquinanti)

• Materiali

- 100 palline di tre colori diversi
- un sacchetto trasparente oppure un contenitore rigido trasparente

• Procedimento

1. metti 78 di queste palline nel contenitore, per esempio rosse;
2. prendi 21 palline di un altro colore (giallo) e metti anche queste nel contenitore;
3. prendi una sola pallina per esempio verde e uniscila alle 99;
4. ora mescola bene.

• Commento

Se si osservano le palline nel loro insieme, risulta evidente quale colore predomina: le 78 palline rosse (78% del totale) rappresentano l'azoto, le 21 palline gialle (21%) le molecole di ossigeno, e l'unica pallina verde (1%) le molecole di anidride carbonica e di altri gas presenti in percentuali bassissime.

Molto spesso i bambini credono che l'aria sia composta esclusivamente da ossigeno e che noi, con la respirazione, la possiamo utilizzare "tutta". È invece importante sottolineare che solo 1/5 dei gas presenti nell'atmosfera è utilizzabile dal nostro corpo.

Per capire meglio questo concetto si può realizzare un modellino analogo al precedente, che rappresenti l'aria espirata, in modo da rendere evidente che con l'espirazione in realtà si emette ancora una quantità molto elevata di ossigeno, pari al 16% di

quella inspirata, con un utilizzo quindi del solo 5%, e che le percentuali di azoto e altri gas rimangono invariate, mentre aumenta l'emissione di anidride carbonica che passa dall'1% al 4%, e si aggiunge un 2% di vapore acqueo.

Se ora si ripensa alla composizione di quella miscela di 4000 sostanze che è il fumo di tabacco si può facilmente immaginare cosa succede all'interno dei nostri modellini di aria, è come se aggiungessimo tantissime palline di tanti colori diversi che entrano a fare parte della composizione dell'aria che respiriamo!!!

E ricordiamo che:

nessun individuo sopravvive in un ambiente dove l'ossigeno è presente in quantità inferiori al 15%.

Laboratorio teatrale e linguistico

Si può giocare con le parole inventando proverbi, filastrocche e poesie che consentano di approfondire e alleggerire il tema che si sta affrontando.

Lasciamo alcuni spunti per l'attivazione della classe:

Scheda della creatività: Le filastrocche

Usando alcune o tutte le parole sotto riportate realizza una filastrocca di 12 versi.

Elenco di parole: sigaretta, bicicletta, fretta, marionetta, salute, godute, dispiaciute, prevenzione, educazione, sanità, libertà, felicità, malinconia, morte, sorte, vizio, reddito, futuro, muro, domani, mani, ragazzo, razzo, ragazza, carrozza, terrazza, passione, sensazione, emozione, percezione, odore, clamore, gesto, resto, vasto, costo, fumatore, prestigiatore, vulcano, mano, lontano.

Scheda della creatività: Le poesie

Scrivi una poesia utilizzando lo schema sotto riportato:

Scegli uno dei protagonisti e comincia a scrivere la tua poesia con:

Se fossi... (un fumatore, un polmone, una sigaretta, un neonato, l'aria, un naso, una mano, la salute, un dottore)

Se fossi...

Desidererei...

La mia casa sarebbe...

Non vorrei mai...

Se fossi...

Sarei sempre...

Lascerei che il vento...

E la pioggia...

Se fossi....

Il mio nome sarebbe...

Scheda della creatività: I proverbi

Adoperando come guida i proverbi sottoriportati variarli introducendo il tema del fumo, dei polmoni, della sigaretta, del fumatore..

Sopra la panca la capra campa - Sotto la panca la capra crepa.

Rosso di sera - Bel tempo si spera.

Meglio un uovo oggi che una gallina domani

Tanto va la gatta al lardo - Che ci lascia lo zampino

Mogli e buoi - Dei paesi tuoi

Chi non risica non rosica

Crittogramma

Cerchia le parole indicate, ricordando che possono essere scritte in orizzontale, verticale e in diagonale.

