

Speciale estate bambini
**In vacanza
con i bambini**

**IDEE E CONSIGLI PER MAMME ACROBATE
PRONTE A PARTIRE!**



Progetto editoriale di

 **MAMME**
Acrobate

in equilibrio quasi perfetto

Si ringrazia per la collaborazione





è un progetto di SMH Communication SRLS
con sede in via Valsesia 24 - 20152 Milano -
PIVA 09690110961

testi

Mamme Acrobate

progetto grafico

Galline a pois srl

fonti delle fotografie

© Chicco

bimba nella valigia

© evgenyatamanenko / 123RF Archivio Fotografico

bimbi che corrono in spiaggia

© famveldman / 123RF Archivio Fotografico



Sommario

- 1. Si parte! Prepariamo la valigia*
- 2. Quanto manca? Giochi anti noia per il viaggio!*
- 3. Mal d'auto? I rimedi che funzionano*
- 4. Al sole sì, ma protetti!*
- 5. Nanna serena in vacanza*
- 6. In viaggio con i bambini: si salvi chi può*

Cosa mettere nella valigia dei bambini per una vacanza al mare o in montagna

Le mamme lo sanno bene: ogni volta che si parte per le vacanze con i bambini, ancor di più se sono neonati, **si porta con sé tutta la casa**. I dubbi, soprattutto il primo anno, sono moltissimi. Se fa caldo? Se fa freddo? I cambi saranno sufficienti? E poi non bisogna dimenticare passeggino, giochi, nécessaire per cambio e bagnetto, medicinali e qualsiasi cosa possa essere utile in caso di emergenza. **Come preparare la valigia dei bambini per le vacanze?** Ecco alcuni consigli per partire senza stress.

Lista salva mamma

Ovunque andiate, nei giorni prima della partenza, per evitare di dimenticare oggetti fondamentali, preparate un elenco di tutto ciò che dovete mettere in valigia, dividendo per colonne ciò che già è pronto, i capi che ancora devono essere lavati e stirati e infine quello che dovrete comprare per il viaggio. Avrete così tutto sotto controllo!

Per il viaggio

Cosa tenere sempre a portata di mano durante il viaggio in direzione vacanze? Sicuramente non devono mancare un cambio intero (body, t-shirt, pantaloncino), una felpina in caso di sosta in un ristorante o area di sosta con aria condizionata, pannolini e salviette, qualche gioco per il viaggio, il ciuccio per chi lo desidera e qualcosa da sgranocchiare e da bere, così da non doversi fermare continuamente!

La valigia dei bambini per il mare

Cielo blu, mare piatto e castelli di sabbia in riva al mare: non vedete l'ora di partire vero? Lo stesso vale per i vostri bambini, che si divertiranno tantissimo nelle loro avventure tra spiaggia e onde. Ma prima dobbiamo pensare alla valigia: **quanti vestiti portare?**

Le cose cambiano se sarete ospiti in un hotel o in casa, con la lavatrice a disposizione, cosa consigliabile se avete un neonato. Nel primo caso dovrete prevedere un cambio quotidiano per i piccoli, altrimenti potrete diminuire i capi perché li sciacquerete più volte durante la vacanza. Il vantaggio delle giornate al mare è che non servono molti capi: durante il giorno ci si gode la giornata in costume, la sera raramente la temperatura scende di molti gradi. Ecco dunque un elenco di cose da non dimenticare.

Biancheria: mutande e canottiere leggere, oppure body con spalline sottili per i più piccoli, pigiama, calze.

Cambi per tutti i giorni: bermuda comodi e t-shirt. E poi vestitini leggeri per la spiaggia per chi ha una femminuccia, alternati a capi più eleganti per la sera, come una camicia leggera per i bimbi e un abito per le bambine. Non dimenticate un paio di felpine e una giacchina per la sera o per gli eventuali giorni di pioggia, una sciarpa. Da tenere sempre con sé, nella borsa del passeggino o della



spiaggia, il cappellino in cotone che protegga dal sole e un paio di occhiali da sole.

Calzature: scarpe da ginnastica, comode per le gite o le visite alle città, uno o due paia di sandaletti per camminare con i piedi al fresco e una ciabattina da mare.

Capi per la spiaggia: costume da bagno, telo mare, cuffia in caso ci sia una piscina, accappatoio.

