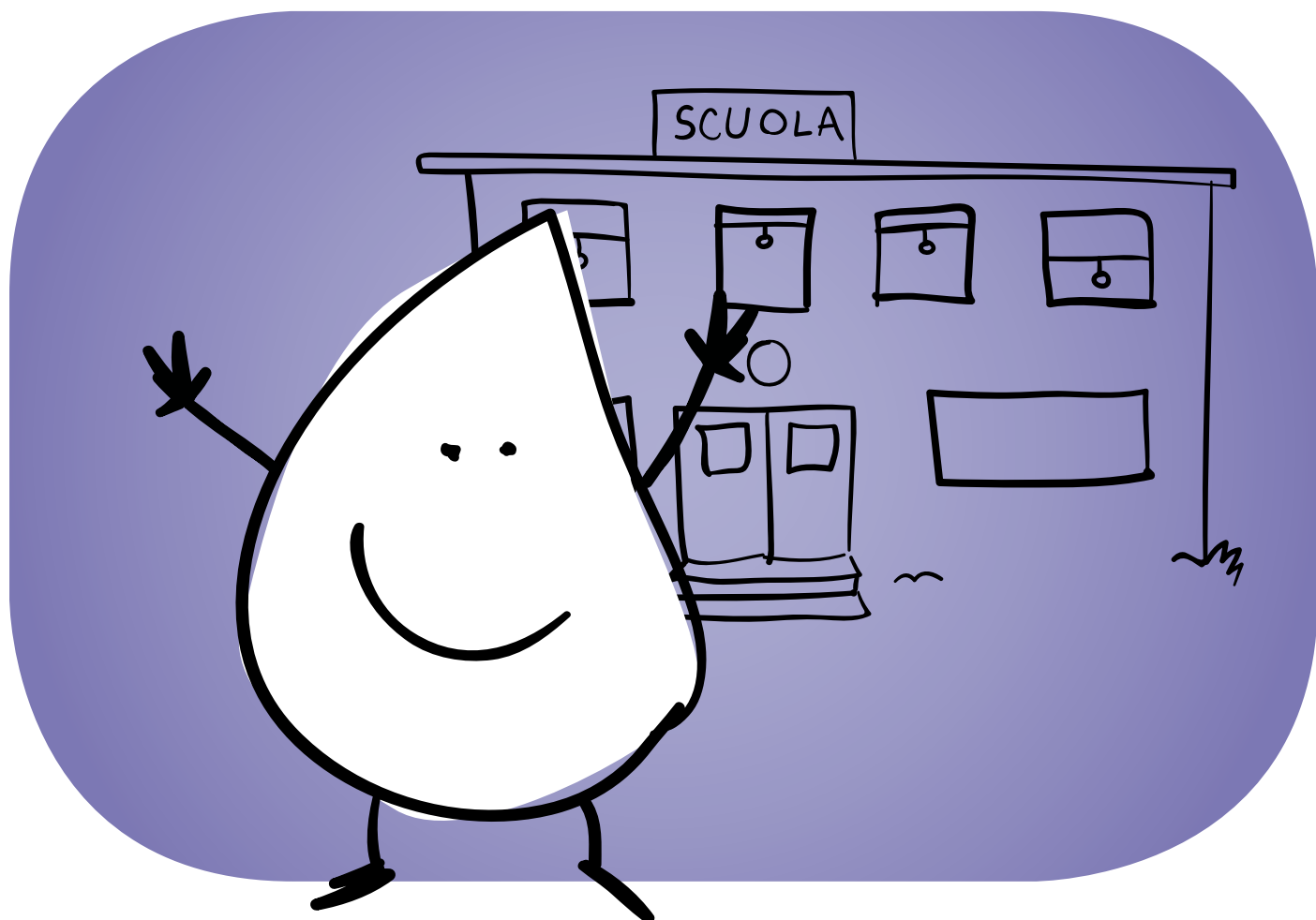


# Gocce di attivismo a scuola



**Fai la differenza e passaparola!**

**9+1** sfide, facili e divertenti,  
per famiglie metropolitane



[www.neolatte.it](http://www.neolatte.it)



[www.radiomamma.it](http://www.radiomamma.it)

## Caro genitore, che

- hai il coraggio di provare a **cambiare le regole del gioco** se il gioco è insostenibile per la tua famiglia, la città in cui vivi, il tuo mondo;
- sei un pioniere che non si arrende all'impossibilità di conciliare famiglia e lavoro, al consumismo ad ogni costo, alla crisi energetica e... ai consigli della suocera, rivendicando e **inventando un TUO, originale, modo di essere papà e mamma**;
- che credi nel potere di convincimento, e di cambiamento, di chi, come te, si informa e **sceglie con la propria testa**.

Questa guida è **dedicata a te**. Contiene 10 sfide, facili e divertenti, da cogliere con i bambini. 10 piccole gocce di attivismo partendo dalla scuola dei tuoi figli, che possono avere un impatto... immenso!.

*Fai la differenza e passaparola!*

## Come divertirti con questa guida e con le "cartoline passaparola":

Ogni mese usciranno:

- una nuova **guida** "Gocce di attivismo" sul sito [www.radiomamma.it/goccediattivismo](http://www.radiomamma.it/goccediattivismo);
- una nuova **cartolina** nei negozi family friendly di Milano.

Scarica la guida, passa a prendere la cartolina e... **accetta la sfida!** Anzi le sfide, visto che sono 9 (sulla guida) +1 (sulla cartolina) ogni mese.

*Qualche consiglio?*

- **Coinvolgi i bambini** e divertiti insieme a loro. Trovi suggerimenti su come farlo, sfida per sfida;
- **Agisci quotidianamente**, non rimandare. Le sfide non sono un impegno in più da inserire nella tua agenda strapiena. Piuttosto, **un modo diverso di vivere le incombenze** quotidiane!
- **Appendi sul frigo la tabella** che trovi nella pagina seguente e segna con una goccia ogni sfida intrapresa. Tu e i bambini potreste essere premiati come famiglia più intraprendente di Milano!
- **Documenta le tue imprese** con foto, filmati, disegni, racconti: i bambini saranno entusiasti di riguardarli e, noi di Radiomamma, di raccoglierci sul sito!

Sono già uscite le Guide Gocce di attivismo in **casa**, in **città** e in **viaggio**.

**Le prossime uscite di Guide e cartoline sono:**


10 ottobre - Negli acquisti

14 novembre - In ufficio



# Le sfide intraprese dalla famiglia.....

formata da: .....

	In casa	In città	In viaggio	A scuola	Negli acquisti	In ufficio
Sfida 1						
Sfida 2						
Sfida 3						
Sfida 4						
Sfida 5						
Sfida 6						
Sfida 7						
Sfida 8						
Sfida 9						
Sfida 10						
<b>Totale per guida</b>						

Su 60 sfide ne abbiamo intraprese:



*Appendi la tabella sul frigo e **segna** con una **goccia** le caselle corrispondenti alle sfide intraprese.  
 Quando tutte le guide saranno state pubblicate (**entro il 30 novembre 2011**), **spedisci** la tabella via mail a [goccediattivismo@radiomamma.it](mailto:goccediattivismo@radiomamma.it), insieme, se vuoi, ad una foto di famiglia. Un premio speciale verrà dato alle famiglie più intraprendenti!*

## Sfida 1 Un nome al giorno toglie l'indifferenza di turno!

Uno al giorno forse è eccessivo ma uno ogni sette...funziona alla grande!