R	Q	T	S	B	T	O	O	S	I	N	O	M	L	O	P
D	E	O	C	D	S	P	A	P	O	K	U	G	R	S	Q
F	T	S	C	S	T	G	L	R	T	S	U	T	N	T	R
C	T	S	P	U	V	S	T	A	O	S	Q	B	U	A	S
S	Q	E	U	I	H	I	M	I	O	E	A	I	P	B	S
T	Z	C	T	F	R	G	C	A	N	C	R	O	N	A	C
I	R	A	D	Z	U	A	G	R	T	O	I	F	N	C	E
E	O	Z	F	V	I	R	R	G	C	O	A	I	Z	C	N
O	P	I	S	R	T	E	B	E	S	H	T	N	U	O	E
U	N	N	U	S	C	T	O	O	C	G	I	T	I	S	R
A	M	A	L	A	T	T	I	A	F	G	T	R	S	C	E
S	T	B	A	A	Z	A	P	I	P	A	Q	U	Z	R	U

VITA - RESPIRARE - TOSSE - SIGARETTA - PIPA - ARIA - CANCRO - TABACCO - CENERE - POLMONI - MALATTIA

Attività di scrittura creativa sulle metafore di luogo

Istruzioni per gli allievi:

Dopo aver esaminato le immagini di luoghi nell'elenco si scelgono i simboli più adatti a rappresentare uno spazio pieno di fumo e uno spazio libero dal fumo.

Prima si fa un elenco di parole e poi si scrive un breve racconto fantastico utilizzando le parole che colpiscono di più la fantasia.

Elenco:

- | | |
|---|---|
| ☐ Una giungla | ☐ Una casetta di campagna |
| ☐ Un abisso senza fondo | ☐ Una sala d'aspetto |
| ☐ Una campagna sconosciuta | ☐ Un bidone della spazzatura |
| ☐ Un castello | ☐ Un lago |
| ☐ Una fortezza | ☐ Un ospedale |
| ☐ Una stanza | ☐ Un'oasi |
| ☐ Una strada nebbiosa | ☐ Una nuvola |
| ☐ Un set cinematografico | ☐ Un luogo paradisiaco |
| ☐ Una prigionia | ☐ Le montagne russe |
| ☐ Un palazzo | ☐ Un palcoscenico |
| ☐ Un hotel a cinque stelle | ☐ Una chiesa |
| ☐ Un campo minato | ☐ Un circo |
| ☐ Una nave che affonda | ☐ Una scuola |
| ☐ Una palude | ☐ Un luna park |
| ☐ Uno specchio d'acqua limpida | ☐ Un pozzo |
| ☐ Un oceano | ☐ Una fabbrica |
| ☐ Delle sabbie mobili | ☐ Una piazza affollata |
| ☐ Una torre | ☐ Una spiaggia deserta |
| ☐ Un passaggio oscuro | ☐ Un ruscello in secca |
| ☐ Una pozzanghera | ☐ Un palazzo disabitato |
| ☐ Una pianura | ☐ Un giardino recintato |
| ☐ Una spiaggia assolata | ☐ Un inferno |
| ☐ Una trappola | ☐ Una cantina |
| ☐ Un ghiacciaio | ☐ Un ponte |
| ☐ Un campo | ☐ Una cucina disordinata |
| ☐ Una radura soleggiata | ☐ Una fontana |
| ☐ Un prato fiorito | ☐ Una foresta oscura |
| ☐ Un viottolo tortuoso | ☐ Un'autostrada trafficata |
| ☐ Uno zoo | ☐ Un ingorgo |

Percorso di scrittura creativa

La presentazione di sé:

Attività di presentazione:

1. Si prende un foglio suddiviso in 4 parti: ogni parte ha un titolo - Io e il fumo di sigaretta - aria e fumo - fumo e bambini - fumo e adulti

Riempire il foglio utilizzando colori, parole, frasi ricorrenti.