La valigia dei bambini per la montagna

Aria pulita, cieli tersi, passeggiate e aria frizzantina: l'estate non è solo mare, ma anche magnifiche giornate in montagna, tra trekking e relax al sole, godendo di qualche grado in meno della città e vivendo in mezzo alla natura. Se scegliete soggiorni ad alta quota dovrete pensare a capi più pesanti e comodi per tutta la famiglia. Ma vediamo cosa non dimenticare per i nostri bambini.

Biancheria: mutande e canottiere, body con la manichina per la notte che con spalline più sottili per il giorno, pigiama (per sicurezza non dimenticatene uno a maniche lunghe), calze comode, anche in spugna per le passeggiate.

Cambi per tutti i giorni: oltre a t-shirt a manica corta e pantaloncini corti comodi, portate con voi qualche felpa, un maglioncino pesante, un impermeabile, una giacca a vento sportiva (o anche uno smanicato imbottito), una sciarpa e due cappelli, uno adatto al sole e uno invece per la sera in cotone. Se l'hotel o il residence in cui soggiornate ha la piscina, non dimenticate il costume da bagno, un telo e la cuffia... sarà anche una valida alternativa in caso di brutto tempo.

Calzature: un paio di ciabatte per la doccia, un paio di sandaletti comodi, due scarpe da ginnastica e, per i bambini e ragazzi che già camminano, degli scarponcini da trekking.

Valigia baby: oltre agli abiti cosa serve?

Comuni per qualsiasi destinazione e nel caso di un soggiorno di più giorni, sono gli immancabili giochi, utili sia durante il tragitto per evitare capricci o momenti di noia, che all'arrivo, ma anche il necessario per il bagno e per i momenti quotidiani, dalla pappa alla nanna.

Accessori: **lettino** da viaggio con le sue lenzuola, kit per la pappa (comodissimo il **thermos portapappa** se vostro figlio è in fase svezzamento e non avete voglia di tornare ogni giorno a casa per il pranzo o prevedete un tragitto piuttosto lungo in auto, e poi piattino, bicchiere e posate, bavaglino, rialzo sedia se non avrete il seggiolone, utile anche al ristorante), marsupio e magari qualche accessorio o gioco da posizionare davanti al **seggiolino auto** per distrarlo durante il viaggio.

Beauty: pannolini, salviette, bagnoschiuma, shampoo, crema solare e doposole (d'estate indispensabili tanto al mare quanto in montagna), **antizanzare**, spazzolino e dentifricio, beauty per l'igiene, cerotti, disinfettante, medicinali vari in base alle proprie esigenze.

Giochi: proprio non possono mancare, sia per la spiaggia che per le soste in montagna, ogni età ha il suo gioco. A chi va al mare serviranno paletta, secchiello, rastrello, innaffiatoio e i vari giochi da bagno, ma anche libretti da leggere prima di fare la nanna la sera o durante un picnic in montagna. E poi un quaderno e dei colori, ottimo modo per distrarre i bimbi durante i pranzi al ristorante.

Documenti: importantissimi la carta d'identità del bambino e la sua tessera sanitaria. Se poi si va oltreoceano naturalmente non ci si dovrà scordare del passaporto.



In aereo con i bimbi

Se la destinazione che avete scelto per le vacanze estive richiede il trasferimento in aereo, dovrete organizzarvi ancora di più per ottimizzare gli spazi in valigia e viaggiare con meno bagagli.

Ricordate però che, soprattutto se avete un neonato, potrete portare fino all'ingresso dell'aeromobile il passeggino, debitamente identificato con un cartellino come quello dei bagagli con un codice a barre che riporta sia la destinazione che il nome del passeggero



di riferimento. Ci sono alcuni **passeggi**ni pensati proprio per entrare nel portabagagli dell'aereo.

Inoltre, nonostante le regole antiterrorismo prevedano di non poter portare a bordo liquidi per più di 100 ml, le cose sono differenti per il latte e i vari alimenti per i neonati: non esiste un limite prestabilito alla quantità di latte che si può portare in aereo, anche se naturalmente è consigliato limitarsi alle necessità che il piccolo può avere a bordo, senza esagerare. Tenete il **biberon** a portata di mano, così che possa essere mostrato in

caso di richiesta. Eventuali bottigliette d'acqua per i più grandi si possono comprare passati i controlli ai bar dell'aeroporto.