Ogni settimana **impara il nome di una compagna o compagno di tuo figlio e dei suoi genitori** e la prossima volta che li incontri prova a salutarli con un "Buongiorno Mario!", "Salve Annie" o "Ciao Sarah!": tutta un'altra storia rispetto ad un anonimo ciao!

Un saluto appropriato, personale e sentito è un modo per partecipare alla vita di tuo figlio e per rendere la scuola una **comunità**.



### I fatti

- Imparare i nomi è un buon modo per tenere **allenata la tua memoria**;
- Gli eschimesi si strofinano il naso, i giapponesi si inchinano, gli italiani si danno la mano, i marocchini mettono la mano sul cuore: scegli tu il modo ma un saluto accompagnato da un **sorriso** ha sempre un buon effetto;
- Hello, Hola, Hej, Salaam alekum, Selam, Ni hao sono i modi per dire "ciao" in alcune delle 2700 **lingue** che si parlano nel mondo...e ci sono anche 7000 dialetti!

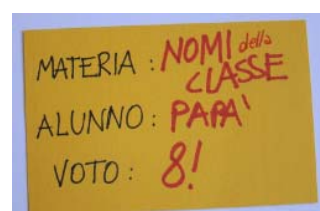
### Per iniziare subito

Buone idee per conoscere bambini e genitori della scuola:

- fai segnare sull'**indirizzario** di classe, oltre ai nomi dei bambini, anche quello di entrambi i genitori;
- fai una fotocopia della **foto di classe** su cui scrivere accanto ad ogni compagno il suo nome;
- a scuola, prima di iniziare la riunione dei genitori, proponi di fare un **giro di presentazione**;
- durante le feste di scuola, le cene di classe, le happy hour (vedi sfida 3!) e le riunioni distribuisce ad ogni genitore un'**etichetta adesiva** da attaccarsi al petto su cui scrivere il proprio nome.

### Proviamoci con i bambini

- Prepara, come indicato nella pagina seguente, il **memory della classe** in cui abbinare ad ogni bambino il nome dei suoi genitori e giocarci con i tuoi figli!
- Sottoponi al gioco dell'**interrogazione** con tuo figlio. Per una volta sarà lui a interrogare, chiedendoti i nomi dei suoi compagni e dei loro genitori, con indovinelli o indicandoli sulla foto di classe. Cerca di prendere un buon voto in "Composizione della classe"!



## Materia "Composizione della classe"

### Per allenarti: il Memory di classe

Ritaglia da un cartoncino un numero di quadrati (di dimensione almeno 5x5 cm) pari al doppio del numero dei bambini della classe. Prepara le coppie del memory abbinando bambini - genitori in questo modo: su metà dei cartoncini incolla, una per ogni cartoncino, la foto di ciascun bambino della classe (o in alternativa scrivi il nome); sull'altra metà di cartoncini, scrivi il nome dei genitori del bambino. Se è una famiglia monoparentale scrivi il nome dell'unico genitore e non sottrarti a eventuali domande di tuo figlio! Rispondi con tranquillità e chiarezza per non creare inutili paure.



### Valutazione finale: l'interrogazione!

Scrivi il nome di ogni bambino della classe e, quindi, quello dei suoi genitori. Guadagni un punto per ogni abbinamento corretto e completo.

	Bambino/a	Genitori	Punti
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			
9			
10			
11			
12			
13			
14			
15			
16			
17			
18			
19			
20			
21			
22			
23			
24			
25			
	<b>Punteggio Totale</b>		..... /.....

Sei carente, sufficiente o super preparato?

Calcola il tuo voto in questo modo: **VOTO = Punteggio Totale x 10**

Per esempio: se ha indovinato 12 abbinamenti su 23, prendi  $12/23 \times 10 = 5$ ...studia un po' di più e ritenta!

## Sfida 2 La merenda più leggera...è quella nel *lunch box*!

Quante carte di merendine si accumulano dopo la merenda in classe, nel cestino della pattumiera? E nel bidone all'uscita di scuola, sulla via o ai giardinetti?

Se non vuoi arrenderti agli inutili imballaggi di snack e crostatine, **cambia abitudini!**

Basta un **contenitore da cucina riutilizzabile** dove riporre la merenda da far portare ai



bambini a scuola per l'intervallo o da usare tu per quella del pomeriggio...così dai il buon esempio!

Cosa metterci dentro? Un panino con la marmellata, frutta di stagione, una fetta di torta, qualche biscotto, o i popcorn scoppiettanti cucinati insieme a tuo figlio.

Non è piacevole una merenda così leggera?!

*Nota di Tommaso, 7 anni: il contenitore è anche a prova di attacchi di formiche!*

### I fatti

- Per impacchettare 1 brioche confezionata si usa circa 1 gr di plastica più eventualmente carta oleata e cartoncino;
- Un contenitore riutilizzabile per più anni per riporre la merenda è composto da 40 gr di plastica, pari alla confezione di 40 merendine consumate in appena 2 mesi di scuola;
- 200 giorni di scuola in un anno per tutti i bambini della scuola fanno un bel numero di rifiuti che potremmo evitare, o per lo meno ridurre!

### Noi l'abbiamo fatto!

*Piero, 6 anni* - Ogni mattina, prima di andare a scuola, do alla mamma il mio recipiente della merenda da riempire. Delle volte scelgo io cosa metterci dentro, altre volte mi tengo la sorpresa fino all'ora dell'intervallo quando lo apro!

*Margherita, mamma di Piero* - Non è complicato trovare merende a zero rifiuti da mettere nel contenitore, si tratta solo di cambiare abitudini!

Noi abbiamo messo giù un elenco di merende possibili e lo abbiamo appeso sul frigo. Ci aiuta a ricordare cosa comprare al posto delle merendine confezionate quando facciamo la spesa. Ci ho preso così gusto che alla mattina, prima di andare in ufficio, metto anche nella mia borsa un contenitore con la merenda del pomeriggio per quando vado a prenderlo a scuola.

### L'elenco di merende di Piero

*pane e marmellata  
pane e nutella  
pane e cioccolato  
qualche biscotto  
fetta di torta  
muffins  
cinque taralli  
pezzo di pizza  
trancio di focaccia  
panino col prosciutto  
carote pulite  
banana  
frutta di stagione: mele, prugne,  
pere, ciliege,..  
popcorn (e' divertente farli insieme a casa!)  
barrette fatte con cereali (riso soffiato, corn flakes, ...) e cioccolato fuso*

## Posta per te...nella merenda!

Tuo figlio brontola perché vuole le merendine confezionate al posto del pane e marmellata?

**Stupiscilo con messaggi speciali!** Fagli trovare biglietti nel suo lunch box: barzellette, messaggi, disegni, indovinelli, enigmi da risolvere... la merenda diventerà un appuntamento inperdibile!

Puoi ritagliare, colorare e usare i biglietti qui sotto o inventarne tu di adatti al tuo bambino!

Puoi anche mettere nel contenitore una barchetta di carta o un animale fatto con l'origami.

