

# Libera Scuola Waldorf di Palermo

## ► Bollettino inverno 2005/06



3 ... dalla redazione

Rudolf Steiner 4 AGLI SCOLARI ATTRAVERSO  
GLI INSEGNANTI

vita a scuola 5 LA MIA ESPERIENZA  
DELL'ASILO



pedagogia 7 L'EURITMIA  
NEL PRIMO SETTENNIO

la salute 8 LA CURA  
DELL'ALIMENTAZIONE  
DEI NOSTRI BAMBINI

10 LA FEBBRE NEL PRIMO  
SETTENNIO

riflessioni 11 E SE A NATALE,  
SOTTO L'ALBERO, CI FOSSE  
UN VIDEOGIOCO?



12 FA DAVVERO COSÌ MALE  
LA TV AI BAMBINI?

Waldorf è... 14 L'EMPORIO WALDORF  
L'ASSOCIAZIONE  
DODECAEDRO

15 PENSIERI, LETTERE,  
APPUNTAMENTI,  
EDIZIONI



una storia 16 I BASTONCINI  
DEL PARADISO

侍



**Segretaria:** Nadia Cascino

**Contabile:** Carlo Pintus

**Orario segreteria:** dal lunedì al venerdì 8.30-13.30

**Orari delle classi:**

Asilo: ore 8.00 - 14.00

Classi: I, II, III, IV, V ore 8.10 - 13.15

VI, VII, VIII ore 8.10 - 14.10

**Servizio ritardi:** 14.00-14.45

(da concordare con la segreteria)

*Gli insegnanti della scuola sono:*

**Asilo**

Anna Pintus (per il gruppo dei piccoli),

Charlette Fallè, Rosaria Giacopelli

Aiuto maestra: Agnese Carollo

**Scuola**

I CLASSE: Angela Polizzano

II CLASSE: Luciana Cacioli

III CLASSE: Katia De Bari

IV CLASSE: Camilla Maggi

V CLASSE: Adriana Cipolla

VI CLASSE: Marilena Guttilla

VII CLASSE: Gianluca Pecoraino

VIII CLASSE: Claudia Pettenuzzo

SOSTEGNO: Ornella Li Vecchi

*Insegnanti di materia:*

TEDESCO: Yvonne Feistenauer

INGLESE: Yvonne Feistenauer, Larry Nash,

Camilla Maggi, Vigdis Vollen

MUSICA: Larry Nash, Raffaella Console

EURITMIA: Raffaella Console, Christiane Mochner

GINNASTICA: Christiane Mochner, Katia De Bari

LAVORO MANUALE: Carola Parco, Rita Villanova

LAVORO DEL LEGNO: Carlo Pintus

**Cuoca:** Marina Giacopelli

AIUTO IN CUCINA, PULIZIE, LAVORI VARI:

i ragazzi del Servizio civile Daniel e Michael

**Medico scolastico:** Stephan Heinzmann

**Consiglio direttivo dell'Associazione:**

Ignazio Ferruggia (Presidente), Luciana Cacioli,

Emanuele Cattano, Stephan Heinzmann,

Marcello Faletra, Camilla Maggi, Guido Mapelli

*E' possibile partecipare, come uditori,*

*alle riunioni del Consiglio direttivo*

**Gruppi di lavoro:**

**Commissione musica:** Inge Dee, Larry Nash, Raffaella Console, Christiane Mochner

**Commissione Bazar:** Charlette Fallè, Rita Villanova, Sabrina Cascino, Roberta Sardina, Liliana Piparo, Daniela Cernigliaro, Ruth Meier

**Redazione del Bollettino:** Adriana Cipolla, Nadia Cascino, Rosaria Di Miceli, Francesca Messana

**Foglio informativo:** Luciana Cacioli, Guido Mapelli

**Commissione mensa:** Marina Giacopelli, Marilena Guttilla

**Commissione integrazioni, fondo di solidarietà e padrinati:** Inge Dee, Guido Mapelli, Charlette Fallè

**Biblioteca per i genitori:** Rita Villanova

**Gruppo accoglienza:** Ruth Meier, Giusi Lima, Eduardo Costagliola, Giuliana Vaiarelli

*E' possibile far parte dei gruppi di lavoro contattando uno dei membri*

*Quest'anno sono in programma:*

**Lezioni di strumento**

Violino: Christiane Mochner

Lira: Inge Dee

Pianoforte: Irina Pavlova

**Corsi di Euritmia**

Raffaella Console, Christiane Mochner

**Laboratorio di canto**

Barbara Crescimanno

**Laboratorio di canti in lingua straniera**

Vigdis Vollen

**Gruppo 0-3** un sabato mattina al mese

*Responsabile:* Anna Pintus

**Associazione Dodecaedro**

Costituito da un gruppo di genitori, i cui figli sono ormai usciti dalla scuola Waldorf, è un'Associazione per lo sviluppo delle attività antroposofiche.