Da non dimenticare anche uno snack sia per grandi che per piccoli, così da distrarli durante il volo ed essere pronti in caso di attacco di fame! Alle mamme di neonati è consigliato allattare i bimbi nella fase di decollo e atterraggio per evitare il tipico fastidio alle orecchie dato dalla differenza di pressione. Altrimenti, potrete aiutare i bambini con il ciuccio che permette di deglutire frequentemente e alleviare il dolore.

Giochi anti noia da fare in viaggio con i bambini

Diciamocelo, per i più piccoli il viaggio molto spesso non rientra tra i momenti più divertenti delle vacanze, e anzi per alcuni si può trasformare in un vero incubo al ritmo di una snervante cantilena: “Dove siamo??? Quanto manca?”.

Ma per quei genitori preoccupati all'idea di affrontare ore in macchina, treno o aereo in compagnia di figli non molto bendisposti, ecco qualche piccolo accorgimento e simpatica idea di giochi **pensati per rendere meno noioso il (lungo) viaggio!**

Bambini in viaggio: le regole d'oro!

Regola numero 1:

non farsi trovare impreparate!
Prima di partire chiediamo ai bambini di preparare uno zainetto in cui possono scegliere alcuni (ma non troppi) giochi e libri preferiti che potranno portare con loro.

Regola numero 2:

pensate a dei giochi da fare insieme. Una bella occasione per far passare il tempo in allegria e stimolare la fantasia!

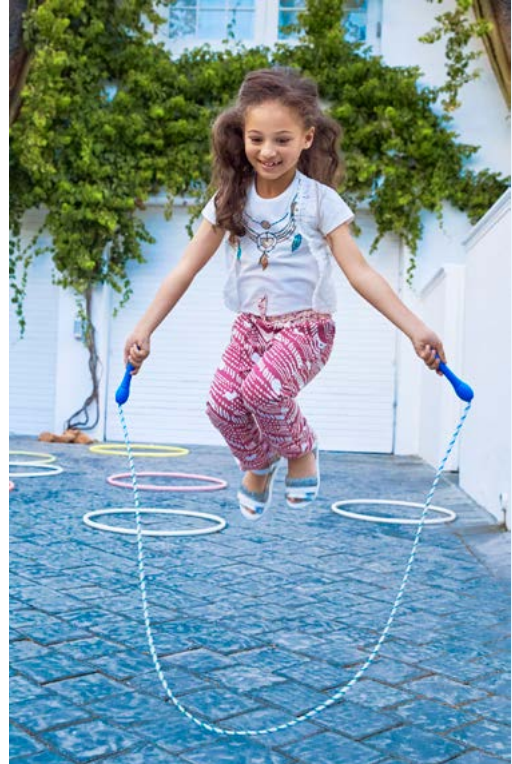
Terza e ultima regola:

armatevi di tanta, tanta **pazienza**.
Se anche noi diventiamo più irritabili durante i lunghi tragitti, figuriamoci i più piccoli. Armiamoci di comprensione e consoliamoci pensando che... prima o poi arriveremo!

Giochi anti noia per il viaggio

Auto-Storia

Uno dei passeggeri guardando fuori dal finestrino sceglie un oggetto, una persona... qualsiasi cosa voglia e inizia a raccontare, inserendola nella storia. A turno, ciascuno deve continuare il racconto aggiungendo ogni volta un elemento nuovo, scegliendo tra quello che vede... Vince chi strappa più risate agli altri passeggeri!



Gioco delle domande

Guardando fuori dal finestrino un passeggero sceglie qualcosa. Gli altri viaggiatori dovranno fargli delle domande per capire di cosa si tratta! Vince chi indovina dopo il minor numero delle domande.

Nomi, Cose, Città ma con una variante! Per questo gioco è sufficiente scegliere e scrivere su un foglio, in ordine sparso, alcune categorie tra quelle classiche – nomi, cose, città, fiori, frutta, verdure, professioni, personaggi famosi – ma anche altre più fantasiose – cartoni animati, cibi, animali, gusti di gelato... e quelle che preferite. Su un altro foglio scrivere le lettere dell'alfabeto. Con gli occhi chiusi scegliere una categoria e una lettera e dare il via il gioco. Ogni partecipante a turno dovrà dire una parola appartenente alla categoria pescata che inizi per quella determinata lettera. Il gioco si interrompe quando non si riusciranno a trovare più parole. A chi interromperà il turno verrà assegnato un punto. Vincerà chi avrà il minor punteggio.

