



Regione Umbria



# BABY NEWS LETTER



Cari genitori,

so che negli ultimi tempi vi sentite stanchi. Da quando sono arrivato vi tengo svegli anche la notte. So che per voi non è molto piacevole ma per ora non riesco a fare diversamente.

Qualche volta ho freddo o sono bagnato e ho bisogno di essere cambiato o avvolto in una coperta morbida. Molto spesso ho fame. Lo sapete, il mio pancino è troppo piccolo per contenere latte sufficiente per tutta la notte! Ma quando sarò un pò più grande le cose cambieranno e andrà meglio per voi e per me.

Qualche volta sono sveglio anche se non ho fame, non sento freddo e non sono bagnato. A volte mi sento solo o ho paura e ho bisogno di richiamare la vostra attenzione perché mi aiutate a sentirmi meglio. Mi sento bene quando mi massaggiare, quando mi parlate con voce dolce o quando mi tenete stretto a voi. Sto iniziando ad imparare che voi siete sempre qui quando ho bisogno e questo mi aiuta a sentirmi tranquillo e sicuro.

Sono molto soddisfatto di me perché in questi giorni c'è una novità che vi rende davvero felici: il mio sorriso! La gioia sul vostro volto la prima volta che vi ho sorriso non la dimenticherò mai! Perciò da allora non ho più smesso ed è davvero diventato divertente specchiarsi l'uno nel volto dell'altro, guardarsi, ascoltarsi, sorriderci.

Sto scoprendo di avere due manine che si possono toccare tra di loro e mi piace tanto massaggiarle: lasciatemelo fare!

So che è molto impegnativo prendersi cura di me, perciò non preoccupatevi se ogni tanto sentite il bisogno di una pausa. Per un pochino sto volentieri con i nonni, con gli zii o con qualche amico fidato, mentre voi recuperate un po' di energia. Sono tanto contento, quando rientrate a casa, vi sento rilassati e felici di essere di nuovo con me. Mi sento veramente speciale ad avere dei genitori che mi amano così tanto da alzarsi nel mezzo della notte, anche tutte le notti se è necessario. Sapere di essere amato così tanto mi aiuterà a dormire meglio quando sarò più grande. Grazie per essere così pazienti con me, anche quando mi sveglio alle due del mattino!

Ciao dal vostro bebè .

Anno I  
Secondo Mese

<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

BABY NEWS LETTER



Ciao dal tuo bebe'

1

### COSA SIGNIFICA ESSERE UN BIMBO DI DUE MESI



#### **... i miei sentimenti...**

- *Faccio esperienza di diversi tipi di sentimento, tra cui felicità, paura, disagio.*
- *Mi piace attirare la tua attenzione. Amo vederti eccitato per quello che faccio.*
- *Mi sento felice quando ti sento dire che sono meraviglioso e che tu mi ami.*
- *Mi sento felice e sicuro quando rispondi ai miei bisogni: mi nutri quando sono affamato, mi cambi quando sono bagnato, mi dondoli quando sono annoiato. Ho bisogno del tuo contatto fisico, sentirmi avvolto dal tuo abbraccio mi dà sicurezza.*

#### **... il mio comportamento...**

- *Se sono un bambino tranquillo trascorro la maggior parte del mio tempo guardandomi intorno.*
- *Se sono un bambino vivace passo la maggior parte del mio tempo muovendomi, sorridendo o gridando a seconda di ciò che provo.*
- *Mi calmo quando succhio le mie dita, il ciuccio o il seno. Sorrido alle persone.*





## COSA SIGNIFICA ESSERE UN BIMBO DI DUE MESI

### **... il mio corpo è in movimento...**

- *La mia testa è ancora un po' traballante quando sto dritto, riesco a tenerla su solo per pochi minuti e a girarla lateralmente.*
- *Sono affascinato dalle mie mani, mi piace guardarle, posso farle toccare tra loro, le posso assaggiare! E' vero succedeva anche prima, ma ora sono io che decido di muoverle!*
- *Stringo gli oggetti in mano per un po'. Ora le mie mani sono aperte per la maggior parte del tempo, lo avete notato?*
- *Muovo le mie braccia e le mie gambe "a bicicletta" quando sono eccitato.*



### **... guardo, ascolto, parlo...**

- *Mi piace fissare le persone e le cose, seguirle con lo sguardo quando si muovono.*
- *Posso vedere i colori; riconosco alcuni oggetti famigliari.*
- *Riconosco le differenze nelle voci delle persone.*
- *Sta diventando più facile sentire e imparare le parole.*
- *Mi piace cercare di produrre suoni.*
- *Non mi piacciono i rumori come la TV o la radio in sottofondo, mi disturbano quando voglio stare con te.*









## SE AMI IL TUO BAMBINO PROTEGGILO...



**Assicurare il proprio bambino ad un seggiolino adatto e sicuro è una grande prova d'amore. E in molti casi può fare la differenza tra la vita e la morte.**

Dati ISTAT indicano che ogni anno in Italia i bambini (da 0 a 14 anni) feriti in incidenti sono circa 11.000 e di questi circa 130-150 muoiono in seguito all'incidente; per ogni morto è possibile inoltre stimare 2-3 invalidi gravi, 20 ricoverati e 60 prestazioni di pronto soccorso.