Non è necessario utilizzare le parole stimolo che hanno unicamente lo scopo di aiutare i bambini a superare lo scoglio della carta bianca. L'attività deve essere lasciata completamente libera

Parole stimolo: ribellione, normalità, incertezza, timidezza, lentezza, allegria, divertimento, rapidità, calma, inquietudine, tristezza, paura, vergogna, imitazione, rabbia, colore, grigio, aria, respiro, noia, casa, camminare, regola, blu, verde, casa, scuola, amici.

2. L'insegnante raccoglie i fogli che possono essere lasciati anonimi. I fogli vengono scambiati casualmente dei. Ognuno commenta per iscritto o con un disegno il foglio del compagno. Presentazione dei commenti e dei fogli di riferimento alla classe..

Le vie del fumo

Foglio suddiviso in 4 parti:

Sensazioni/emozioni:

convinzioni/frasi sentite/ragionamenti/informazioni

Esperienze:

associazioni libere

Dopo la compilazione individuale, realizzazione di un cartellone di classe che raccolga i 4 aspetti con cui sono state rappresentate *Le vie del fumo*. Si avrà in questo modo il ritratto di come si pone il gruppo rispetto agli aspetti cognitivi, emotivi, relazionali dell'argomento.

Dialoghi fantastici

L'attività si svolge in due tempi.

Prima, individualmente si sceglie un personaggio fantastico (derivante da fiaba, cartone, fumetto etc) più attraente e coinvolgente.

Ognuno è invitato a segnare su di un foglio il nome del personaggio e a darne una breve descrizione.

Nella seconda parte dell'attività la classe viene disposta a coppie. Ogni coppia usa i propri personaggi per costruire una storia, un dialogo, una vignetta sul fumo. I personaggi possono essere entrambi fumatori o non fumatori, oppure uno può fumare e l'altro no.

Lettura collettiva dei testi.

Laboratorio teatrale

Per realizzare un approfondimento attraverso il laboratorio teatrale, il docente può utilizzare questo percorso legato al fumo:

Opinioni a confronto: è una attività di riscaldamento e allenamento alla posizione del corpo nello spazio. Si può effettuare anche in classe spostando i banchi.

Svolgimento: Annotare preliminarmente su singoli biglietti pensieri riguardo al fumo suggeriti dall'insegnante con l'aiuto di qualche allievo (es: se non facesse male da grande, fumerei volentieri; a me il fumo non da fastidio, l'aria è inquinata soprattutto dal traffico; non credo sia sbagliato fumare in casa ..etc). L'insegnante legge le frasi una dopo l'altra a voce alta. Dopo la lettura i bambini si posizionano in 3 gruppi (favorevoli, contrari, incerti).Ognuno difende la propria posizione e gli incerti scelgono.

Rivelazioni in famiglia: è una attività che consente la messa in scena e la discussione di aspetti problematici riguardo al fumo. L'insegnante suddivide gli allievi a piccoli gruppi chiedendo loro di descrivere situazioni concrete (che possono riguardare il fumo in famiglia, o il fumo l'ambiente e la famiglia) da mettere in scena. L'insegnante legge le situazioni e la classe decide quali mettere in scena e in che ordine.

Svolgimento: si affidano le situazioni da mettere in scena a piccoli gruppi. Ogni gruppo sceglie i protagonisti della scena, lo spazio per l'azione e scrive i testi. Dopo la drammatizzazione della situazione problematica si apre il dibattito su come risolvere la situazione proposta. Chi ha un'idea si sostituisce a uno dei protagonisti e prova a dare un contributo risolutivo. Si ripete la scena e se ne verifica l'esito. L'attività si irtiene conclusa quando il conflitto fra i protagonisti è risolto.

Il palcoscenico: Obiettivo da ottenere da parte dell'insegnante: far prendere coscienza del proprio modo di porsi rispetto al rapporto fumo e ambiente o fumo e salute.