*Informazioni:* Luisa Testa tel. 091 582055

Rosaria Ruberto tel. 091 6848080



▶ Dopo una lunga pausa ritorna il nostro bollettino. Una pausa che ha visto la scuola protagonista di molte attività culturali e iniziative volte a sostenerne il cammino. Non ultimi l'acquisizione definitiva dell'insegnamento dell'euritmia e della realizzazione dell'emporio (PAG. 14), esperienza emersa da un contesto decisamente incerto, si è negli ultimi mesi sempre più consolidato e aspira a diventare un riferimento al consumo e alla cultura alimentare, non solo all'interno della scuola, ma anche per la città.

Stessa aspirazione per quanto concerne le attività seminariali dedicate alla pedagogia steineriana e al mondo Waldorf in generale, organizzate dall'Associazione Dodecaedro (PAG. 14) in collaborazione con la scuola.

E veniamo al bollettino. Ha una nuova e aggiornata veste grafica.

Mantiene le rubriche che nel passato l'hanno caratterizzata, e ne amplia lo spettro aggiungendone altre: una rubrica che si apre alle collaborazioni con altre scuole Waldorf, il primo scambio è con la scuola di Bologna, che propone delle riflessioni sull'uso dei videogiochi (PAG. 11); una sui problemi d'attualità – nel caso specifico inerente al ruolo deviante della televisione nella formazione del bambino (PAG. 12); un'altra ancora sulle arti (pittura, musica, euritmia, letteratura, ecc.), si inizia con il valore dell'euritmia nel primo settennio (PAG. 7). Nell'ultima pagina proponiamo una storia, tratta dal bollettino della scuola Waldorf di Milano.

Come sempre il bollettino accoglie testimonianze (PAG. 4), lettere e comunicazioni il cui valore va al di là della singola esperienza personale, per farsi voce condivisa, momento corale che esprime tensioni, attraversamenti di coloro che vivono le vicende della scuola.

Da questo punto di vista questa nuova epoca del bollettino si vuole, oltre che come mezzo di diffusione della pedagogia steineriana, anche come spazio di confronto e di interrogazione su fatti e problemi che animano la nostra realtà.

Per finire, buona lettura.

**Bollettino della  
Libera Scuola Waldorf  
di Palermo  
inverno 2005/06**

Direttore responsabile:  
Francesca Messana  
Redazione:  
Nadia Cascino,  
Rosaria Di Miceli,  
Adriana Cipolla

Hanno collaborato  
a questo numero:  
Raffaella Console,  
Marcello Faletra,  
StephanHeinzmann,  
Guido Mapelli,  
Rosaria Ruberto,  
Anna Randazzo

L'illustrazione  
di copertina  
è di Marita Schropp,  
arteterapeuta

Registrazione  
presso il Tribunale di  
Palermo D. 13/98

Il bollettino viene  
distribuito  
gratuitamente

Stampa Fotograf,  
Palermo  
Finito di stampare  
nel mese di febbraio  
2006



La **Libera Scuola Waldorf di Palermo** nasce nel 1986 da un gruppo di genitori che si è costituito in associazione, con lo scopo di diffondere la pedagogia steineriana. È iniziato così un comune lavoro che ha coinvolto nel tempo altri genitori, nel 1992 si è arrivati alla fondazione della scuola, che attualmente comprende, oltre le classi dell'asilo il ciclo della scuola elementare e media, dal 2002, oltre che per il giardino d'infanzia, la scuola ha ottenuto la parità per le prime cinque classi.

La scuola Waldorf è un organismo vivente al cui centro è il bambino.

Si indirizza a tutti gli alunni, senza distinzione di razza, religione e condizione sociale. L'Associazione sostiene la pedagogia, la formazione e l'aggiornamento degli educatori, promuove le attività di volontariato, favorisce l'autofinanziamento e incoraggia le donazioni, accoglie le iniziative che l'aiutano a promuoverne gli scopi.