Nella maggior parte dei casi i bambini deceduti in seguito a incidenti non erano assicurati con gli appositi seggiolini.

**Assicura sempre il tuo bambino sul seggiolino anche se il viaggio è breve, anche se il tuo bambino piange durante lo spostamento.**

**Se non guidi, siediti vicino a lui e cerca di consolarlo con la tua voce o accarezzandolo, ma non slegarlo.**

**Anche se sei solo, nei primi mesi preferisci comunque il sedile posteriore centralmente; fino a 9kg di peso poni il seggiolino nel senso contrario di marcia e ricordati di disattivare gli airbag se sono presenti.**



BABY  
NEWS LETTER

Sicurezza

5

## PERCHÈ LEGGERE

*Leggere ad alta voce ai bambini fin dalla più tenera età è una attività coinvolgente: rafforza la relazione adulto bambino ed è l'attività più importante che i genitori possano fare per preparare il bambino alla scuola. Un bambino che riceve letture quotidiane avrà un vocabolario più ricco, si esprimerà meglio e sarà più curioso di leggere e conoscere molti libri. Leggere ad alta voce è piacevole e crea l'abitudine all'ascolto, aumenta i tempi di attenzione, accresce il desiderio di imparare a leggere. La vostra voce è magia per il bambino. L'elemento che più conta è lo stare insieme, condividere la lettura come un'attività semplice. Non sono richieste doti particolari di bravura o di tecnica, è sufficiente seguire il testo e intraprendere con il bambino una lettura dialogica, ricca di scambi affettivi.*



### **Quando leggere con i bambini**

*Si può riservare alla lettura un momento particolare della giornata: prima del sonnellino o della nanna, dopo i pasti, scegliendo dei momenti durante i quali siete entrambi più tranquilli, bastano pochi minuti al giorno.*

*Se il bambino si agita o è inquieto non è bene insistere.*

*Si può approfittare dei momenti di attesa: durante un viaggio, dal medico ecc.*

*La lettura sarà di conforto al bambino quando è malato.*

*Si può iniziare a qualsiasi età: anche dalla nascita!*

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



## NATI PER LA MUSICA

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

*Fare musica in famiglia, giocando con la voce e con i suoni, rafforza il legame affettivo tra adulto e bambino ed è fonte di benessere.*

*La musica agisce sugli stati d'animo più profondi e sulle emozioni, è nutrimento della mente e dello spirito, ed è anche divertimento, gioco, stimolo per sviluppare le potenzialità espressive e creative del bambino.*

### **Al bimbo piace:**

- ascoltare musiche e canti graditi alla mamma durante la gravidanza
- essere coccolato dalla voce di mamma e papà
- che i suoi familiari cantino per lui
- guardare mamma e papà che cantano per lui
- essere addormentati con una ninna nanna cantata da mamma e papà
- scoprire ed esplorare la propria voce



## ALIMENTAZIONE



### **Non dargli cibi solidi!**

*Non è ancora pronto: se provi a dargli il cucchiaino in modo riflesso la sua lingua spingerà il cucchiaino e cibo fuori dalla bocca; il suo intestino non è ancora maturo per cibi diversi dal latte.*

*Spesso i genitori pensano che cibi solidi prima di dormire permettano al bambino di dormire tutta la notte. Non è così! I pasti notturni non durano per sempre; inoltre introdurre troppo presto i cibi solidi può favorire l'insorgere di obesità quando il bambino sarà più grande.*

# Comune di Terni

## Servizi Direzione Istruzione

### Nidi d'infanzia

#### **Per bambini dai 3 mesi ai 3 anni**

Il nido d'infanzia è un servizio socio-educativo che offre un supporto alle famiglie nell'educazione dei piccolissimi, uno spazio ideato e organizzato per la cura e il benessere dei bambini, per favorirne lo sviluppo psicofisico, le relazioni affettive, i processi di identità e autonomia, per promuovere la scoperta e la conoscenza.

È un luogo dove ogni bambino trova occasioni di gioco, di scoperta, di fare e di sperimentare, di socializzazione, di esplorazione dell'ambiente, nel rispetto dei propri ritmi evolutivi, in un clima affettivamente caldo, interessante e divertente.