<p>Buona merenda e buona ricreazione!</p>	<p><i>Sta zitto se tu non parli: cos'è?</i></p> <p><i>oca,1</i></p>
<p>Quanti cioccolatini può contenere uno stomaco vuoto?</p> <p><i>Solo uno perché poi...non è più vuoto!</i></p>	<p>In bocca al lupo per la verifica!</p>
<p>Ecco un campo per una partita a tris con il tuo compagno di banco</p> 	<p>Indovina gli ingredienti del panino che hai per merenda e scrivilo qui sotto:</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p><i>Se hai indovinato avrai un piccolo premio a casa stasera!</i></p>
<p>Quanto è lunga un'orca marina?</p> <p><i>Fino a 9 metri</i></p>	<p>Perché il maestro di musica ha bisogno di una scala?</p> <p><i>Per raggiungere le note più alte!</i></p>
<p>Cosa dice un libro di matematica ad altri libri di matematica?</p> <p><i>Ho un problema!</i></p>	<p>Come si chiama il figlio di Ali Babà?</p> <p><i>Alli bebè!</i></p>
<p>Chi si gratta le orecchie col naso?</p> <p><i>L'elefante</i></p>	<p>Non hanno né carne, né ossa, ma hanno mani e dita: cosa sono?</p> <p><i>I guanti!</i></p>

Altre idee per rendere la **merenda irresistibile**:

- **personalizza** con tuo figlio il suo **lunch box**: puoi scrivere il nome e disegnare con i pennarelli indelebili

- rendi **divertente e appetibile** la merenda: due gocce di cioccolato diventano gli occhi di un panino, mischia pezzi di frutta di colore diverso, ritaglia le fette di pane a forma di cuore, gatto, lettera dell'alfabeto,...

## Sfida 3 Trasformare l'autofinanziamento della scuola... ...in una piacevole *Happy hour*!

Se hai già provato mercatini fai da te, lotterie di Natale, pesca di fine anno e sei alla disperata ricerca di un nuovo modo, più leggero e godereccio, per raccogliere fondi per la scuola dei tuoi figli, allora questa sfida fa per te!

Unisci impegno e divertimento: organizza un *Happy hour* e brinda, con gli altri genitori...per un *Happy school*!

Come fare?

Contatta un locale o un bar della zona e lancia la tua proposta: un Happy hour al mese, dedicato a mamme e papà, in cui una parte del ricavato andrà alla scuola.

*Semplice ed efficace, come bere...un aperitivo!*



### I fatti

- Raccogliere fondi per la scuola divertendosi significa unire l'utile al dilettevole...in altre parole la botte piena e la moglie ubriaca!
- Chiacchierare, rilassarsi e divertirsi tra adulti è fondamentale per mantenersi in salute, rimanere di buon umore ed essere genitori positivi ed equilibrati;
- I fondi raccolti dai genitori per la scuola permettono di acquistare materiale ludico-didattico, di aggiornare la biblioteca scolastica, di finanziare spettacoli di teatro e progetti speciali.

### Io lo farò!

*Miriam, mamma di Sonia, 1 anno, Alessandro, 5 anni, e Lucrezia, 8 anni -*  
Con tre figli **ne ho provate di ogni** per raccogliere fondi per i vari asili e scuole  
- dal calendario fotografico con i bambini al CD con le canzoni cantate da loro, dal mercatino di lavoretti, vestiti e giochi usati alle magliette con il logo della scuola, dai giochi durante le feste di fine anno alla vendita delle torte fuori da scuola – e, l'ammetto, mi sono sempre divertita!  
L'Happy hour però mi manca! Mi sembra un ottimo modo per divertirsi e socializzare per una buona causa!

### Per iniziare subito

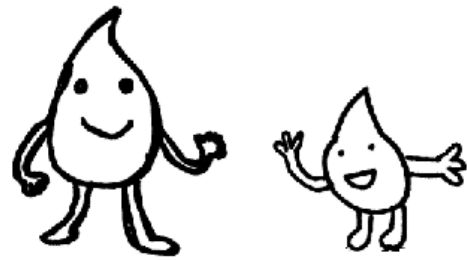
- Distribuire ai genitori un **invito-tesserino** per l'Happy hour: mostrarlo al momento della consumazione servirà per destinare una parte del ricavato alla scuola;
- Se la tesserina viene timbrata ad ogni Happy hour della scuola, una **consumazione gratuita** potrà essere garantita ai partecipanti più assidui!
- Si può coinvolgere un unico bar o anche **più locali**;
- Non solo Happy hour: perché non organizzare anche una **festa danzante**?



## Sfida 4 Diventa una rappresentante 2.0

**Partecipazione** fa rima con **comunicazione** e allora, che tu sia rappresentante di classe, membro della commissione mensa, organizzatore di qualche iniziativa dell'asilo o della scuola di tuo figlio, o semplicemente un genitore che vuole informare e essere informato sulla vita scolastica, attiva tutti i mezzi a tua disposizione per comunicare con gli altri genitori.

Dall'avviso in **bacheca** al **blog** di scuola, passando per **sms** multipli di classe ce ne è per tutti i gusti e per tutte le abilità tecnologiche e attitudini personali: nessuno potrà più dire "lo non lo sapevo!" e nessuno avrà più scuse...per non partecipare!



### I fatti

- Il 62% delle famiglie italiane ha a casa un **computer** connesso a **internet** e il 100% un **foglio** e una **penna** su cui poter scrivere una comunicazione;
- il 18% delle famiglie dei bambini che frequentano le scuole primarie di Milano sono straniere: l'uso dell'inglese, dei gesti e la voglia di capirsi contribuiscono a superare le barriere;
- le reti wireless per navigare gratis si diffondono: **WiMi** ora copre le aree Cairoli-Duomo-San Babila, San Siro e le piscine Lido e Argelati e presto anche il parco di Villa Scheibler e i Navigli.

### Per iniziare subito

Puoi comunicare con gli altri genitori della scuola tramite:

- **bacheca** nell'atrio della scuola: rendi visibili i tuoi messaggi usando un cartoncino sempre dello stesso colore;
- **volantini**: mettili nei diari o appendili ai ganci dei cappotti (con scotch o cordino);
- sms e mail: nell'**indirizzario** di classe raccogli, per ogni bambino, telefono, cellulare, mail e nomi dei genitori;
- **mailing list** di scuola: creala facilmente selezionando "Crea nuovo gruppo" su <http://groups.google.com/> e pubblicizzala con il volantino allegato (preso da una scuola di Milano)
- **blog** di scuola: crealo e lancialo, per esempio, su [www.splinder.com](http://www.splinder.com)

### Io l'ho fatto!

*Clara, mamma di Giovanni, 8 anni* – Sono rappresentante di classe dalla scuola materna e una cosa che ha sempre funzionato, ed è anche stata molto apprezzata, è quella di far avere a tutti i genitori i **verbali** dopo ogni riunione di classe e, a fine anno, anche il **resoconto della cassa** comune. Noi facciamo così: un genitore a turno redige il verbale – tutti lavoriamo ed è giusto condividere la fatica! - ed io poi mi occupo di diffonderlo inviandolo via **mail** a chi possiede un indirizzo di posta elettronica o mettendone una **copia stampata** nei diari per gli altri.

# INDIRIZZARIO della classe..... Scuola..... A.S. 20...../20.....

Bambina/o	Papà	Mamma	Indirizzo	Tel casa	Cellulare	E-mail
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
10						
11						
12						
13						
14						
15						
16						
17						
18						
19						
20						
21						
22						
23						
24						
25						

## Care mamme e cari papà,

non sempre la comunicazione tra noi genitori è facile.

Spesso quando andiamo ad accompagnare o a prendere i nostri bambini a scuola siamo di fretta, oppure i bambini richiedono la nostra attenzione e non ci permettono di parlare tra noi, oppure non conosciamo gli altri genitori e può non risultarci facile fare nuove conoscenze.

D'altra parte crediamo che ciascun genitore possa dare un prezioso contributo per migliorare la vita dei nostri bambini, sia scolastica che extrascolastica.

**A scuola** ciascuno di noi, secondo la sua sensibilità e le sue competenze, può osservare un problema diverso presente (ad esempio relativo alla manutenzione della struttura o alla mancanza di personale), oppure avere in mente un suggerimento per migliorare qualche carenza o per organizzare un'attività (feste, autofinanziamento, visite,..).

