

## IDEA BAMBINI



Il principio dinamico della fantasia è il gioco, che è proprio anche del bambino. Ma senza questo giocare con la fantasia non è mai nata opera d'arte

Carl Gustav Jung. Tipi psicologici

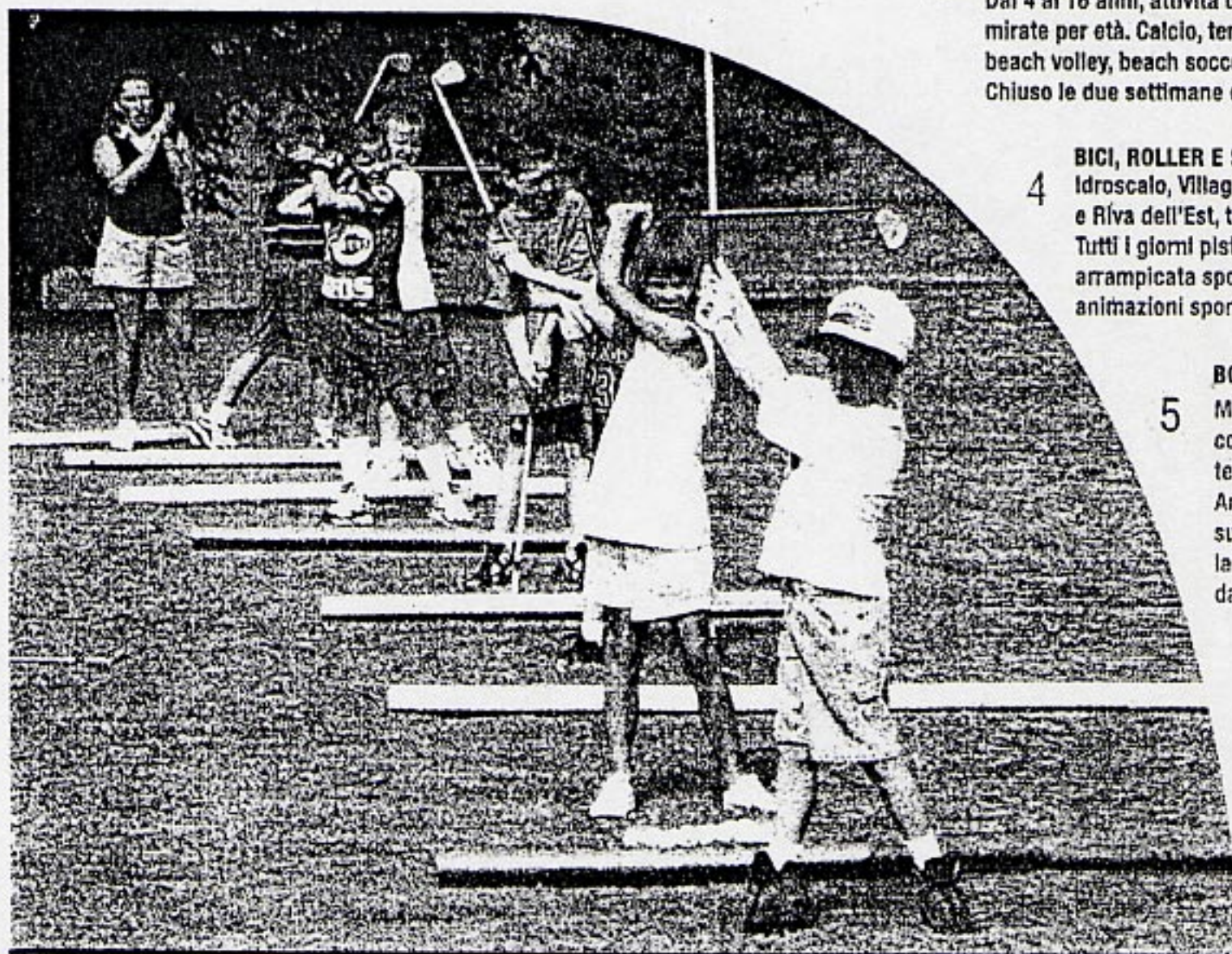
# Golf, canoa e scalate

## L'altra estate dei bimbi

*Sport e attività alternative in città. «Meglio variare le proposte»  
Le mamme: buonsenso e dialogo. La psicologa: mai forzare i figli*

«L'arco non può star sempre teso, né la fragilità umana può resistere senza qualche legittima ricreazione», riflette Miguel Cervantes nel «Don Chisciotte». E per «ricrearsi» non c'è momento migliore della vacanza, sospirata da piccoli e grandi. Ma data la consueta sfasatura dei tempi, puntualmente si pone la questione: come occupare la giornata libera dei ragazzini? I dubbi continuano anche quando la famiglia si ricompone. Approfittare dell'occasione per distrarre ad ogni costo i giovanissimi, sfruttare ogni momento, cogliere l'attimo? O forse sarebbe meglio farli riposare, lasciar scorrere tranquillamente i ritmi estivi, dato che i bambini già durante l'anno scolastico sono stressati da *planning* quotidiani degni di un manager? Insomma: stimoli, attività nuove, oppure relax in santa pace? Come sempre, *in medio stat virtus*. Lo conferma il medico Luca Bernardo, direttore del reparto di Pediatria dell'ospedale Fatebenefratelli: «Il tempo a disposizione e la possibilità di scegliere permettono durante l'estate di intraprendere attività alternative difficili da svolgere durante l'inverno, ed è un bene. Però anche alzarsi senza il suono della sveglia può dare ai bambini una sensazione di indipendenza e libertà. È importante che la giornata sia varia, diversificata, organizzata non dall'orologio ma dalle necessità del bambino».