([Nidi d'infanzia|Portale Istituzionale del Comune di Terni](#) )

### Centri per bambini e bambine

#### **Per bambini dai 18 mesi ai 3 anni**

Sono servizi per attività educative, di gioco e culturali rivolte ai bambini, ai genitori e altri adulti che si occupano della cura dei piccoli. Sono luoghi di socialità e di gioco per i bambini e per gli adulti che li accompagnano, in spazi curati e pensati rispetto ai loro bisogni, offrendo occasioni educative diversificate, così da fornire pari opportunità nello sviluppo.

([Centri per bambini e bambine|Portale Istituzionale del Comune di Terni](#) )

### Scuole infanzia comunali

#### **Per bambini dai 3 ai 6 anni**

Le Scuole dell'infanzia si inseriscono all'interno dell'intervento per il diritto all'educazione e all'istruzione e fanno parte sia del sistema scolastico locale, quali scuole dell'infanzia paritarie, sia del sistema formativo integrato che vede le varie azioni rivolte



ai diversi bisogni educativi e ai diversi ordini di scuola, inserite in un unico progetto che assicura omogeneità e continuità della proposta. I bisogni a cui deve rispondere la scuola dell'infanzia, in modo particolare, sono al contempo educativi, formativi, sociali, culturali e di integrazione, in particolare favorire nel bambino lo sviluppo dell'identità e dell'autonomia, di competenze relative ai diversi campi di esperienza educativa e promuovere la costruzione di un vissuto etico, sociale, affettivo significativo per il bambino, elaborato e confrontato con le famiglie.

([Scuoleinfanziacomunali|PortaleIstituzionaledelComunediTerni](#) )

## Laboratori

I laboratori didattici del comune di Terni si rivolgono alle famiglie e alle scuole della città, proponendo un'ampia offerta formativa, diversificata in base all'età dei ragazzi.

[AulaVerdeLab](#) e **Laborart**, in collaborazione con le istituzioni scolastiche del territorio e con altri soggetti pubblici e privati, offrono numerosi percorsi caratterizzati dall'attenzione per l'outdoor education, l'educazione ambientale, i linguaggi espressivi, l'importanza della sperimentazione in prima persona della manualità e della creatività.

([Laboratori|PortaleIstituzionaledelComunediTerni](#) )

## Comune di Terni – Direzione Welfare

Nella normalità della vita familiare ci sono momenti di **cambiamento** (adolescenza, nascita di un figlio, etc ) che potrebbero mettere in crisi **l'equilibrio della famiglia**. Questi momenti di mutamento potrebbero dar luogo ad una **rimodulazione dell'assetto familiare**. I Servizi Sociali del Comune di Terni prevedono risposte atte a **sostenere la funzione genitoriale durante le fasi del ciclo vitale** che vengono di seguito riportate:

### 1. SERVIZIO TUTELA MINORI

#### COSA E'

In situazioni familiari difficili, il Servizio risponde all'obbligo istituzionale di tutelare i minori attraverso progetti di intervento che, da un lato, proteggono i bambini e cercano di garantire loro le condizioni necessarie per una crescita sana e serena e, dall'altro, sostengono la famiglia mettendo in atto interventi e prestazioni affinché gli adulti superino le difficoltà iniziali e acquisiscano maggiori competenze e attenzioni nella cura dei figli

#### DOVE SI TROVA:

Via Crocesanta, 3 - Terni

#### CONTATTI

0744/549365

[direzionewelfare@comune.terni.it](mailto:direzionewelfare@comune.terni.it)





## Comune di Terni – Direzione Welfare

### 2. SERVIZIO ADOZIONI NAZIONALI ED INTERNAZIONALI

#### COSA E'

E' un servizio pubblico gratuito che informa, accompagna, prepara, sostiene coloro che desiderano conoscere il percorso adottivo.

#### A CHI E' RIVOLTO

Coniugi uniti in matrimonio da almeno tre anni o che raggiungano tale periodo sommando la durata del matrimonio e il periodo di convivenza prematrimoniale. Tra i coniugi non deve sussistere separazione neppure di fatto. La coppia deve essere considerata idonea ad educare, istruire mantenere i minori che intende adottare.

#### DOVE SI TROVA

Via Carrara, 6  
05100 Terni

#### CONTATTI

Tel. 0744-469001

*serviziointeristituzionale.adozioni@comune.terni.it*



**3. SERVIZIO AFFIDAMENTO FAMILIARE**

**COSA E'**

Affidamento familiare vuol dire accogliere temporaneamente un bambino o un ragazzo proveniente da una famiglia in difficoltà, soddisfacendo i suoi bisogni materiali ed affettivi e garantendo il mantenimento dei legami con la famiglia di origine, in attesa che questa superi le proprie difficoltà e sia di nuovo in grado di accoglierlo  
( L. 149/2001 ).