Avete altre idee di giochi per intrattenere i bimbi durante i viaggi? Convidetetele con noi!

Bambini e mal d'auto: rimedi efficaci contro la nausea

Luglio è agli sgoccioli e per molti è iniziato il countdown ufficiale! Ormai non vediamo l'ora che i giorni passino in fretta e le vacanze, tanto sognate per tutto l'anno, finalmente arrivino.

Mare o montagna? Cosa avete scelto quest'anno? Qualunque sia la meta, se per raggiungerla userete l'auto c'è un aspetto da tenere in considerazione, soprattutto se si viaggia con i bambini: **il mal d'auto**.

Se già, infatti, viaggiare per i bambini, in particolar modo se si tratta di lunghi tragitti, non è tra le attività più divertenti e amate, il viaggio può diventare ancor meno piacevole quando si soffre di mal d'auto.

Si tratta di un **disturbo comune**, che può riguardare i bambini ma anche gli adulti ma che, con qualche piccolo accorgimento, possiamo ridurre rendendo più sereno il viaggio.

Per aiutare genitori e bambini, l'Osservatorio Chicco ha pensato a **Bimbi a Bordo**, una carinissima guida, utile per chi si deve mettere in viaggio con i bambini, con consigli sulla sicurezza, su come intrattenere i più piccoli e altri suggerimenti formato famiglia.

Ecco alcuni consigli pratici da mettere in atto per evitare o almeno limitare questo fastidioso disturbo.



Mal d'auto e nausea nei bambini, come prevenirli?

1. ascoltare i loro bisogni: spesso quelli che leggiamo come "capricci" sono richieste di attenzione, un modo per esternare un malessere o delle necessità particolari che, in viaggio (ma non solo), non mancano mai;
2. offrire ai bambini pasti asciutti, leggeri e non troppo elaborati. Se hanno fame durante il viaggio, il consiglio è di preferire cibi secchi, come biscotti, cracker e grissini, che possono aiutare un po';
3. guidare piano (questo sempre, non solo in caso di mal d'auto!) affrontando lentamente le curve;
4. tirare giù spesso i finestrini per arieggiare l'abitacolo ed eliminare eventuali odori che possono disturbare i passeggeri;
5. distrarli con giochi, canzoni, racconti o stimolarli a guardare un punto fisso all'esterno, per ridurre la sensazione di fastidio;
6. se il malessere è continuo, l'ideale è fermarsi spesso con brevi soste che daranno sollievo a tutti, non solo a chi soffre di mal d'auto;
7. se la nausea è particolarmente forte, l'opzione migliore, soprattutto se il viaggio è lungo, è quella di approfittare delle ore notturne, in modo che possano dormire e avvertire meno i fastidi del tragitto.
8. offrire della menta: sotto forma di infuso, caramelle o semplicemente una fogliolina da tenere in bocca (solo per i bambini più grandi) può aiutare ad alleviare un po' la nausea;
9. portare con sé sempre gli appositi sacchetti nel caso dovessero rimettere. Se ciò accadesse, parola d'ordine: calma! Spesso siamo noi ad agitarci e di conseguenza a trasmetterla ai più piccoli. "Sono cose che possono succedere, non ti preoccupare" rassicurandoli e coccolandoli un po' andrà meglio!

Infine, due regole valide per chi si mette in viaggio, che si soffra di mal d'auto o meno: **cinture sempre allacciate e bambini sempre nel seggiolino auto!** Il primo passo per un viaggio sereno è la sicurezza di grandi e piccoli!

Come proteggere dal sole bambini e neonati

Il sole fa bene ad adulti e piccini: permette di sintetizzare la vitamina D, preziosa per la crescita delle ossa e la nostra salute, fa bene al corpo e all'anima, tanto da essere uno primi motivi di felicità la mattina quando ci svegliamo. Il sole infatti ci permette di produrre la serotonina, comunemente nota come ormone del buonumore.