Svolgimento: Si predispone una scena con qualche oggetto (es. libro, cellulare, cd, chiavi, adesivi, maglietta..) e si dispone la classe come se fosse un piccolo teatro.

Ogni bambino crea la scena per il suo personaggio (10 minuti di riflessione).

Per la costruzione della scena si danno alcune indicazioni:

- Scelta del tema generale: fumo e salute o fumo e ambiente
- Indicazione del titolo
- Caratteristiche del o dei personaggi.
- Definizione del luogo in cui la scena si svolge.

Quando le sceneggiature sono pronte si estraggono a caso i nomi di 3 allievi. Chi è estratto sale sul palco, presenta il titolo, il o i personaggi in scena e il luogo in cui la scena si svolge, poi drammatizza la sceneggiatura utilizzando la tecnica del mimo.

Dopo le estrazioni si può lasciare spazio a qualche altra drammatizzazione libera

Discussione e commenti sui personaggi.

Si può integrare l'attività con la proposta di scrivere un monologo o un dialogo che abbia come protagonisti i personaggi e le scene più riuscite.

Riscrittura e messa in scena di un episodio tratto dal Piccolo Principe: il docente presenta brevemente il testo del Piccolo Principe e legge a voce alta il brano sottoriportato. Dopo la lettura chiede agli allievi di immaginarsi di essere il protagonista e di visitare il pianeta in cui abita il Fumatore incallito.

Si lasciano 20 minuti per la scrittura delle storie, poi si passa alla lettura collettiva.

Dal “Piccolo Principe” di A. *De Saint-Exupery*

Il pianeta appresso era abitato da un ubriaccone. Questa visita fu molto breve, ma immerse il piccolo principe in una grande malinconia.

“Che cosa fai?” Chiese all’ubriaccone che stava in silenzio davanti ad una collezione di bottiglie vuote e a una collezione di bottiglie piene.

“Bevo,” Rispose, in tono lugubre l’ubriaccone.

“Perchè bevi?” domandò il piccolo principe.

“Per dimenticare,” rispose l’ubriaccone.

“Per dimenticare che cosa?” si informò il piccolo principe che cominciava già a compiangere.

“Per dimenticare che ho vergogna” confessò l’ubriaccone abbassando la testa

“Vergogna di che?” “Vergogna di che?” insistette il piccolo principe che desiderava soccorrerlo.

“Vergogna di bere” e l’ubriaccone si chiuse in un silenzio definitivo.

Il piccolo principe se ne andò perplesso.

I grandi, decisamente, sono molto, molto bizzarri, si disse durante il viaggio.

... Dopo aver lasciato l’ubriaccone il piccolo principe restò triste molto, molto a lungo.

Per questo pensò di fare qualcosa per lui: di scrivergli di tanto in tanto per addomesticarlo.

Cosa vuol dire addomesticare...?

Addomesticare vuol dire creare dei legami, vuol dire che per me le cose, la vita e i giorni non sono più uguali senza di te.

Per addomesticare ed essere addomesticati ci vuole pazienza, pazienza e concentrazione...

Immagina, adesso, di essere il piccolo principe e di fermarti nel Pianeta in cui vive il Fumatore incallito

Fase della drammatizzazione: dopo la lettura dei testi la classe sceglie il più adatto alla drammatizzazione per alzata di mano.

A piccoli gruppi si comincia il lavoro sul testo, si definiscono i protagonisti e l’ambiente e si prepara un lavoro della classe da proporre ai genitori o alle altre classi della scuola

Conclusioni

Queste pagine testimoniano la complessità, la lentezza, la bellezza, l'importanza del rinnovamento e della cooperazione fra competenze diverse per una Prevenzione efficace.