**A CHI E' RIVOLTO**

Gli affidatari possono essere: coppie con o senza figli, sposate o conviventi, persone singole.  
La legge non stabilisce vincoli di età.

**DOVE SI TROVA**

Via Carrara, 6  
05100 Terni

**CONTATTI**

Tel. 0744-469001  
*servizioaffido@comune.terni.it*





#### **4. SERVIZIO SPAZIO NEUTRO**

##### **COSA E'**

E' un luogo in cui vengono garantiti i legami parentali in situazioni di alta conflittualità genitoriale. Queste attività costituiscono una possibilità di ri-costruire, ri-adattare, ri-strutturare il rapporto tra genitore ed il figlio, di ri-allacciare legami distorti da dinamiche relazionali sbagliate, dovute alla conflittualità tra gli ex partner. Viene assicurato, in particolare, il diritto del minore a mantenere una relazione stabile con entrambi i genitori, anche se separati o divorziati. Una rottura di coppia non deve assolutamente incidere sulle responsabilità genitoriali: i genitori non più uniti come partner, continuano ad avere diritti e doveri nei confronti dei figli. Pertanto l'idea di pensare ad uno spazio ed un luogo dedicato ai rapporti tra il figlio e genitore non convivente, con supervisione di un professionista, persegue il principio di sostegno dei legami familiari e tutela del minore.

##### **DOVE SI TROVA**

Via Carrara, 6 - 2° piano 05100 Terni

##### **CONTATTI**

0744/441507

spazioneutro@comune.terni.it

**BABY  
NEWS LETTER**



## Comune di Terni – Direzione Welfare

### SISTEMA INTEGRATO DI SERVIZI DI CONTRASTO ALLA VIOLENZA DI GENERE DEDICATO A DONNE E AI LORO FIGLI MINORI VITTIME DI QUESTO FENOMENO

Il Comune di Terni, in particolare la Direzione Welfare, ha attivato, da diversi anni, in ottemperanza della normativa nazionale e regionale, un *Sistema locale integrato di Servizi di contrasto alla violenza di genere* in rete con i Servizi avviati da altri Comuni della Regione Umbria che permette di sostenere le donne vittime di violenza e i loro figli minori.

La sottoscrizione, nel 2019, di un *Protocollo di intesa per la costituzione della rete territoriale inter-istituzionale anti-violenza della Zona Sociale n. 10* ha facilitato la costruzione di una rete articolata di servizi di contrasto alla violenza di genere operativi nel territorio e incrementato l'efficacia e la sinergia delle azioni di supporto alle donne vittime di violenza e ai loro figli minori. Negli anni, tale Rete si è ampliata con altri soggetti sensibili alla tematica della violenza di genere.

Il Sistema integrato di contrasto della violenza di genere si articola in diversi Servizi: Servizi Sociali del Comune di Terni, Centro Anti violenza; Casa rifugio; Casa di semiautonomia; Casa per l'accoglienza in Pronta emergenza/urgenza.

I numeri per contattare il Centro Antiviolenza "LibereTutte" sono:

0744288069 e 3470754384 . Pronta Emergenza: 3351264475.

Il numero anti-violenza nazionale il 1522, gratuito e attivo 24h su 24, i cui operatori orientano le donne vittime di violenza verso strutture vicine alla loro





**SERVIZIO SOCIALE DI 1° LIVELLO  
AD ACCESSO DIRETTO DA PARTE DEI CITTADINI**

**UFFICI DIREZIONE WELFARE**

**CONTATTI**

E-mail: [direzionewelfare@comune.terni.it](mailto:direzionewelfare@comune.terni.it)

Pec: [comune.terni@postacert.umbria.it](mailto:comune.terni@postacert.umbria.it)

**UFFICIO CENTRO**

Via Croce Santa n. 3  
Tel. 0744/549365

**ORARIO DI APERTURA**

**LUNEDI' E VENERDI'**  
dalle ore 9 alle ore 13  
**MARTEDI'**  
Dalle ore 15 alle ore 17

**UFFICIO  
VIA PUGLIE**

Via Puglie,33  
0744/549386/391/392/  
393

**ORARIO DI APERTURA**

**MARTEDI'**  
dalle ore 9 alle ore 12  
**GIOVEDI'**  
Dalle ore 15.30 alle ore  
17

**UFFICIO**

**VIA DEL MANDORLO**

Via del Mandorlo, 15  
TEL. 0744/469009

**ORARIO DI APERTURA**

**MARTEDI'**  
dalle ore 9 alle ore 12  
**GIOVEDI'**  
dalle ore 15.30 alle ore  
17

**Terni per te**

**15**

**BABY  
NEWS LETTER**