Ma quando diventa "pericoloso"? E in che modo è bene comportarsi in estate per **proteggere dal sole bambini e neonati**? Ecco una guida fondamentale alla protezione della pelle dei nostri bambini.

7 benefici del sole e dell'aria aperta

Molte mamme quando tornano a casa dall'ospedale credono di non poter uscire con i loro piccoli a lungo: non è così! Trascorrere del tempo fuori dalle mura domestiche, ancor di più se aiutati dalla luce del sole, è un toccasana per i bambini. Basti sapere che **giocare all'aria aperta** migliora la vista, come dimostrato da uno studio della Optometry and Vision Science, fa bene al sistema immunitario, previene diabete e obesità, permette di socializzare e riduce il disturbo da deficit di attenzione e iperattività.

Non solo, il sole favorisce i meccanismi regolatori del sonno ed è importante in caso di dermatite atopica, tipica nei neonati, perché previene gli eczemi. Dunque... via libera alle passeggiate pomeridiane, ai sonnellini fuori casa, ai castelli di sabbia in riva al mare!



Al sole sì, ma protetti

Le regole base di **una esposizione sana al sole** le sappiamo: **evitiamo che i bimbi stiano sotto sole diretto** e cocente nelle ore centrali della giornata. Portiamoli quindi in spiaggia prima delle 11 e dopo le 17 così che i raggi solari siano meno forti. Stessa cosa vale anche quando siamo in città e li portiamo a giocare nei giardinetti o al parco.

No anche a un'esposizione prolungata: alternare momenti di sole a momenti di ombra aiuta il bimbo e la sua pelle ad abituarsi gradualmente al sole e a non rischiare colpi di calore.

Come proteggere i bambini dal sole?

Un **cappellino leggero in cotone con visiera**, va tenuto sempre con sé. Come anche gli **occhiali da sole**, che garantiscono un'alta protezione dai raggi UVA e UVB agli occhi delicati dei piccoli: si trovano sia per i neonati, con **montature flessibili e leggere**, che per i bambini dai 12 mesi in su. Non ama indossarli? Fate scegliere a lui il colore che più gli piace, portarli diventerà un piacere! Attenzione alle giornate nuvolose: i raggi solari sono comunque presenti e non sono privi dei loro poteri dannosi.

Crema solare: alleata delle giornate di sole

Sia in città che in vacanza, al mare o in montagna, quando il sole inizia ad essere più caldo e gli abiti che facciamo indossare ai nostri bambini espongono parti del corpo, è indispensabile proteggerli con una crema che abbia un filtro solare alto. La pelle dei piccoli è delicata, ancor di più nei bimbi con fototipo 1 e 2, ovvero i biondi o i rossi, dalla carnagione latte e punteggiata di dolci lentiggini.

Quale protezione scegliere? Sempre 50+, così da proteggere dai raggi solari UVA, UVB e dagli effetti dei raggi IR la pelle, con un prodotto fresco, facile da applicare, sicuro, che permetta ai bimbi di giocare sereni e alle mamme e ai papà di essere tranquilli e godere della compagnia dei propri figli senza preoccupazioni. Una texture leggera e ingredienti naturali completano la formula del solare perfetto, da scegliere in **latte** o **crema spray** in base al proprio gusto. Anche se resistente all'acqua, il solare va riapplicato almeno due volte nel corso della giornata, così da garantire una protezione totale e prevenire rossori, scottature ed eritemi.



Dopo il bagnetto, essenziale il doposole!

Giochi matti tra sabbia, acqua, terra, prati e tanta libertà: i bambini amano l'estate perché permette loro di scatenarsi senza troppe remore. E a fine giornata un bel bagnetto è proprio necessario! Una volta asciugata

la pelle, tamponandola con una spugna morbida, è il momento del **doposole**, da spalmare ogni sera: rinfrescante, emolliente e nutriente, dona sollievo e una sensazione di benessere alla pelle, pronta per esporsi di nuovo al calore del sole il giorno successivo, dopo una bella nanna rigenerante!



La parola all'esperto

Occhiali da sole per bimbi: è importante indossarli fin dai primi mesi?