Non ci sono ricette infallibili per ottenere risultati significativi in questo settore, tuttavia si possono tenere presenti raccomandazioni per una buona pratica:

1. la prevenzione dell'abitudine al fumo ha bisogno di flessibilità e ricchezza di strumenti operativi; è importante offrire programmi e attivazioni adattabili ai diversi contesti e facilmente inseribili nel lavoro quotidiano del docente;
2. il laboratorio didattico mono o pluridisciplinare dedicato al fumo può essere introdotto nella realtà di ogni scuola per ampliare l'effetto degli stimoli di riflessione e favorire il coinvolgimento attivo dell'allievo;
3. ogni esperienza dovrebbe avere carattere di continuità nel corso degli anni con rinforzi curriculari su aspetti diversi del tema.
4. ogni intervento di Prevenzione dovrebbe essere accompagnato da una attività di ricerca metodologica e pedagogica per modificare e testare gli strumenti utilizzati.

Questo percorso di ricerca e sperimentazione vorrebbe costituire una testimonianza dell'evoluzione delle riflessioni sulla Prevenzione dell'abitudine al fumo che ha ricevuto contributi entusiasti, originali, divertiti e competenti

Grazie a tutti (lettori e collaboratori) per aver condiviso emozioni, strategie e discussioni, i luoghi più fertili (anche se non di facile valutazione) per qualificare e rendere più efficaci le sfide della Promozione alla Salute.

Grazie soprattutto agli autori che hanno partecipato al Concorso Una Favola a Colori che con il loro immaginario hanno alimentato e nutrito il nostro desiderio di trovare nuovi respiri per la prevenzione nell'infanzia.

Appendice

Il Centro Didattico Multimediale Luoghi di Prevenzione

Nelle pagine di “Infanzia a colori” più volte si è fatto cenno a “Luoghi di prevenzione”. Per chi desideri avere qualche informazione in più, potrebbe essere utile la lettura di questa scheda.

“Luoghi di prevenzione” è un Centro Didattico multimediale costituito da una serie di percorsi tematici che, attraverso laboratori interattivi in cui si svolgono esperimenti, giochi, applicazioni di tecniche pluridisciplinari, affronta diversi argomenti legati a Salute e Stili di vita.

La sede permanente, aperta al pubblico dal 2003, a Reggio Emilia, consente l'accesso al Centro di studenti, insegnanti, medici, personale infermieristico, psicologi, educatori, operatori socio-sanitari, educatori ambientali, esponenti del volontariato sociale.

I percorsi laboratoriali sono suddivisi in una parte metodologica e di approfondimento destinata agli adulti differenziata per ambito professionali, una parte destinata a percorsi didattici per ragazzi dai 10 ai 19 anni (con attivazioni modulate a seconda dell'età dei destinatari), una parte dedicata a studenti o specializzandi dei corsi di laurea di indirizzo medico, psicologico e scienze della formazione e comunicazione.

I laboratori riguardano i seguenti ambiti:

Le vie del fumo: aspetti di prevenzione, regolamentazione e cura dell'abitudine al fumo

Alla tua salute: aspetti di prevenzione culturale, sociale, espressiva e sanitaria sul consumo e l'abuso di alcol.

I valori simbolici e biologici del cibo: gusto, tradizione, comportamento e salute alimentare. Itinerari di educazione al gusto e di prevenzione dei disturbi del comportamento alimentare,

L'individuo e la sua “firma” nella prevenzione dei tumori: itinerario di biologia molecolare, educazione alla consapevolezza del rischio individuale e propedeutica all'accesso alle campagne di screening.

Le emozioni della salute: itinerario di approfondimento del rapporto fra la salute e i suoi determinanti, le emozioni, le life skills e le ultime conquiste della neurobiologia.

Per i bambini di età dai 6 ai 10 anni esiste un percorso laboratoriale specifico “*Infanzia a colori*”, che può essere declinato sui temi della fiaba per la salute; colori ed emozioni; salute e ambiente, educazione al gusto, prevenzione dell'abitudine al fumo.

Le proposte educative sono articolate in percorsi didattici interdisciplinari che utilizzano laboratori, giochi, approfondimenti scientifici avvalendosi dei linguaggi: informatico, neurobiologico, psicologico, letterario, musicale, metaforico.