**Fuori dalla scuola** ciascun genitore propone attività e giochi diversi ai propri figli: perché non mettere in comune questo patrimonio di conoscenze? Uno spettacolo visto a teatro, una visita ad un museo cittadino, una lettura di una favola in biblioteca, una gita ad una cascina fuori porta, una piatto semplice da cucinare coi bambini, delle cannuce giganti con cui fare meravigliose costruzioni,....: perché non raccontare le cose più belle che ci capita di fare con i nostri bambini ad altri genitori in modo che possano proporle anche ai loro?

**Crediamo che COMUNICARE di più tra noi  
possa essere prezioso, utile e piacevole.**

Proprio per questo abbiamo creato una **mailing list** (chiamata.....), dedicata ai genitori della Scuola....., per comunicare facilmente tra noi utilizzando l'e-mail.

Molte di noi già comunicano all'interno della stessa sezione, le nostre "mailing list" tra mamme che si conoscono si allungano sempre di più... Noi vi proponiamo uno strumento che vuole andare oltre le singole conoscenze e le singole sezioni, nella speranza di coinvolgere così un maggior numero di genitori.

### **Cosa è una mailing list?**

Una mailing list (o "Gruppo") consiste principalmente in un indirizzo e-mail per la comunicazione di un gruppo di persone relativamente ad un certo argomento. Iscrivendoti alla mailing list, riceverai tutti i messaggi che verranno inviati al relativo indirizzo e-mail e, a tua volta, scrivendo allo stesso indirizzo, invierai il tuo messaggio a tutti i genitori iscritti.

### **Cosa devo fare per iscrivermi?**

Tutto quello che devi fare per partecipare è mandarci il tuo indirizzo e-mail!

Invia a questo indirizzo e-mail .....una mail con scritto:

- il tuo nome (anche senza cognome, se preferisci)

- il tuo indirizzo e-mail

- i nomi e le classi di appartenenza dei tuoi figli che frequentano la scuola.

Noi aggiungeremo il tuo nome e indirizzo e-mail alla lista degli iscritti al Gruppo (i dati del tuo bambino non compariranno: servono a noi per capire chi sei quando ci scriverai) e da quel momento inizierai a ricevere i vari messaggi che verranno inviati all'indirizzo del Gruppo e potrai scriverne anche tu. Ovviamente puoi decidere di cancellare la tua iscrizione in qualunque momento, seguendo le istruzioni che ti verranno fornite.

### **E inoltre...c'è la Bachecca dei Genitori!**

Sappiamo ovviamente che non tutti hanno la possibilità di utilizzare questa modalità di comunicazione, per cui, per coinvolgere il maggior numero possibile di genitori, potremo tutti appendere sulla "bachecca genitori" all'ingresso della scuola le cose più interessanti e importanti che emergeranno.

*Grazie dell'attenzione e speriamo di avervi presto tra noi!*

Milano, .....

## Sfida 5 Pari opportunità...anche nell'impegno scolastico!

Se sei tra i **fortunati** che hanno un marito, moglie, partner che segue la vita scolastica quanto te, allora questa sfida **non fa per te**.

Se invece **sei sempre tu** a sapere quando occorre dare i soldi alle rappresentati di classe, a segnarti sull'agenda quando è la riunione dei genitori, a leggere i messaggi della mailing list della scuola a mezzanotte o a vendere i biglietti della lotteria davanti all'asilo, allora intraprendi - con la giusta dose di ironia - questa sfida insieme alla tua dolce metà... qualche incombenza più condivisa addolcirà la vita di coppia!

Costruisci subito il vostro origami dell'impegno scolastico e invita il tuo partner a giocare insieme: per il mese successivo ognuno si prenderà l'impegno che gli capita...  
...sarà la fortuna a decidere e a *scompigliare* un po' i ruoli!



### I fatti

- Nelle scuole di Milano sembra quasi impossibile trovare un papà che sia **rappresentante di classe** (1 su 50) e le **mailing list** di scuola sono dominio delle mamme (almeno 80% degli iscritti);
- qualche papà in più nei **consigli di scuola** (25%), dove spesso ricoprono il ruolo di presidenti (a livello cittadino, per nidi e materne, sono il 46%);
- i numeri delle scuole del Parco Trotter mostrano che la situazione può essere **diversa**: i papà sono il 24% dei rappresentati di classe, il 31% degli iscritti alla mailing list, il 50% del Consiglio di Istituto e del Comitato Genitori e hanno anche una newsletter ([papadeltrotter.wordpress.com](http://papadeltrotter.wordpress.com))!

### Per iniziare subito

**Taglia e piega** l'origami della pagina seguente. Se non ti ricordi come si fa, guarda su [www.momsminivan.com/article-cootie-catcher.htm](http://www.momsminivan.com/article-cootie-catcher.htm). E' molto semplice! Puoi anche crearlo da te, inserendo gli impegni scolastici che vuoi.

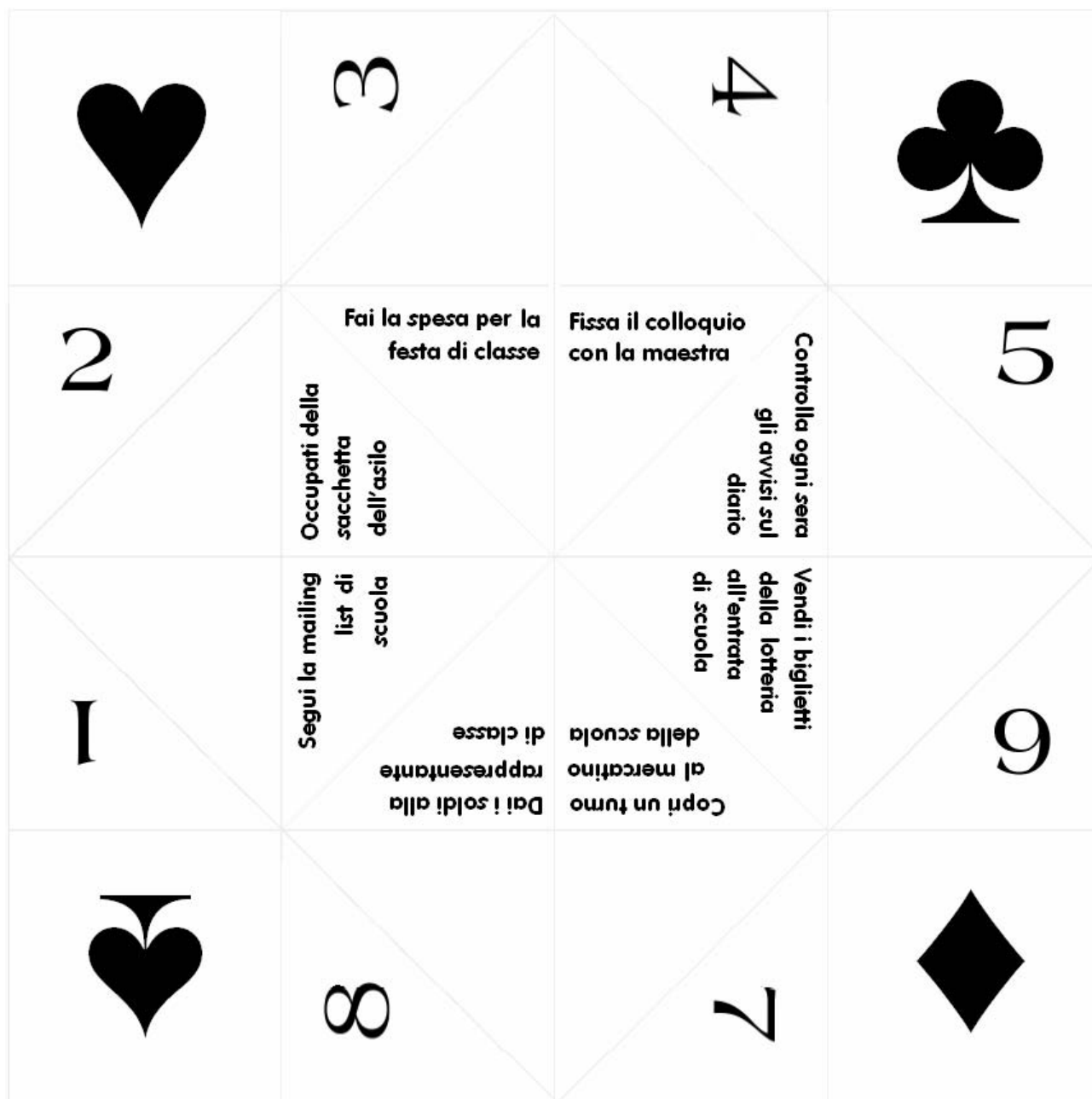
**Gioca con queste regole** (o con altre a tuo piacere):