Sì, è importante far indossare al bambino già nel primo anno di vita gli occhiali da sole per proteggere l'occhio dai danni dei raggi solari. Bisogna considerare che nei neonati il cristallino è talmente trasparente che, senza protezione, il 90% dei raggi Uva e il 50% degli UVB colpirebbero la retina.

Quali sono le caratteristiche che la mamma deve cercare nella scelta?

Gli occhiali da sole devono avere lenti in grado di garantire l'assorbimento del 100% dei raggi UVA/UVB e devono essere conformi alle Direttive Europee (89/686/CEE e successive revisioni ed alla EN ISO 12312-1). La lente in policarbonato è particolarmente adatta ai bambini perché maggiormente resistente alla rottura e ai graffi, che rischiano di ridurre la protezione. La montatura dev'essere preferibilmente avvolgente, o tale da coprire bene l'occhio, vicino alle sopracciglia, per impedire che la luce entri nell'occhio, dopo essere riflessa dalla superficie posteriore della lente. La montatura flessibile è una caratteristica utile, soprattutto per i bimbi più piccoli.



Crema solare: protezione 50+ dall'inizio, poi è possibile ridurre il fattore protettivo?

No, è consigliabile continuare a proteggere il bambino con un fattore protettivo molto alto, ponendo sempre particolare attenzione se il bambino è un fototipo 1 e 2 (capelli rossi o biondi).

Proteggere i bimbi dal sole del mare o da quello della montagna è la stessa cosa?

I bambini vanno ugualmente protetti dai raggi solari sia al mare che in montagna: l'intensità della radiazione solare è massima all'equatore e si riduce progressivamente verso i poli, aumenta in relazione all'altitudine ed è massima nelle ore centrali della giornata. Le radiazioni UV non provengono solo dal cielo, ma vengono riflesse da superfici come neve, acqua, sabbia,

in questi casi il rischio di contrarre danni alla pelle o agli occhi è maggiore. Per tale motivo la protezione è ancora più necessaria quando andiamo al mare o sulla neve.

Si ringrazia per le risposte fornite Elena Acquavita, Responsabile Osservatorio Chicco



Nanna dei bambini in vacanza: come abituarli a dormire sereni

La partenza per le vacanze spesso può scombussolare e causare nervosismo nei bambini. Allontanarsi da casa, cambiare ambiente e **trovare una nuova routine non è sempre facile**, soprattutto quando si tratta della nanna. Siete in partenza e temete che tutti gli sforzi per dare ai vostri figli delle abitudini in fatto di sonno si perdano in un attimo? Se seguirete alcune semplici regole non sarà così. Ecco i nostri consigli per far sì che i piccoli dormano sereni anche quando sono lontani da casa.

Non cambiamo abitudini

I bambini amano **ripetere le stesse azioni**. Si sentono sicuri e tranquilli se i momenti della giornata sono pianificati e se si mantiene, almeno a grandi linee, il loro tran tran quotidiano. Sono abituati a fare la nanna la mattina e un riposino al pomeriggio? Starà a voi, mamme e papà, trovare il modo di riuscire a farli riposare nei momenti giusti, che siate al mare o in montagna. **Organizzatevi** con il passeggino, un marsupio o la soluzione che più si confà al vostro bambino per dargli la possibilità di dormire come farebbero a casa. Senza esagerazioni naturalmente, non è necessario limitarsi o non godersi la vacanza, semplicemente la giornata di chi ha bimbi piccoli va modulata in base alle loro esigenze. Ricordatevi sempre: se loro sono sereni e tranquilli, lo sarete anche voi. E viceversa.



La routine della nanna

Ci sono alcuni rituali che ai bambini piacciono tanto: il bagnetto, il pigiaino, la storia della buonanotte, la luce soffusa, una ninna nanna cantata dalla mamma o dal papà. Sono solo alcuni esempi, ogni genitore trova poi il suo modo di cullare suo figlio nel momento della nanna serale. Ma **avere e mantenere una routine a casa**, da riproporre anche quando si è in vacanza, è importante per differenziare i momenti della giornata. Lo stesso vale per gli orari: se a casa mettete il piccolo a nanna alle 21, non potete pretendere che regga fino a mezzanotte perché voi volete godervi la serata al ristorante con gli amici! Certo, qualche eccezione si può fare in vacanza, ma sempre nei limiti delle necessità e delle abitudini dei nostri bambini, che hanno la priorità.