Luoghi di prevenzione offre, in sintesi le seguenti possibilità:

- Per chi si occupa della progettazione e realizzazione di interventi e percorsi di promozione alla salute riguardanti i temi trattati dal centro, aggiornamento e documentazione necessaria, insolita, innovativa rispetto all'utilizzo della multimedialità nella prevenzione.
- Per i docenti e gli educatori metodologia e strumenti aggiornati per la realizzazione di moduli didattici tematici nei propri ambiti di competenza
- Per gli studenti universitari il completamento essenziale ad un percorso di formazione che riguardi l'ambito sanitario/assistenziale, pedagogico/formativo, della comunicazione scientifica.
- Per gli studenti di scuola media superiore l'approfondimento multidisciplinare e la motivazione ad intervenire attivamente e responsabilmente riguardo a stili di vita, significati, comportamenti su salute, fumo, alcol, prevenzione oncologica, disturbi del comportamento alimentare.
- Per gli studenti delle scuole primarie e secondarie di primo grado un'opportunità per affrontare in modo innovativo, ludico e coinvolgente temi che appartengono alla didattica curricolare delle discipline scientifiche e che, nei percorsi laboratoriali, sono condotte in modo pluridisciplinare

“Luoghi di prevenzione” è un labirinto, un percorso personale e di gruppo che si affronta per iniziare o approfondire il discorso sulle relazioni fra immaginario, stili di vita, comportamenti, ambiente e consapevolezza nella scelta.

Indipendentemente dal tema scelto dal gruppo il percorso si svolge con attivazioni che comprendono: il laboratorio video per l'approfondimento dell'argomento, il laboratorio di rilassamento e analisi immaginativa, il laboratorio informatico, il laboratorio di esperienza scientifica, il laboratorio di attivazione psicologica (che utilizza focus group, simulazioni e debriefing, playback theatre, teatro forum, gioco di ruolo), il laboratorio dell'espressività creativa (esperienze di uso metaforico della materia), i laboratori disciplinari legati a storia dell'arte, cinema, letteratura, poesia, musica.

Per informazioni su Luoghi di Prevenzione rivolgersi alla Lega contro i Tumori - Onlus di Reggio Emilia, via Alfieri 1/1 42100 Reggio Emilia; tel. e fax 0522/283844; mail: legatumori-re@tele21.it; sito: www.legatumorireggio.it

L'accesso al Centro è gratuito. È necessaria la prenotazione. Per docenti e operatori socio-sanitari l'accesso è possibile anche per gruppi di 3/5 persone.

L'accesso a “Luoghi di prevenzione” per le classi è possibile per gruppi fino a 50 persone

Ogni visita interattiva richiede 4 ore.

Cenni bibliografici

Una bibliografia completa e ragionata per l'approfondimento degli argomenti citati nelle diverse parti di *Infanzia a colori*, avrebbe richiesto la citazione di un numero sterminato di fonti.

Ho preferito limitarmi (del resto non avrei potuto fare molto di più) ad inserire qualche nota di riferimento sui miei percorsi di lettura, citando i libri che più hanno contribuito a caratterizzare l'impronta di *Infanzia a colori*.

Per un riferimento al contesto epistemologico generale:

Bateson G., *Mente e natura*, Milano, Adelphi, 1984: tema del saggio è la scoperta, descrizione, esplorazione della "struttura che connette", quella struttura che connette il granchio con l'aragosta, l'orchidea con la primula e tutti e quattro con me e me con voi. Il libro affronta le domande prime e ultime che molto spesso si evitano e può essere descritto in sintesi come "inizio di uno studio su come pensare all'attività di pensare".