- Con l'origami chiuso, fai scegliere un seme delle carte al tuo partner. Quindi apri e chiudi l'origami tante quante sono le lettere del seme (c-u-o-r-i) lasciandolo aperto sulla lettera finale;
- fai scegliere uno dei quattro numeri che compaiono su dove è rimasto aperto e, quindi, apri e chiudi l'origami un numero di volte pari al numero scelto;
- fai ancora scegliere un numero tra i quattro che compaiono e solleva l'aletta corrispondente: puoi ora leggergli l'impegno scolastico che si dovrà accollare per il prossimo mese. *Buona fortuna!*

### Papà, lasciamoci coinvolgere!

*Adriano, papà di Tommaso, 7 anni, e Filippo, 5 anni* - Quest'estate in vacanza ho incontrato una mamma che fa parte della Commissione Mensa e sono rimasto sbalordito dal sentire, pur lavorando, tutto quello che fa per la scuola! Ed io che pensavo di essere un **papà attivo!** Lancio un appello ai papà: non lasciamo la scuola in ostaggio alle mamme! Abbiamo molto da **dare**, da **dire**... e da **fare!**

## L'origami acchiappa-incarico\*



### Alcuni impegni possibili da inserire nell'origami:

- Controlla gli avvisi sul diario
- Fissa il colloquio con la maestra
- Dai i soldi alla rappresentante di classe
- Copri un turno al mercatino della scuola
- Diventa responsabile del laboratorio informatico
- Leggi i verbali delle riunioni
- Aggiorna l'inventario dei libri della biblioteca di scuola
- Occupati della sacchetta dell'asilo (lavaggio e cambio incluso!)
- Fatti venire una buona idea per la festa di fine anno (un percorso da allestire, un gioco da fare, un modo di organizzare il buffet)
- Chiedi alle maestre o alla rappresentante di classe se c'è bisogno di qualcosa - una mensola da appendere, le tende da lavare - e offrirti di farlo
- Segui la mailing list della scuola
- Vendi i biglietti della lotteria fuori da scuola
- Fai la spesa per la festa di classe
- Prepara una torta per la festa di fine anno
- Raccogli le firme quando necessario
- Entra a far parte della Commissione Mensa

*\*In Italia questo origami viene chiamato "inferno-paradiso", a livello internazionale è invece conosciuto come "fortune teller" (bocca della fortuna) o "cootie catcher" (acchiappa pidocchi!).*

## Sfida 6 Organizza il *bookcrossing* di scuola

Anche il lettore più pigro non sa resistere davanti a un distesa di libri colorati e pronti da sfogliare! Allora quale miglior modo per invogliarlo alla lettura che tendergli una trappola? Un bel banchetto allestito a scuola con libri nuovi o usati, classici o recentissimi, da guardare, sfogliare e scegliere liberamente, magari seguendo i suggerimenti di chi l'ha già letto. Trova il modo e il momento migliore per la tua scuola, materna, primaria o secondaria che sia: uno scaffale nell'atrio di ingresso accessibile tutto l'anno, un banchetto alla festa di fine anno, uno spazio dedicato durante la settimana del libro a scuola.

*Un due tre, via!* Mettere in circolo libri significa mettere in circolo idee e cultura!



### I fatti

- Tra le 30 sfide proposte finora da Gocce di attivismo la gara di lettura (sfida 7, in casa) è stata la più seguita dai bambini a riprova del fatto che il giusto stimolo crea grandi lettori!
- "Leggi e libera" è il moto del bookcrossing: passare cioè i propri libri preferiti a qualcun altro, invece che lasciarli prendere polvere nella libreria;
- il sito [bookcrossing.com](http://bookcrossing.com), nato 10 anni fa, attualmente conta 961.696 BookCrosser e 8.200.059 libri che viaggiano in 132 paesi. Il sito italiano è: [www.bookcrossing-italy.com](http://www.bookcrossing-italy.com), puoi avere info scrivendo una mail a [bookcrossing@bookcrossing-italy.com](mailto:bookcrossing@bookcrossing-italy.com)

### Per iniziare subito

- Pianifica la durata (temporanea o permanente) del bookcrossing di scuola;
- Scegli e allestisci un luogo adatto: uno scaffale o un tavolo all'ingresso, un banchetto per la festa di fine anno, un angolo permanente in biblioteca;
- pubblica l'iniziativa e comunica le modalità di raccolta dei libri;
- scegli con tuo figlio i libri che volete lasciare al bookcrossing e, per ciascuno di essi, compilate l'etichetta qui a destra e incollala al libro;
- lascia i tuoi libri al punto di bookcrossing e, se vuoi, prendine uno da leggere.



### Leggimi e liberami!

Sono un libro fortunato che passo di mano in mano. Dopo avermi letto riportami nel punto di bookcrossing della scuola di via..... a Milano.

**Data**   **Nome**   **Il mio parere sul libro**

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Attaccami al libro che vuoi liberare!

## Sfida 7 Per bambini che amano la natura, solo quaderni che la rispettano!

Se insegni a tuo figlio ad **amare la natura**, spiegagli anche come comportarsi nelle **scelte di ogni giorno** per salvaguardarla. Partendo, magari, dal semplice acquisto di un album da disegno o di un quaderno per l'asilo o la scuola. Sugeriscigli di cercare il fiore o altre semplici loghi che assicurano che la **carta** di cui sono fatti **rispetta l'ambiente**, per esempio perché proveniente da foreste gestite in modo sostenibile o da carta riciclata o da un processo produttivo che limita il rilascio di inquinanti nell'ecosistema. Di carta a scuola se ne usa tanta...meglio sceglierla amica delle foreste!



### I fatti



Sufficientemente  
chiaro?  
Le **foreste** ci  
fanno **respirare!**



immagine WWF

### Per iniziare subito

- Leggi la **guida alle certificazioni della carta** che trovi tra due pagine;
- **Invita gli altri genitori** a scegliere bene la carta per i loro figli e per le attività di classe informandoli con il volantino della pagina successiva e con la guida alle certificazioni ;
  - Per risparmiare carta porta all'asilo e a scuola i **fogli stampati** solo da una parte dell'ufficio: serviranno ai bambini per **disegnare** senza dover comprare risme nuove!
  - A scuola di carta ne serve tanta: non solo quaderni e album ma anche **carta igienica, carta da cucina, fazzoletti**. Sceglili sempre certificati ecologici.