Coinvolgiamoli così

La stanza dell'hotel o la camera della nuova casa in affitto per le vacanze è anonima e poco confortevole? Rendiamola accogliente coinvolgendo il nostro bambino, se grande a sufficienza per capire. Il suo peluche preferito, una copertina tanto amata, un disegno vicino al letto, qualche elemento che lo faccia sentire a casa e la nanna sarà presto più serena.

Il lettino giusto

Il vostro bimbo è abituato a dormire nel suo lettino? Se il luogo dove andrete non lo prevede, portate con voi un **lettino** da viaggio facile da trasportare, che si piega e si ripone in una borsa. Scegliete poi le sue lenzuola preferite e una copertina e si sentirà proprio come a casa.

Un compagno di nanna

Nelle prime settimane dalla nascita, i bimbi hanno bisogno di calore e contatto. Dopo tanti mesi passati nella pancia della mamma si trovano improvvisamente soli ad affrontare il mondo e non sempre il passaggio è facile. Un amico da tenere nella culla o nel lettino e portare sempre con sé può alleviare il distacco: si tratta del doudou, un pupazzetto o una copertina che diventano compagni inseparabili. Se siete in attesa, tenetelo con voi nel lettone, così che prenda il profumo della mamma o del papà e diventi un vero e proprio oggetto di transizione per il vostro bambino. Non dimenticatelo alla partenza per le vacanze!

In viaggio con i bambini: si salvi chi può!

25 frasi che i bambini dicono in viaggio
prova di pazienza (la nostra!)

Il cronometro

Dove siamo?

Quanto manca?

Siamo già partiti da un sacco, quando
arriviamo?

Partenza: Milano

Destinazione: Rimini

Partiti da: 10 minuti

Tempo di percorrenza previsto: 3 ore e mezza

Iniziamo bene!

Il "le ho tutte io"

Ho fame. Ma non di panino. Ho voglia di pizza.

Ho sonno, ma non riesco a dormire perché sono
scomodo.

Ho sete, ma poi mi scappa la pipì.

Mi scappa la pipì.

Mi scappa la cacca, ma non voglio farla in
Autogrill perché poi sentono i miei rumori.

Cosa c'era di poco chiaro in "Fate tutto quello
che dovete fare prima di salire in macchina?"
E la pizza poi. Figli di poche pretese ne abbiamo?



L'infastidito

Lui/lei mi da fastidio.

Lui/lei mette i piedi nel mio spazio.

Lui/lei dorme, ma dorme forte (che poi cosa voglia dire chi lo sa!) e mi disturba.

Lui/lei mi dà i pizzicotti mentre tu non vedi.

Io non voglio più andare in vacanza con lui/lei.

“Sono i tuoi figli. Ricordatelo. Sono i tuoi figli. Non puoi abbandonarli in autostrada”.

Respiriamo a fondo e ripetiamolo come mantra, forse (ma proprio forse) funziona.

L'indeciso

Ho caldo.

Ho freddo.

L'aria condizionata non mi piace.

Sto sudando così tanto che ho le mutande bagnate (e dove siamo, nella foresta pluviale?)

Il finestrino abbassato mi fa piangere gli occhi.

Però così con tutti i finestrini chiusi soffoco.

Quando si dice avere le idee chiare!

Il mai contento

Facciamo un gioco?

Questo gioco non mi piace.

Lui/lei bara.

Lui/lei si inventa le regole.

Lui/lei vince sempre, non è giusto!

Basta, io con voi non gioco più!

Facciamo una cosa, il gioco lo decidiamo noi e tagliamo la testa al toro: facciamo **il gioco del silenzio!**



Arrivati a questo punto, le forze ci avranno abbandonato – la **pazienza**, quella se ne era già andata da tempo – e l'unica speranza è che **manchi davvero poco a destinazione**.

Oppure possiamo sempre chiedere asilo politico alla prima stazione di servizio. Pare che abbiano organizzato dei corner apposta per genitori esasperati... ci vediamo lì?

Buone vacanze Acrobate!



in equilibrio quasi perfetto

Seguici su

www.mammeacrobate.com



Per contattare la nostra redazione, inviare domande, storie, richieste di informazioni o proposte commerciali scrivi a info@mammeacrobate.com