Tratto da:  
Rudolf Steiner  
"Vita spirituale  
del presente ed  
educazione"  
tredicesima  
conferenza  
Ilkley, 17 agosto  
1923

Occorre che gli uomini diventino di ampie vedute e possano partecipare col cuore all'intera civiltà.

E' qualcosa che, attraverso i principi della pedagogia che qui viene rappresentata, si cerca di immettere prima negli insegnanti (poiché come prima cosa nella Scuola Waldorf abbiamo pensato all'educazione degli insegnanti) e poi agli scolari attraverso gli insegnanti.

La nostra grande speranza, la meta a cui miriamo con ogni singolo provvedimento che prendiamo, è che gli scolari devono portare tutto questo nella vita nella giusta maniera. Questo è l'intendimento che sta alla base della pedagogia. Questa educazione è orientata soltanto a estrarre dal bambino stesso le misure che si devono prendere nell'educazione e nell'insegnamento, in modo che tutto l'essere umano giunga a completo sviluppo secondo corpo, anima e spirito; d'altro lato anche in modo da porre l'uomo nella vita dopo che da bambino è cresciuto, secondo corpo, anima e spirito, tenendo conto dell'elemento religioso, etico, artistico, nonché della vita di conoscenza, sviluppando così le virtù attraverso le quali egli possa diventare utile e fecondo per il suo prossimo.

Soltanto se potrà servire nel modo migliore gli altri secondo le sue forze, l'essere umano sarà stato realmente educato in modo giusto.

Ogni ideale di educazione deve essere rivolto a questo fine.

## LA MIA ESPERIENZA DELL'ASILO

Anna Randazzo, genitore dell'asilo



**La prima volta che sentii parlare di scuola Waldorf** ero a Castelbuono, Ivana era felice, aveva finalmente trovato la scuola per le sue bambine.

Io le guardavo le bambine zompettare a piedi nudi sul prato giallo di fiori da “frittatine” e pieno di spine, per poi bagnarsi fino alla vita al fiume... gelido d’inverno e gelido d’estate. Ma che scuola poteva mai avere trovato la mia amica per le sue bambine?

Loro nate e cresciute in campagna, all’aperto, capaci di riconoscere fiori ed erbe dai loro odori, abituate a seguire le stagioni osservando la natura che si trasforma, libere di correre sentendo il ruvido della terra sotto i piedi, sempre arrampicate sugli alberi, educate a rispettare i ritmi del giorno e della notte con una rigidità che Ivana riusciva a trasformare in un rituale d’amore: bagno caldo, candeline, cena e nanna.

Noi cittadini ci stupivamo dell’ora... in pochi ci accorgevamo che fuori era già buio e anche la terra si preparava alla notte.

Chi tra voi ha avuto la fortuna di conoscere e frequentare Ivana, sa bene che per tutta la sua vita è stata guidata dal suo sentire e dalla grande capacità di affidarsi al suo senso del giusto, ma non è di Ivana che devo parlare, torniamo a noi.

Lei mi raccontava della scuola, di bambini liberi di giocare, di stare a piedi nudi in un piccolo giardino, di maestre che non strillavano...

La ascoltavo divertita ed ero contenta per le sue bambine, ma in realtà l’argomento non mi interessava granché; non immaginavo nemmeno che da lì a pochi mesi avrei cambiato il mio primo pannolino.

Quando la mia prima figlia fu in età di asilo, la scelta fu quasi scontata. Ivana era una grossa garanzia (questo la farebbe arrabbiare molto) e come se non bastasse, dalla finestra del mio

posto di lavoro potevo ammirare un asilo parcheggio.

In realtà era difficile non vederlo, tutto colorato con colori sgargianti da avvistamento antinebbia, pieno di tavolini, sedioline e altalene di plastica che si spostavano ad ogni soffio di vento; tutte le operatrici in camice bianco e un gruppo di bambini “marcati a uomo” dalle assistenti.

Le mie colleghe guardavano i loro figli orgogliose dei vestitini lindi.

Non era certo difficile scegliere l’asilo e poi a dire la verità.. non c’era proprio alternativa.

Così approdammo alla Waldorf.

La bambina aveva tre anni ed era appena nata la sorella. Oggi frequenta la prima classe dopo quattro anni di asilo.