Per una riflessione approfondita sul concetto di daimon, potenzialità individuali, realizzazione, identità personale sono ricorsa al brillante contributo alla comprensione, interpretazione e rielaborazione critica e originale di G. Jung ad opera di J. Hillman, a partire da:

Hillman J., *Anima, anatomia di una nozione personificata*, Milano, Adelphi, 1985: si tratta di un saggio poeticamente profondo e teoricamente illuminante sul rapporto fra interiorità e esteriorità, corpo e mente, femminile e maschile; un saggio che aiuta comprendere la bellezza e l'essenzialità della differenza.

Per una definizione seria e adatta alla divulgazione di Intelligenza emotiva:

Goleman D., *Intelligenza emotiva*, Milano, Rizzoli, 1995: il testo affronta in modo chiaro e scorrevole il rapporto fra pensiero, emozione e intelligenza.

Per un approfondimento sul concetto della complessità e delle varietà delle intelligenze:

Gardner H., *Intelligenze multiple*, Milano, Anabasi, 1994.

Per affrontare il concetto di motivazione secondo la prospettiva della psicologia umanistica:

Maslow A.H., *Motivazione e personalità*, Roma, Armando Editore, 2002: è un testo

la cui lettura è quasi indispensabile per comprendere i presupposti teorici e gli obiettivi conoscitivi e terapeutici della psicologia umanistica.

Per una riflessione sulla differenza adatta alla comprensione dei bambini:

Irigaray L., *Chi sono io? Chi sei tu?*, Parma, Biblioteca di Casalmaggiore, 1999: si tratta della pubblicazione di una ricerca e esperienza sulla percezione dell'identità di genere effettuata attraverso lo strumento della scrittura creativa.

Per una introduzione rapida e felice alla complessità e poesia dell'infanzia:

Rodari G., *Grammatica della fantasia*, Torino, Einaudi, 1997: è un testo ormai classico per parlare dei processi della fantasia e della creatività, riflessioni fantastiche per riconoscere il ruolo dell'immaginario all'interno del processo educativo.

Per un approfondimento originale sulle figure della letteratura per l'infanzia:

Manganelli G., *Pinocchio: un libro parallelo*, Milano, Adelphi, 2002.

Per una introduzione competente e esauriente alle tecniche citate nei percorsi didattici di approfondimento (teatro forum, scrittura creativa, analisi immaginativa, esercizi di cooperazione):

Boal A., *Il poliziotto e la maschera*, Bari, La meridiana, 1997.

Federici P., *Il tuo bambino lo dice con i colori*, Milano, Franco Angeli, 2000.

Loos S., *Viaggio a Fantasia*, Torino, Gruppo Abele, 1991.

Murdock M., *L'immaginazione guidata con i bambini e gli adolescenti*, Roma, Astrolabio, 1989.

Per una introduzione agile al concetto di salute, ripercorso nella sua evoluzione:

Corradini L., Cattaneo P., *Educazione alla salute*, Brescia, La Scuola, 2000.

Per una introduzione al concetto di Life skills:

Bestini M., Braibanti P., Gagliardi M.P., *Skills for life, Manuale di base*, Milano, Franco Angeli, 2004.

Per gli aspetti teorici e metodologici relativi a prevenzione e cura del Tabagismo e i rapporti fra fumo attivo e passivo:

Bosi S., a cura di: *Liberi di scegliere*, Reggio Emilia, Lega contro i Tumori, 2005.

Bosi S., *Osservando gli adolescenti*, Mantova, 1997.

Bosi S., Pelagatti S., *Infanzia a colori*, Rivista Infanzia, Bologna, 2006.

Invernizzi G., e altri, *Fumo attivo e passivo: due facce della stessa medaglia*, E.P. anno 28(4) luglio-agosto 2004.

Laezza M., Bosi S., *Principi e metodi di terapia di gruppo*, Italian Health Journal, numero monografico sul Tabagismo, 2001.

Laezza M., *Il programma di prevenzione dell'abitudine al fumo "Lasciateci puliti"*, Psicologia della Salute 3-4/1999.

AA.VV., Progetto regionale Tabagismo, *Lasciateci Puliti*, Regione Emilia-Romagna, 1999.