

Lettere ai genitori

# Indice analitico 1° anno



# Indice analitico

Numerazione: la prima cifra indica il numero della Lettera, mentre la seconda si riferisce al numero di pagina.

## A

Addormentarsi > cfr. Rituali, aiuti per addormentarsi  
Afferrare 3/4; 5/6; 7/5  
Aiuti per portare il bebè 2/7  
Alimentazione 5/14-21; 5/31; 6/21; 6/allegato; 7/22; 10/6-12; 13/13  
Alimentazione (della madre che allatta) 1/10  
Allattamento 1/8-17; 3/22; 4/7; 4/12; 5/20; 7/22; 13/21  
Allattamento, problemi 1/8-9  
Allattare con il biberon > cfr. Biberon, allattare con il  
Allergie 1/11; 2/22  
Andare di corpo 5/19  
Animali domestici 2/22; 9/22  
Asili nido 2/20; 6/14

Aspettative 4/17  
Atteggiamenti ostili nei confronti dei bambini 7/14-17  
Attività professionale 0/24-26; 3/13; 3/22; 6/13-16  
Ausili per camminare 8/23; 11/13  
Automobile 4/26  
Autonomia 9/5-7; 13/10

## B

Baby-sitter 3/16-18; 3/20  
Bagnetto 1/4; 1/6  
Bambini disabili 7/18-20  
Bere 10/8-12; 13/23  
Bevande zuccherate e alimenti zuccherati > cfr. Dolci  
Biberon, allattare con il 1/8-17; 2/19; 13/23  
Bicicletta, seggiolini, rimorchi 11/21-22  
Bilinguismo 4/23; 10/13-14; 13/18  
Bocca, esplorare con la 4/20

## C

Cacca > cfr. Andare di corpo  
Caldo, troppo 1/19; 2/9  
Calmare 0/10; 2/14  
Cambiare il bebè > cfr. Pannolini  
Camminare, imparare a 11/11-13; 13/6-8  
Canzoni, filastrocche 8/16  
Capacità di ricordare 9/6  
Carne 7/23  
Cereali 6/inserto; 7/22  
Coliche dei tre mesi 2/13  
Conciliare il lavoro professionale e quello in famiglia 0/24-26; 3/13; 4/13; 6/13-16; 8/4  
Conflitti, litigi 0/20-22; 4/13; 11/4-10; 12/13-14  
Congelare le pappe 5/21



Consulenze mediche 1/22  
Consultori genitori e bambino 1/22  
Contatti con altri bambini 5/10; 12/13-14  
Contatto fisico, tenerezze 2/14; 5/22-23;  
11/18-19  
Corsi, offerte di 1/20; 4/6; 5/23  
Cultura a tavola 5/14; 10/6-9; 13/13  
Cura del bambino (complementare alla  
famiglia) 2/17-21; 6/14

## **D**

Denti, dentizione, pulizia 6/11; 13/20  
Depressione post partum 0/14-16;  
0/allegato; 4/8  
Diritti dell'infanzia 3/24-27; 7/24-27;  
12/28-31  
Diritto del lavoro 3/22-23; 6/8; 9/20  
Distacco 6/3  
Dolci 3/22; 10/8  
Dondolino 3/22  
Dormire 1/19; 3/6; 3/9-11; 4/18-19;  
8/18-21; 11/14-16

## **E**

Economia domestica > cfr. Famiglia, vita  
quotidiana, organizzazione  
Educazione 9/8-15  
Educazione, idee e opinioni 0/8; 3/19;  
11/8; 12/23

Emergenze > cfr. Urgenze  
Esplorare 3/4-7; 4/20; 7/5-6; 9/5-11; 13/4

## **F**

Famiglia, vita quotidiana, organizzazione  
0/24-27; 2/17; 4/4-15; 8/4; 10/17-19  
Famiglie diurne 2/20; 12/24  
Famiglie monoparentali 0/20; 0/24; 3/15;  
4/14; 8/6; 12/19-21  
Farmacia per i bebè 6/9  
Febbre 6/7; 9/16-19  
Fiducia in se stessi 9/6; 10/4-5  
Filastrocche > cfr. Canzoni  
Frutta 5/16-21; 10/8-10  
Fumare 1/23