La piccola frequenta l’asilo e lì resterà per altri due anni e il mio terzo figlio ogni tanto fa capolino al gruppo dei piccolini zero-tre anni: è chiaro che il bilancio è assolutamente positivo. Considero l’asilo un grande gesto d’amore, il luogo in cui i bambini trovano il calore e le energie giuste per crescere in equilibrio, il posto ideale per imparare piano piano a sperimentare la propria capacità di movimento e di relazione al di fuori della famiglia.

Osservo le maestre e mi piace la loro attenta discrezione. Certo non è sempre facile; anch’io beccata oltre il limite (ahime invisibile), nel giardino dell’asilo, o per qualche squillo del cellulare, sono stata rimproverata. All’inizio sei un po’ spaesata, non conosci quasi niente della scuola, poi riesci a capire che quel silenzio quasi conventuale serve a proteggere i più piccoli, è ancora per proteggere, non bisogna intromettersi negli spazi dei bambini, perché proprio lì i nostri figli cominciano a sperimentare quei processi di autonomia dalla famiglia, di distacco dalla mamma, che li aiuta a diventare forti.



Così sono di grande aiuto le regole imposte dalla maestra, il bambino non deve e non può fare quello che vuole, deve essere guidato e fare quello che è giusto secondo il suo ritmo. Le maestre li accompagnano quindi seguendo un respiro di espansione e di contrazione; e poi l'uso di materiali naturali, i giocattoli fatti a mano, gli ambienti caldi di colori tenui; ma come si può immaginare un posto diverso per bambini così piccoli.



Le esperienze di asilo che ho vissuto e che sto vivendo mi hanno aiutato soprattutto a fidarmi del mio istinto ma anche a mettermi da parte se necessario. Ho capito il perché di ciò che intuivo soltanto, ho capito perché al bambino non puoi dare spiegazioni razionali o perché non devi scendere a patti, ho capito che i piccoli hanno bisogno di grandi libertà, ma anche di regole e di ordine nella loro giornata, fare rispettare certi orari o un certo modo di stare a tavola non li fa sentire tanti soldatini ma semplicemente li aiuta ad avere punti di riferimento ed essendo noi i loro punti di riferimento dovremmo cercare di non vacillare troppo.

Ho sperimentato che la coerenza e l'esempio sono gli strumenti educativi più importanti a nostra disposizione e non possiamo frammentare la giornata dei bambini creando comportamenti che li confondono e li stressano, a scuola in un modo e a casa in un altro. Si può, se si vuole, dare una continuità al ritmo della mattina anche nel pomeriggio a casa, limitando al minimo la televisione, facendo attenzione alla qualità della merenda o a quella dei giocattoli. Senza volere demonizzare quella "giraffona" di Barbie, da sempre le maestre ci istruiscono sulla bellezza dei giocattoli semplici, di lana o legno. L'importanza di rispettare certi orari ci permette di creare un ritmo che rassicura e riscalda i piccoli. Il bambino, sa cosa accade e cosa accadrà; sa che dopo il bagno deve andare a mettere il pigiama con le scarpette di lana calde, sa che a tavola c'è una minestra che lo aspetta e sa che andando a letto troverà le luci basse e la mamma con cui reciterà la preghiera della notte e con il libro delle fiabe in mano. Questo fa entrare il bambino nella notte nel modo più bello!

Ne sono certa anche perché ogni tanto vado in ritardo in questa "tabella di marcia" e ... sono guai!

Un altro aspetto interessante dell'asilo è la



rotazione dei bambini: in asilo si trovano bambini dai quattro ai sei anni e mezzo. Questo li aiuta a rispettarsi e ad aspettarsi. Si formano i gruppi e si strutturano i ruoli, i più grandi sono perfettamente in grado di badare ai più piccoli, magari a scuola nel quotidiano li allontanano perché rallentano il loro gioco di grandi, ma nelle situazioni esterne sono estremamente attenti e responsabili. Credo sia il modo corretto per educare alla socialità e all'attenzione e ai bisogni dell'altro.

Certamente anch'io avrei tante proposte, tante cose che mi piacerebbe fare. Mi piacerebbe che nella nostra scuola ci fossero più bambini di origini e culture diverse da quella italiana. Mi piacerebbe incontrare più spesso altri genitori di asilo e magari organizzare con loro incontri di lettura. Mi piacerebbe far sparire quelle macchine posteggiate nel giardino dei piccoli.