### Da fare con i bambini

Stampa e ritaglia le **etichette** nella pagina successiva e proponi a tuo figlio di **incollarle** sui **quaderni** e **album** che risultano - dopo un suo attento controllo di simboli e diciture - certificati ecologici!

QUESTO QUADERNO  
RISPETTA LA NATURA!  
Parola di *Nicola* .....

## Volantino per i genitori

### Cari genitori,

perché quest'anno non compriamo per i nostri figli solo **quaderni, fogli e album** da disegno che **rispettano la natura**?

Li possiamo riconoscere da questi loghi presenti sulla confezione o all'interno:



Certificano che gli **alberi** che vengono abbattuti per produrli vengono ripiantati, che viene posta attenzione a ridurre l'**inquinamento** nel processo di produzione della carta o a utilizzare carta di **riciclo**.

Questi prodotti si trovano nelle cartolerie e nei supermercati, qualche volta occorre cercarli un po' di più o hanno un prezzo di poco superiore ai prodotti non certificati, ma sceglierli è un atto di **responsabilità** verso il nostro pianeta e di **amore** verso i nostri figli... non vorremmo mica lasciarli un mondo senza alberi?!

A presto,

.....

PS: oltre ai quaderni, possiamo scegliere per la scuola, anche altri prodotti di carta certificata: carta igienica. carta da cucina. fazzoletti. tovaglioli per le feste....

## Etichette per i bambini

**QUESTO QUADERNO  
RISPETTA LA NATURA!**

Parola di .....

**QUESTO QUADERNO  
RISPETTA LA NATURA!**

Parola di .....

**QUESTA CARTA  
È AMICA DEGLI ALBERI!**

Parola di .....

**QUESTA CARTA  
È AMICA DEGLI ALBERI!**

Parola di .....



## Le certificazioni della carta



<p>È una certificazione europea che viene applicata a molti diversi prodotti. Per la carta garantisce che:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- tutto il ciclo di vita del prodotto rispetta parametri ecologici rigorosi;</li> <li>- vengono utilizzate fibre riciclate o provenienti da foreste gestite in modo sostenibile;</li> <li>- la quantità di prodotti a base di cloro è limitata.</li> </ul> <p><a href="http://www.eco-label.com">www.eco-label.com</a></p>	<p>È il marchio del Forest Stewardship Council. Garantisce che:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- il legno usato per produrre la carta proviene, totalmente (FSC 100%) o in parte (FSC Mix, con indicata la percentuale che deve essere almeno del 70%), da foreste gestite in maniera sostenibile;</li> <li>- se accompagnata dalla dicitura "recycled" contiene tra l'85% e il 100% di cellulosa proveniente da rifiuti di carta riciclati post-consumo.</li> </ul> <p><a href="http://www.fsc.org">www.fsc.org</a></p>	<p>È il marchio del Programme for the Endorsement of Forest Certification adottato soprattutto per piccoli appezzamenti forestali. Come il FSC, anche se con criteri diversi, garantisce che il legno usato proviene da foreste gestite in maniera sostenibile</p> <p><a href="http://www.pefc.org">www.pefc.org</a></p>	<p>È la certificazione ecologica dei paesi scandinavi. Garantisce che:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- si possa risalire al luogo di provenienza delle fibre utilizzate;</li> <li>- almeno il 20% delle fibre deriva da foreste gestite in modo sostenibile;</li> <li>- il cloro in forma gassosa è assente.</li> </ul> <p><a href="http://www.svanen.se">www.svanen.se</a></p>
--	--	--	--



**RICICLATA**



<p>È una certificazione tedesca, garantisce che:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- tutto il ciclo di vita del prodotto rispetta parametri ecologici rigorosi;</li> <li>- la fibra usata è riciclata al 100%;</li> <li>- è assente il cloro.</li> </ul> <p><a href="http://www.blauer-engel.de">www.blauer-engel.de</a></p>	<p>La dicitura indica che:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- la carta è stata prodotta con una certa percentuale (indicata in etichetta) di cellulosa proveniente dal riciclo post-consumo (ovvero da rifiuti di carta avviati alla raccolta differenziata) oppure pre-consumo (materiali di scarto dei processi di lavorazione ed eccedenza produttive); l'indicazione post o pre-consumer è facoltativa;</li> <li>- la percentuale di fibra vergine di cellulosa può essere al massimo pari al 40%.</li> </ul>	<p><b>Attenzione!</b> Questo simbolo Indica solo che il prodotto è riciclabile dopo l'uso, non che è stato prodotto con carta riciclata.</p>	<p><b>Totally Chlorine Free</b> indica che la cellulosa è stata sbianchiata senza l'utilizzo di nessuna forma di cloro, agente chimico particolarmente dannoso per l'ambiente.</p> <p><b>Elementary Chlorine Free</b> indica che la cellulosa è stata sbianchiata senza l'utilizzo di cloro in forma gassosa.</p>
---	---	--	---

## Sfida 8 Porta in classe le tue competenze (con il permesso della maestra!)

Qual è il tuo **lavoro**, la tua **passione**, il tuo **hobby**?

Quale è il tuo **luogo d'origine** e quali sono le tradizioni della tua famiglia?

Che ti sia una **professionista** affermata o una **casalinga**, c'è sempre qualcosa che puoi raccontare ai bambini della classe di tuo figlio. Come riconoscere i funghi, cosa serve la legge, quali venti soffiano sui nostri mari, come si usa un programma di grafica, le tradizioni di un luogo attraverso le sue feste e i suoi piatti, un avvenimento storico di cui sei stato protagonista (*e qui il coinvolgimento dei nonni diventa prezioso!*),... I bambini sono curiosi per natura e ben disposti ad ascoltare chi racconta **con passione**, magari con tanto di aneddoti ed episodi realmente accaduti!

Forza, **proponiti alle maestre** della classe di tuo figlio!



### I fatti

- *Giovanna, 41 anni:* "Per me il **Veneto** è la mamma di Marcello, il mio compagno delle elementari, che alta, asciutta e di poche parole, ci spiega i piatti della sua Regione. Alla Signora Rossi devo invece le uniche nozioni di **pronto soccorso** che ho! Era il 1979..."

- *Tommaso, 7 anni:* "Giuro, li ho visti! Proprio loro: i **germi!!!** A scuola è venuto il papà di Andrea, che è chimico o medico non mi ricordo, e con il microscopio ci ha fatto vedere i germi sulle nostre mani, prima di lavarle e dopo: è bastato il sapone a farne una strage!"

### Per iniziare subito

- Pensa a **cosa** ti piacerebbe portare in classe e **parlane con educatrici e insegnanti**: ogni iniziativa deve essere **concordata** con loro per integrarla nel progetto educativo o nel programma scolastico della classe e renderla così ancora più efficace;

- Pianifica tempi, argomenti e modi del tuo intervento in classe: oltre a parlare potrai mostrare **video o immagini**, proporre **piccole attività**, portare **oggetti o strumenti** da far toccare e usare ai bambini;

- Ricordati di chiedere i **permessi** per entrare a scuola;

- Quando sei con i bambini, **rilassati!** Meglio dire poche cose con calma che fornire troppe nozioni affrettate. Spiega in maniera semplice, lascia ampio spazio per le loro **domande e curiosità**, se non sai qualcosa ammettilo tranquillamente e offriti di informarti per poi farglielo sapere.