## **G**

Gattonare 7/7-12; 9/5; 11/11  
Gemelli, plurigemini 12/15-18  
Genitori, centri di formazione per 9/15  
Genitori soli > cfr. Famiglie monoparenta-  
li  
Giocare 3/4; 4/20-23; 8/14; 12/4-14  
Giocattoli 4/20-23; 5/8; 7/9; 12/4-14  
Gruppi per bambini piccoli 4/23; 7/12

## **I**

Identità di genere 4/16  
Indipendenza > cfr. Autonomia

Infanzia 0/26; 4/17  
Infortunati > cfr. Urgenze

## **L**

Legami affettivi 8/8-12  
Limiti, porre 9/8-14; 13/15  
Litigi > cfr. Conflitti

## **M**

Malattia 2/23; 5/10; 6/7-9; 7/18-20;  
9/16-20  
Mangiare > cfr. Alimentazione  
Massaggi 2/4

## **N**

Nonni 2/19; 3/19-21; 12/22-26  
Numero telefonico per genitori  
in difficoltà 2/14; 5/27; 9/14  
Nuoto per bebè 5/31

## **O**

Ospedale, ricovero 6/12  
Ostinazione > cfr. Volontà propria



## **P**

Pannolini 1/6-7; 5/5  
Pappe 5/14-21; 6/allegato; 7/22  
Parco (box) 7/13  
PEKiP 5/6  
Pelle, cura della 1/4; 2/22  
Percezioni sensoriali 2/4-9; 3/4; 5/6; 9/8  
Persone di riferimento 2/17; 3/16;  
8/7-12  
Piangere 0/10; 2/10-14; 3/9  
Picchiare 2/14; 5/21; 9/12-14; 13/15  
Posizione della testa 2/22; 3/7; 4/19  
Prevenzione degli infortuni  
> cfr. Sicurezza  
Promozione della salute 4/27  
Protezione solare 2/6; 9/22  
Punire 5/29; 9/12

## **R**

Rapporto di coppia > cfr. Rapporto  
fra i genitori  
Rapporto fra i genitori 0/20-22; 0/24-27;  
3/13; 4/13; 5/25-26; 11/4-10  
11  
Rapporto con i propri genitori 0/27-28;  
3/19-21; 12/23-26  
Ritmo 0/6; 1/15; 3/9-12; 4/17; 8/18-21;  
11/14-16  
Rituali, aiuti per addormentarsi 3/9;

3/12; 4/18-19; 8/18  
Ruolo di madre 0/6-8; 4/4-9; 6/4-5  
Ruolo di padre 0/6-8; 4/10-12; 6/4-5

## **S**

Sacco-nanna 1/19; 5/30  
Scatti d'ira 16/14  
Scuotere 2/14; 5/21; 9/12  
Seggiolone 7/22  
Sensi di colpa, sentimenti contraddittori  
0/8; 0/10-16; 0/27-28; 4/6; 4/12;  
5/19; 6/4  
Sentimenti contraddittori > cfr. Sensi  
di colpa  
Separazione, paura della 8/8-12; 9/5  
Sesso 4/16  
Sessualità, tenerezza fra genitori 0/22;  
3/18; 5/17-18  
Sfinimento 0/13-16; 4/7  
Sicurezza 4/22-23; 5/5; 5/23; 7/9-12;  
9/11; 10/4; 11/21-22  
Sistema immunitario 5/10  
Sorriso 3/3  
Sostegno 0/11-14; 0/21; 0/25; 3/15; 4/8  
Sovraccarico 0/10-16; 0/22-26; 2/14;  
4/8; 5/27-29; 11/10  
Stimoli, troppi 2/4; 2/11  
Strabismo 2/22  
Straccetto, animali di pezza 11/16-17;

## **T**

12/7  
Stress 0/11-13; 3/13-14; 6/14-16  
Succhiare, bisogno di 1/15; 2/4; 5/6  
Svezzamento 3/23; 13/21  
Sviluppo fisico 5/5; 5/11; 7/7; 8/14; 9/5;  
11/11-13  
Sviluppo linguistico 3/7; 4/23; 8/14-16;  
10/13-16; 13/17-18  
Sviluppo motorio > cfr. Sviluppo fisico  
Sviluppo, ritmo, differenze 5/11-12;  
10/15; 11/11; 13/18