Ma ciò che in questo momento mi piace di più fare e sicuramente, ringraziare le maestre per la loro presenza amica e competente e perché, anche grazie al loro amore, gli anni di asilo resteranno per i nostri bambini un ricordo meraviglioso per tutta la loro vita.

## L'EURITMIA NEL PRIMO SETTENNIO

Maestra Raffaella Console



▶ L'euritmia è l'arte del movimento creata da Rudolf Steiner nel 1912. In quel tempo era nata l'esigenza di sviluppare un'arte del movimento che esprimesse l'uomo nella sua totalità. Si cercava la spiritualità nel movimento così come nella musica e nella pittura. Nella prima scuola Waldorf che fu fondata a Stoccarda nel 1919 fu introdotta l'euritmia come materia fondamentale e il piano di studi della scuola prevede il suo insegnamento dalla prima fino alla dodicesima classe.



*L'Euritmia viene definita da Rudolf Steiner "arte espressionista" perché in grado di esprimere, attraverso il movimento, l'animico e lo spirituale vivente in ogni lingua e suono, in ogni tempo o epoca e in quanto "parola e canto visibile" adatta ad essere compresa da chiunque, a prescindere dall'idioma.*

*I movimenti compiuti dalla laringe nel pronunciare la parola, vengono resi visibili attraverso i movimenti dell'intera figura dell'uomo ed il contenuto del linguaggio o della musica, percepito interiormente, si trasformano in espressione vocale o sonora in gesto euritmico.*

*Nell'euritmia musicale osserviamo le leggi musicali rispecchiarsi nella figura umana e nei suoi movimenti. Nello spazio vengono create forme che corrispondono a leggi musicali come altezza del suono, ritmo, armonia e tonalità.*

*Le coreografie e i gesti eseguiti dagli euritmisti rispecchiano nel mondo visibile le leggi e i rapporti dei diversi toni tra loro, tra le diverse parti di un brano musicale, così come i rapporti tra i diversi strumenti.*

### Perché nella scuola Waldorf si insegna l'euritmia?

Perché i bambini imparino a muovere non soltanto il loro corpo fisico, ma anche ciò che viene dall'interno, cioè l'espressione dell'anima.

Oggi sempre più l'uomo, che vive in condizioni di indurimento dell'anima a causa del forte materialismo nel mondo, ha bisogno di armonizzarsi ed esercitare il movimento dell'anima interiore.

L'euritmia vuole esprimere l'essenza del linguaggio poetico e musicale, che attraverso quest'arte diventa visibile. Ogni lettera dell'alfabeto e ogni legge musicale ha un gesto particolare e questi gesti racchiudono in sé delle qualità dell'anima. Nell'euritmia pedagogica, tenendo presente i diversi periodi di sviluppo naturale del bambino, come la seconda dentizione o la pubertà, si modifica nell'applicazione dei suoi esercizi.

Dai tre ai sette anni, il primo periodo in cui si insegna euritmia, essa si inserisce in ciò che riempie l'intera vita del bambino piccolo: il gioco.

Tutti i movimenti euritmici assumono l'aspetto del gioco: sono accompagnati da piccole fiabe, racconti brevi, poesie che contengono delle belle immagini sulla verità delle cose.

L'euritmista, con cura, recita ed esegue questi movimenti con i bambini facendo attenzione a scandire bene il ritmo, gioioso e musicale.

Per far sviluppare la forza di volontà, si fanno fare passi pesanti, e si dà l'immagine del "capretto che pesta, che pesta".

Con passi leggeri e le braccia in alto, correndo, si dice "ora vola l'uccellino" e si fa respirare l'aria, la luce.

Oppure, nel racconto a un certo punto si dice "piove, piove", e si fanno tamburellare le dita e poi "grandina, grandina", si tamburellano le nocche, poi "tuona, tuona" tamburellano i pugni.

Col gioco del "topolino" che corre, gli si fa descrivere la forma del cerchio o della lemniscata.

Descrivere inconsapevolmente forme spaziali mantenendole vive con l'ausilio delle immagini, infonde nel bambino, senza nessuno sforzo da parte sua, il senso di orientamento fra gli oggetti che lo circondano e l'amore per l'ordine.