*Nota importante: Se ti stai chiedendo "Ma io che cosa posso raccontare?!" sappi che anche la ricetta del dolce di Pasqua è una scoperta per i bambini, come riconoscere la frutta matura, quanto bagnare le piante, fare a maglia o a uncinetto, rilegare un quaderno, fare lo yoga, vedere le foto di un luogo lontano,...*

## Sfida 9 Pronuncia anche tu la *parolina magica...*

Bastano **sei lettere** per:

- motivare un'**educatrice** stanca ma felice della sua giornata passata con i nostri bambini;
- gratificare un'**insegnante** che ha spiegato la divisione ai nostri figli;
- riempire di gioia un **commesso** che ha aspettato a chiudere il cancello della scuola mentre noi arrivavamo in ritardo;
- far felice una **mamma** che ha dedicato due ore del suo tempo ad aggiornare il catalogo della biblioteca di scuola;
- riempire di orgoglio un **papà** che ha passato una mattina a far le foto per il calendario della scuola.

Sono solo sei lettere che fanno bene a chi, con piacere, ha fatto qualcosa che torna utile a tutti. Ti ci vogliono solo pochi secondi...e allora cosa aspetti a pronunciarle?



### I fatti

- Elogiare e ringraziare sono i miglior modi per stimolare **buone azioni**;
- Per un bambino percepire che i propri genitori **stimano le sue maestre** è un ottimo stimolo ad amare la scuola e ad andarci volentieri;
- Negli Stati Uniti, l'85% delle persone pensa che il mondo sarebbe un **posto migliore** se ciascuno semplicemente dicesse "**Per piacere**" e "**Grazie**" più spesso.

### Per iniziare subito

- Pensa a come **ti senti bene** quando qualcuno ti ringrazia per qualcosa che hai fatto, rievoca la sensazione e memorizzala;

- Indici il tuo personale "**giorno del ringraziamento**": allaccia un cordino colorato al polso come promemoria e, quando incontri qualcuno, pensa se c'è qualcosa per cui puoi ringraziarlo...in caso **non rimandare**, fallo subito!

### Da fare con i bambini

Un grazie può essere detto anche con un biglietto speciale, un piccolo dono, un grande sorriso.



## Sfida 10 ...Scopri-la sulla cartolina!

Se vuoi scoprire la decima sfida di attivismo in casa ritira la **cartolina** di questo mese presso uno degli **oltre 100 esercizi** commerciali **family friendly** di Milano.

Trovi l'elenco su [www.radiomamma.it/esercizi\\_family\\_friendly](http://www.radiomamma.it/esercizi_family_friendly) o nella pagina seguente.

LA TUA MILANO FINALMENTE!



### *Una piccola anticipazione...*

Indovina **quale sale** ti potrà essere utile per intraprendere la sfida della cartolina:

- Sale **in zucca** in gran quantità;
- Sali **da bagno** da mettere in vasca insieme ai pesci rossi di plastica;
- Sale **antighiaccio** e, per sicurezza, passamontagna e pala da neve;
- Sale da **cucina**, oltre a canna da pesca e ricettario della nonna.

# I punti Family Friendly di Milano

## ZONA 1

23Corsovenezia - Corso Venezia 23  
Al Buon Convento - Corso Italia n.26  
Amelia Boutique - Via Ansperto 10 ang. via Nirone  
Bhu-m Milano Mamme - Via Bianca di Savoia 7  
Bim Bum Brunch - Piazza Fontana  
Bimbi allegri - via Vincenzo Monti 47  
Cavalli e Nastri - Via Brera 2  
Centro Medico Monte Rosa - Via Monterosa 3  
Centro sportivo San Carlo - Corso Magenta 71  
Codice Verde - Via Crivelli 15/1  
Dadà - Via Gian Giacomo Mora 22  
Fate e Gnomi - P.zza S.Simpliciano 6  
Fortura Giocattoli - via Olmetto 10  
Gepo - via San Giovanni sul Muro 5  
Hello Kids - via Caradosso 8  
Il club delle mamme - Via Canonica 20  
Il Germoglio - Via Lanzone 53  
Il Platano - Corso di Porta Ticinese 87  
Il Sole - Corso Magenta 52  
La casetta di Via Cirillo - Via Cirillo 14  
Les Abeilles - Via S. Marta 12  
Liviani - Corso di Porta Romana 74  
Ma.Ba - Corso di Porta Romana 72  
Mhug - via Camminadella 16  
Milk Room - via Mazzini 20  
Mini Art Factory - Via Gaudenzio Ferrari ang. Corso Genova 25  
Movimento Arte - Corso Garibaldi 34  
Museo Diocesano - Corso di Porta Ticinese 95  
Nuova Educazione - via Pace n.10  
Nuvò Pizza Place - via Cirillo  
Pandora - Via Borromei 13  
Panpepato - via Solari 2/a  
Sanvittore - V.le Papiniano 16  
Spazio Mediazione - Via Mario Pagano 2  
Unduetrestella - Via Gianbattista Vico 1  
Zazie - Via Conca del Naviglio 10

## ZONA 2 -

Agenzia 2 BCC - via Melchiorre Gioia 64  
Angel baby - via Emilio de Marchi n. 52  
Archè - via Ressi 23  
Da Sabatino - via Marocco 17 ang. via Soperago  
Doris Diner - Viale Sarca 336/f  
Follador Nursery School - Largo V Alpini 6  
Fondazione Cineteca Italiana - c/o Manifattura  
Tabacchi, viale Fulvio Testi 121  
Fun & Fun - Via Beroldo 2  
I Cocolotti - Via Livraghi 12  
International Language School - Piazzale Loreto 11  
La Lunanuova - Via Settembrini 3  
Osteria qui da noi - via G.Fara 10

Osterialnove - Via Tahon di Revel 9  
Ta Hua - via Fara 15

## ZONA 3 -

il girotondo - via thaon de revel 8  
Il Koala - via Arnò 2  
Il Nano Gigante - Via Lambrate 18  
La casa di tutti i colori - via Mancinelli 3  
La teiera eclettica - piazzale Bacone 2  
Mano Libera - via Stoppani  
Mezzanotte - Viale Premuda 13  
Mille Bolle - Via Gustavo Modena 12  
Museo Beni Cappuccini - Via Antonio Kramer, 5  
Pietra oro e gemme - via Spallanzani 11  
Saltafrotiere - Via Sangallo 10  
Teo Boutique - Corso Concordia 9  
Terreno di danza - Via Nino Bixio 15

## ZONA 4 -

Altrotempo - Via Ferrini 11  
Bibidibodibibu - via F.Anzani 1  
Bottegas - via Colletta 31  
Centro odontoiatrico Sanfelice - via Luisa Sanfelice 8  
Cicogna - Via Bellosio 15  
Città del Sole - Corso Lodi 3  
Gelateria Lulù - Viale Brenta 39  
Il mio libro - Via Sannio 18  
Il nido di Lù - Via Friuli 8/a  
La Locomotiva di Momo - Via Comelico 40  
La Scuola di Pippi - Via Friuli 8  
Laboratorio Teatro Mangiafuoco - via Grasselli 4  
Libreria Nuova Scaldapensieri - Via Don Bosco fronte civico 39  
Modamodà - Viale Umbria 18  
One to Three - Viale Premuda 38/a  
One&One diffusion -via Longhena Baldassarre 16  
Piccole orme - Via Gardone, 22

## ZONA 5 -

Anadima - Via Pavia 10  
Arts & Education Reunited - ple Francesco Carrara n.19  
Blutuja - Via S.Rocco 5  
Green Brunch Visconti Palace - Viale Isonzo 14  
Il pianeta del tesoro - Via felice Perussia 6/1  
La stazione delle biciclette - Piazza IX novembre 1989, San Donato  
L'Hub - Ripa di porta ticinese 69  
Ludum - Via Pietrasanta 14  
Spazio Nur - Via Ripamonti 2