## **T**

Tempo libero 0/11-14; 0/18-19; 4/6;  
4/14; 10/18  
Timidezza, paura degli estranei 7/14;  
8/8-12  
Tirare il latte materno 2/19; 3/23

## **U**

Udito 7/5  
Unghie, tagliare le 1/5  
Uova 7/22  
Urgenze 10/20-23





## **V**

Vacanze 4/25-26

Vaccinazioni 2/24

Verdura 5/14-21; 10/8; 10/10

Viaggi, preparativi > cfr. Vacanze

Vietare > cfr. Limiti, porre

Violenza 4/14; 5/29; 11/10

# Le Lettere ai genitori di Pro Juventute – la guida competente dalla nascita alla prima elementare

I pratici fascicoli informativi per genitori contengono indicazioni e consigli adeguati all'età del bambino e alla sua attuale fase di sviluppo. Le informazioni sono elaborate da un team di professionisti. Gli argomenti principali trattati sono la cura, l'alimentazione, lo sviluppo e l'educazione del bambino. Ma anche l'importanza del ruolo di madre e di padre, la vita di coppia e i servizi di accudimento complementari alla famiglia. Le Lettere ai genitori di Pro Juventute accompagnano i genitori dalla nascita al sesto anno di vita del loro bambino. In molte regioni, le Lettere ai genitori vengono regalate dal Comune o da altre istituzioni. Inoltre si possono ordinare direttamente presso Pro Juventute.

## Le Lettere ai genitori di Pro Juventute sono elaborate dai nostri specialisti in collaborazione con:

**Carmen Amrein**, educatrice per la prima infanzia e direttrice di un asilo nido | **Marianne Botta Diener**, nutrizionista, ingegnere alimentare ETH e docente specializzata ETH | **Sepp Holtz**, dr. med., pediatra FMH titolare di uno studio medico, collaboratore del Dipartimento di pediatria dello sviluppo presso l'Ospedale pediatrico di Zurigo | **Aja Schinzel**, consulente materno pediatrica HFD | **Heidi Simoni**, dr. phil., psicologa specializzata in psicoterapia FSP, direttrice dell'Istituto Marie Meierhofer per il bambino

## Uffici e associazioni di categoria

Associazione svizzera consulenti per l'allattamento e per la lattazione | Associazione professionale dei pediatri di base | Associazione per le coppie e le famiglie binazionali «IG Binational» | Associazione svizzera per la consulenza genitori bambini | Centro per la prima infanzia di Winterthur | Centro di odontoiatria dell'Università di Zurigo | Consultorio per le coppie dei distretti di Hinwil e Pfäffikon ZH | Federazione svizzera delle levatrici | Istituto Marie Meierhofer per il bambino | kibesuisse - Federazione svizzera delle strutture d'accoglienza per l'infanzia | manneburo zürì (centro di consulenza per uomini) | Società svizzera di pediatria | Ufficio delle pari opportunità della Città di Zurigo | Ufficio prevenzione infortuni upi

## Impressum

Editrice: Pro Juventute, Divisione Lettere ai genitori  
Direzione: Monique Ben-Shmuel  
Responsabile del progetto: Noa Stemmer-Holtz  
Redazione: Susan Edthofer, Noa Stemmer-Holtz  
Traduzione: Sandra Gallmann, Betty Rossi-Häner  
Fotografie: unsplash.com  
Grafica: Valentin Stucki

© Pro Juventute, Zurigo, 2019

### Per informazioni e ordinazioni

Pro Juventute, Lettere ai genitori  
Thurgauerstrasse 39, casella postale, 8050 Zurigo  
Tel. 044 256 77 33  
contatto@projuventute.ch

### Oppure direttamente dal nostro shop online

[www.projuventute.ch/shop](http://www.projuventute.ch/shop)

### Cambiamenti di indirizzo

Comunicare tempestivamente i cambiamenti di indirizzo al vostro ufficio competente per l'invio delle Lettere ai genitori per assicurarvi un invio puntuale. Trovate l'indirizzo sulla busta delle Lettere ai genitori.

Conto per donazioni 80-3100-6  
IBAN CH71 0900 0000 8000 3100 6  
[projuventute.ch](http://projuventute.ch)



Presenting Partner