### Euritmia a Palermo

È stata emozionante la serata del 2 ottobre dello scorso anno, quando tanti genitori e amici assistevano allo spettacolo offerto dalla Eurythmie Ensemble della Akademie für Eurythmische Kunst Aesch accompagnata dall'Orchestra giovanile da camera Jugend Kammerorchester Birsek. La serata si è aperta con un saggio del nostro coro di settima e ottava classe, guidate dal maestro Larry Nash, e sorprendente è stato partecipare al percorso dei nostri ospiti svizzeri lungo musiche e parole accompagnate dai gesti euritmici, per la prima volta proposto qui in Sicilia.

Nella mattinata e nel pomeriggio presso la scuola l'appuntamento era con le maestre di euritmia della scuola Waldorf di Palermo, dove si è svolto un veloce ma partecipato ed emozionante seminario.

## LA CURA DELL'ALIMENTAZIONE DEI NOSTRI BAMBINI

dott.ssa Rosaria Ruberto

### Il segreto di una sana alimentazione è l'attenzione alla qualità del cibo.

La composizione e la qualità del cibo ne caratterizzano la vitalità, importante fattore che stimola le forze plastiche dell'organismo.

La vita si nutre di vita, un cibo morto zavorra il corpo e lo indebolisce.

Ci può essere un'iperalimentazione che sia nel contempo una denutrizione?

Sì, è quello che sta succedendo nelle opulente società occidentali, dove la quantità del cibo ingerito diventa sempre maggiore – vedi il recente film-documentario *Supersize me* di Morgan Spurlock – ma la cui qualità è così degenerata da essere causa di malattia.

La cultura alimentare dei "fast food" che sta colonizzando il mondo grazie alla seduzione pubblicitaria e ai prezzi alla portata di tutti fa bene o male alla salute?

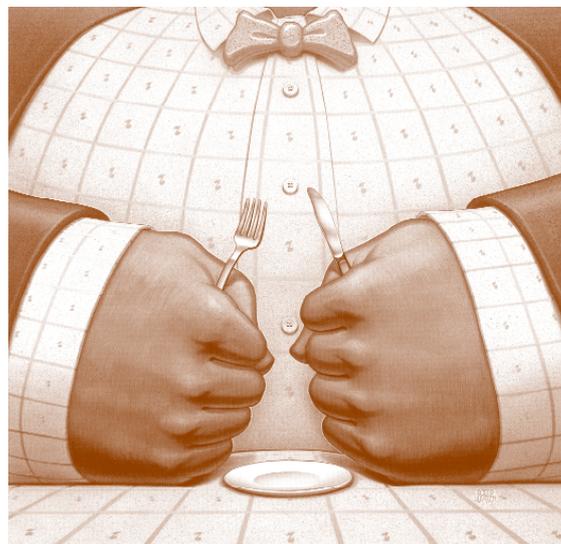
**C'è nel mondo un divario sempre maggiore tra le popolazioni del terzo mondo che sono sottoalimentate e denutrite e quelle del mondo benestante che sono superalimentate e denutrite nel contempo.** Molti casi di ipercolesterolemia, sovrappeso e di obesità specie nei giovani e nei bambini si verificano anche nella nostra Italia, culla di una tradizione alimentare mediterranea che dovrebbe creare un baluardo di resistenza a queste invasioni mediatiche.

Speriamo che i dati americani sull'obesità infantile tra una decina di anni non diventino dati italiani.

La relazione tra stato di salute e alimentazione è evidenziata da tre criteri principali:

1. valutazione dello stato della dentatura;
2. valutazione della capacità di allattamento al seno;
3. valutazione della fertilità maschile.

Oggi vediamo sempre più bambini bisognosi di cure dentistiche per carie, malocclusioni, accavallamento dei denti, questo nella civilissima Europa e ancor di più in America, mentre le



popolazioni che si nutrono ancora con alimentazione tradizionale con un buon tenore di vitamine e sali minerali, in particolare oligoelementi come fosforo, calcio, magnesio, fondamentali per i denti, le ossa, il sistema nervoso e immunitario, hanno una buona salute dentale.

Poche donne dei paesi industrializzati riescono oggi ad allattare il proprio figlio oltre il terzo mese di vita a causa del decadimento qualitativo del cibo.