## ZONA 6 -

Bausette - Via Soderini 31  
Dixieland Café - c/o Progetti futuri srl, Via Santa Marta 12  
Halosal - Via Washington 98

I monelli - via Coni Zugna 58  
Il Naviglio a vapore - Via Ernesto Rossi 7/A  
Il Sole Bircò - via Lorenteggio 41  
Il villaggio dei puffi - via Scrosati 8  
La Casa de Pepa - Via Anfossi 19  
Libreria Archivi del 900 - V. Montevideo 9  
Perle e pirati - Via Valparaiso 2  
Vita Beata - Via californi 21

## ZONA 7 -

Helen Doron Early English - Via A. Mario 20  
Il Cammino - Via Felice Bisleri 19  
Il Rigoletto - via San Siro 4  
La casetta dei bambini -Viale Caterina da Forlì 40  
Nonsolomerenda - Via Pessano, 11  
One to three via Quarenghi - via Quarenghi 22

## ZONA 8 -

Bruconido - Via Gallarate 94  
Coccinella - Via G Boccaccio 34  
Family service - Via monte cervino 3  
Foto Ottica Manazza - Viale Certosa 241  
Il nido dei bimbi - Via londonio 28  
Incantesimi urbani - via Tolentino 5  
Iridea - Via Cenisio 62  
Mondo musica - via Mac Mahon 9  
La Tartuca - Via Varesina 19  
Mammamondo - via Cimarosa 8  
Osteria opera prima - via Lomazzo 29  
Salina Albera - via Palizzi 119

## ZONA 9 -

Associazione Capoeira de Angola - Via Angelo della Pergola 15  
Babygioco - Via Arganini 30  
Grani e Braci - via C.Farini ang. via G.Ferrari  
Isola dell'Infanzia - Via Lario 16  
La giocomotiva - Via Boschetti 1  
La Puperia - Via Nullo 19  
Lotus pocus - Via Boltraffio 16  
Magazzino del Cotone - Via Terruggia 2 ang. Via L. Ornato  
Miele - Via Porro Lambertenghi 12  
Musicaingiochi - via Confalonieri 7  
Pasticceria alla fontana - Piazza S. Maria alla Fontana 1  
Pizzeria alla Fontana - Via Thaon di Revel 28  
Rovelli & Sala Merceria - Via Ornato 7  
Sportmastermediolanum - Via G. Govone 67  
Teatro della Cooperativa - via Hermada 8  
Teatro Sala Fontana - Via Boltraffio 21

LA TUA MILANO FINALMENTE!



# Come è cominciato tutto: la storia di Neolatte

## Il "caro biberon" e la sfida di Unifarm

Chi l'ha detto che il latte in polvere deve costare come lo champagne? Italia, anno 2005: a dirlo, sono le aziende produttrici che fanno "cartello" e propongono alle mamme latte in polvere che costa fino al 370% in più dei prodotti venduti in Austria, Germania e Svizzera. Media e consumatori puntano il dito contro i farmacisti, secondo loro responsabili del "caro biberon". E invece è proprio dalle farmacie che parte una sfida alle multinazionali destinata a rivoluzionare il mercato: Unifarm, società di distribuzione del farmaco di proprietà dei farmacisti del Trentino Alto Adige e del Veneto, lancia un latte in polvere, Neolatte, che costa meno di 10 euro per 900 grammi. Un terzo del prezzo corrente. Possibile?

## Parola d'ordine: cambiare le regole del gioco



Quella che sembra una sfida impossibile poggia su un'idea semplice e innovativa al tempo stesso: abbattere i costi eliminando informazione medica, pubblicità e pressing sui pediatri puntando, invece, sulla capillarità delle farmacie nel territorio e sul potere del passaparola tra mamme. Sono loro che Unifarm, dal web e dal banco della farmacia, si premura di informare: il latte vaccino utilizzato per il Neolatte proviene dalle fattorie biologiche

della Baviera e da un produttore certificato, l'azienda tedesca Topfer (certificazione di industria alimentare e farmaceutica Dqs En Iso 9001 e accreditamento Bcs Oeko Garnatie come produttore di alimenti bio per lattanti).

## Un successo costruito dal basso

A 6 anni di distanza, Neolatte è il latte in polvere più venduto nelle farmacie italiane con il 29% di quota di mercato a volume. Un successo che Matteo Tamanini, direttore commerciale di Unifarm, riassume così: "Siamo un prodotto per ricchi di informazioni". I numeri, parlano chiaro: un terzo delle mamme italiane con figli tra 0 e 3 anni conosce Neolatte, e un conoscente su due lo ha provato. Il 41% delle mamme che lo usano, l'ha scoperto grazie al tam tam tra amici e conoscenti. E, a sua volta, ha informato altre mamme

***Fai la differenza e passaparola.  
Cambiare le regole del gioco è possibile!***



**Se stampi questa guida,**

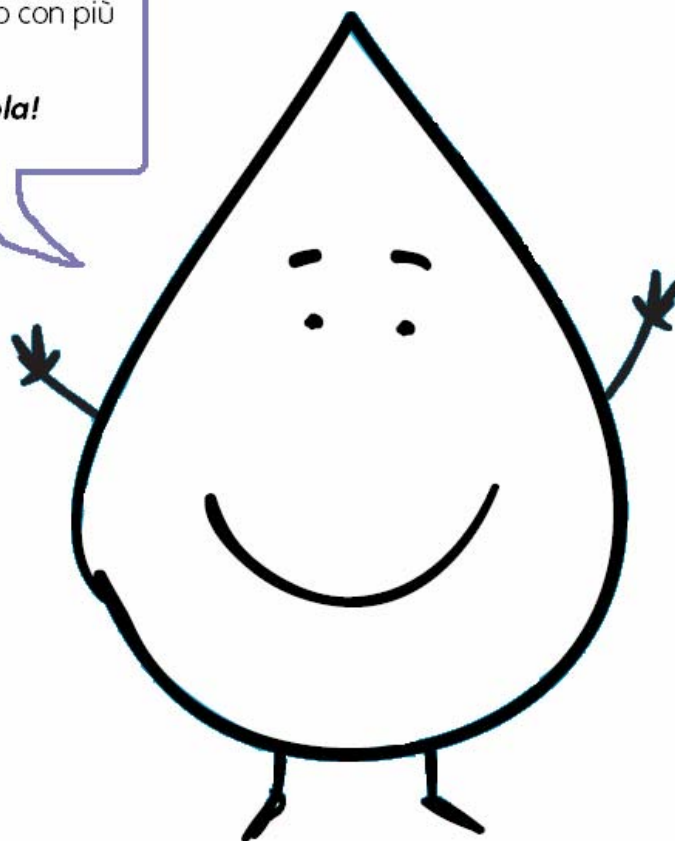
usa carta certificata ecologica (FSC, PEFC, Ecolabel, Nordic Swan) , meglio se riciclata, e stampa 2 pagine per foglio.

**Se invece la guardi a video,**

ricordati di spegnere completamente il computer quando smetti di usarlo.

Grazie per contribuire ad un mondo con più alberi e meno rifiuti.

*...Fai la differenza e passaparola!*



**Gocce di attivismo** è un progetto  
di **Radiomamma.it** ([www.radiomamma.it](http://www.radiomamma.it)) e **Neolatte** ([www.neolatte.it](http://www.neolatte.it))  
a cura di Carlotta Jesi e GiovannaRanci Ortigosa  
Questa guida è stata pubblicata on-line il 12 settembre 2011