Tra attività fisiche e culturali meglio l'alternanza: «Sconsigliabili la sedentarietà e l'eccesso di tv o videogiochi — stigmatizza il professore —. Consigliabile invece il movimento all'aria aperta, dagli sport più comuni a quelli "diversi", come la canoa, il surf o il golf, evitando naturalmente le ore più calde. Poi, ogni tanto un bel libro o un museo, privilegiando le preferenze dei bambini e mettendosi d'accordo, se possibile, con amici e coetanei». Per chi resta in città, una buona meta è l'Idroscalo, dove si svolgono attività motorie originali, tra cui sci d'acqua e *free climbing* ([www.provincia.milano.it](http://www.provincia.milano.it)). Qui e in tanti centri sportivi, come il 24 Sport Village, si svolgono anche i «Camp» multisportivi che i ragazzini frequentano senza genitori. «La vacanza è il momento della riunione della famiglia — prosegue Bernardo —, ma è importante anche sviluppare il senso di indipendenza, imparare le regole del vivere comune, confrontarsi con gli altri. Un mix di attività, un po' da soli e un po' coi genitori, sarebbe l'ideale».



Pone invece l'accento sulla dimensione ludica Maria Rosaria Mancinelli, psicoterapeuta, docente di Psicologia dell'Orientamento all'Università Cattolica: «Le vacanze sono uno spazio per

ritrovare la libertà, senza obblighi né vincoli, che già affliggono i bambini durante la scuola — sottolinea —. Adesso devono poter svolgere le attività che preferiscono, esprimendo se stessi al di là di

modalità prestabilite, sperimentandosi in autonomia». Se capita l'occasione per un'iniziativa diversa dal solito, per una gita speciale, per una visita culturale, ben venga. Ma niente costrizioni:

«Chiediamo a loro che cosa preferiscono — prosegue Mancinelli —. L'adulto deve proporre alternative stimolanti all'andamento quotidiano, visto che il tempo lo consente. Se il ragazzino ha voglia di sperimentare nuove realtà va benissimo, meglio se insieme ai coetanei per trovare occasioni di relazione e socialità. Ma può e deve scegliere: mai forzarlo». Meglio adeguarsi ai desideri di ciascuno. La conferma viene da Maria Antonia, 41 anni, impiegata, mamma di Luca, 12 anni, e Beatrice, 8 anni: «I miei figli hanno caratteri ed esigenze completamente diversi. Lui è timido, saggio, poco avventuroso, gli piace stare tranquillo a leggere, camminare in montagna. Lei invece è molto autonoma, un vulcano d'iniziativa: sperimenterebbe di tutto, se potesse anche deltaplano e kayak sulle rapide. Nei limiti delle possibilità e delle esigenze familiari, durante l'estate cerchiamo di accontentarli entrambi, e di stare il più possibile insieme». Dunque: largo al buonsenso.

Chiara Vanzetto

### LE ATTIVITÀ

La mappa delle attività alternative per i bambini a Milano (tranne idroscalo su prenotazione)

**1 PICCOLI ARTISTI**  
Musicopoli, via Boifava 29/a, tel. 333.83.66.044.  
Asilo "artistico" per bambini da 2 a 6 anni: in ambiente climatizzato, mattinate di attività musicali e creative, danza. Aperto tutto agosto



**2 FAMIGLIE IN CANOA**  
Sports In Open Space, Marsaglia (Piacenza), tel. 338.72.54.466. "Family camp" dal 5 al 12 agosto in Val Trebbia: genitori e figli da 8 a 16 anni si cimentano insieme in canoa, kayak e free climbing



**3 GOLF E TENNIS NEL VERDE**  
24 Sport Village, via Assietta 19, tel. 02.66.21.611. Dal 4 al 16 anni, attività di movimento nel verde mirate per età. Calcio, tennis, golf, nuoto, danza, beach volley, beach soccer e via dicendo. Chiuso le due settimane centrali di agosto



**4 BICI, ROLLER E SCALATE**  
Idroscalo, Villaggio della Pace e Riva dell'Est, tel. 02.70.20.09.90. Tutti i giorni piste con roller e bici in affitto, arrampicata sportiva, lezioni di sci nautico, animazioni sportive per tutti nei prossimi due weekend



**5 BOTTEGA MEDIEVALE**  
Museo Diocesano, corso di Porta Ticinese 95, tel. 02.65.96.937. Ancora una settimana per imparare a dipingere su tavola di legno, come si faceva un tempo: laboratorio a cura di Ad Artemi fino al 28 luglio, da 6 a 12 anni, dalle ore 8.30 alle 17.30



**6 FINESTRE SUL PARCO**  
Cascina Centro Parco, via Clerici 150, Sesto San Giovanni (Milano). All'interno del Parco Nord Milano, settimane di attività ambientali e giochi ecologici a cura di Cooperativa Koiné. Chiuso le prime tre settimane di agosto, da 6 a 11 anni



D'ARCO