Molti uomini presentano un calo della fertilità – nel 1930 il 50% aveva nel liquido seminale 100 milioni/ml di spermatozoi, oggi solo il 14% – a causa dell'inquinamento da estrogeni che colpisce non solo le carni ed il latte, ma anche l'acqua da bere. Le falde acquifere sono contaminate da estrogeni, che non sono biodegradabili, provenienti dalle urine delle donne che assumono la pillola anticoncezionale e dai prodotti usati in agricoltura e in allevamento. Parallelamente al progresso economico oggi assistiamo quindi a uno scadimento della nutrizione, della vitalità dell'organismo e a un aumento di malattie degenerative e allergiche.

### Come stanno i nostri bambini?

Sempre più bambini oggi soffrono di disturbi di attenzione e difficoltà di concentrazione, sono eccitabili e nervosi e a volte vengono classificati come ipercinetici e ineducabili.

Un'alimentazione che si basi prevalentemente su farine raffinate e lieviti chimici – prodotti da forno, merendine, brioches, cornetti, pizzette – causa una carenza di vitamina B1 che è responsabile dello scarso rendimento scolastico dei ragazzi. La vitamina B1, detta anche vitamina dello stato d'animo perché stabilizza l'umore, ottimizza il metabolismo di zuccheri nel sistema



nervoso e facilita i processi di attenzione, elaborazione e memoria. E' contenuta principalmente nel chicco del cereale integrale e viene eliminata con la raffinazione delle farine. Uno studio effettuato in Germania ha evidenziato una carenza di B1 nella dieta del 70% degli scolari tedeschi.

L'intossicazione cronica da fosfati che rende i bambini ipereccitabili e nervosi è legata al consumo abituale di salumi – chi oggi non mangia prosciutto cotto quasi ogni giorno? – e di carni rosse, formaggini, bibite come la Coca Cola, che tra l'altro ha un contenuto di caffeina appena tollerabile da un organismo infantile. Molti sono anche i bambini e i ragazzi con disturbi d'ansia e crisi di panico, e si constata che allo sviluppo corporeo spesso esagerato corrisponde un deficit dello sviluppo animico con emotività e scoraggiamento che li rende fragili e vulnerabili come giganti dai piedi di terracotta, non ben attrezzati per confrontarsi con le prove della vita.

Inoltre le allergie dell'infanzia negli ultimi anni sono cresciute dal 5% al 25% e si descrivono nuove malattie come la Mcs – sensibilità chimica multipla – che consiste in un'ipersensibilità agli inquinanti chimici in seguito a intossicazione acuta o a esposizioni croniche, tale che l'organismo non tollera più la minima traccia nell'ambiente di quei pesticidi, solventi e altro che costituiscono gli inquinanti organici persistenti. Tali Pops – persistent organic pollution – si concentrano in particolar modo nei grassi animali e specialmente in tonno, salmone, pesce spada che sono al vertice della catena alimentare marina e mostrano contenuti di inquinanti maggiori.

### Che fare?

Ridurre il consumo di prodotti animali, di salumi, di farine e zuccheri raffinati e incrementare il consumo di frutta, verdura e cereali integrali provenienti da coltivazioni biologico e biodinamiche rinvigorisce la forza vitale e fa crescere armoniosamente i bambini.

La mensa delle scuole Waldorf di tutto il mondo si basa sull'alimentazione a base di cereali e di verdura e frutta provenienti da coltivazioni sane. Si può adottare la dieta dei sette cereali, uno per giorno della settimana, che ci ricollega ai ritmi cosmici: lunedì – riso, martedì – orzo, mercoledì – miglio, giovedì – segale, venerdì – avena, sabato – mais, domenica – grano. La prestigiosa rivista medica *The Lancet* ha pub-

blicato qualche anno fa il risultato di uno studio fatto nei paesi del nord Europa confrontando la popolazione scolastica Waldorf con quella della scuola pubblica, e ha concluso che grazie allo stile di vita e alle abitudini alimentari, i ragazzi che seguono la pedagogia steineriana sono meno soggetti a malattie allergiche rispetto ai loro coetanei e risultano complessivamente più sani ed equilibrati.

Curare l'alimentazione è infine curare anche la vitalità della terra, delle piante, degli animali, la salute degli agricoltori, dei raccoglitori, dei rapporti economico-sociali.

**Quando ci nutriamo entriamo in comunione con tutta la terra. Se la terra si avvelena, anche la nostra vita si danneggia.**

Il tempo odierno ci impone di allargare il nostro punto di vista dal particolare al generale, da ciò che riguarda oggi me a quello che comporterà per tutti domani.

Iniziamo a tener conto di tutte le connessioni che ci tengono uniti alla natura anche quando facciamo un piccolo gesto quotidiano: per esempio quando andiamo a fare la spesa.

Cosa ci influenza nella scelta di un prodotto alimentare? L'abitudine, la fretta, la praticità, la golosità, la pubblicità, l'economia?

E la qualità?

Spesso ci giustifichiamo col fatto che i cibi biodinamici non si trovano facilmente, sono cari, non sono garantiti al 100%, non sono appetibili. Ma se ci fermiamo a riflettere e considerare l'importanza della scelta nei confronti della salute dei nostri cari, del fatto che possiamo fare comunque economia in altri campi, del fatto che la nostra scelta influisce sul dare una spinta o meno allo sfruttamento del terreno ad opera dell'agricoltura intensiva che desertifica la terra, allo sfruttamento di manodopera a basso costo, all'allevamento industriale che rende una mucca una macchina per il latte, gli animali sacchi di carne che devono ingrossare rapidamente per essere più competitivi nel prezzo, allora ci rendiamo conto che possiamo e dobbiamo attivarci, informarci, scegliere coscientemente ed in libertà.

Questo si può ancora fare.

Sarebbe bello se sempre più persone scegliesse cibi sani di coltivazione biologica e ancor meglio biodinamica, con la consapevolezza di fare un dono alla terra e agli uomini, di offrire il denaro con riconoscenza e fiducia a chi ha voluto intraprendere questa strada, pur non perdendo la giusta attenzione che ci protegge dai truffatori e falsificatori che si annidano anche in questo campo.



## LA FEBBRE NEL PRIMO SETTENNIO

dott. Stephan Heinzmann  
medico scolastico della  
Scuola Waldorf di Palermo



### **Il primo settennio, anche per quanto riguarda le sue malattie, è un periodo turbolento.**

Fino ai tre mesi, il bambino possiede ancora la protezione della madre come un dono del passato, poi, calando queste immunoglobuline trasmesse direttamente con il sangue, il bambino deve incominciare a reagire autonomamente, aiutato in questo processo dall'allattamento materno.

Malattie tipiche dell'età avanzata sono quelle legate ad un invecchiamento e indurimento sclerotico dei tessuti, sono ineluttabili, malattie febbrili, tempestose, vengono mal tollerate nell'età avanzata, invece è evidente la facilità da parte dei bambini di gestire la febbre, anche alta. Studi clinici retrospettivi hanno dimostrato una minore incidenza di malattie tumorali in soggetti con molte manifestazioni febbrili nell'infanzia (Albonico, 1998). E' anche evidente, soggettivamente, che molti bambini fanno un balzo in avanti nel loro sviluppo, subito dopo un episodio febbrile, per esempio nel linguaggio o nella scrittura, oppure superano una malattia legata a disordini del sistema immunitario, come l'atopia o l'asma, o un disordine neurovegetativo come l'enuresi notturna, o certe paure e ossessioni.

Anche la medicina universitaria ha cambiato atteggiamento e tiene in considerazione la febbre come efficace reazione dell'organismo nel combattere virus e batteri, e quindi sta abbandonando quel riflesso condizionato che faceva associare per ogni bambino l'esperienza della febbre con quella delle supposte di paracetamolo.

### **Cosa si può concretamente fare in caso di febbre?**

Nella tipica febbre da raffreddore si possono distinguere due fasi. Nella prima la febbre

tende a salire, il bambino ha freddo, brividi, dolori e cerca il calore, come se volesse venire incontro alla febbre che gli sale dall'interno. Quindi noi lo copriamo, gli diamo la borsa di acqua calda, ambiente tranquillo e confortevole. Cibo, se desiderato, leggero, tisane di tiglio e rosa canina. Entro qualche ora la febbre raggiunge il *plateau*, il livello dove perdura il tempo necessario per la distruzione dei virus per scendere poi ai livelli normali. In questa seconda fase possiamo aiutare l'organismo a disperdere il calore.

Ora la pelle è calda, ci può essere sudore, la coscienza è obnubilata, i movimenti sono meno sicuri e un po' a scatto.

Con delle semplici spugnature o degli impacchi ai polpacci con acqua e aceto possiamo aiutare la dispersione di calore e togliere la congestione del capo.

Quando la febbre è scesa, ricompare l'appetito, e presto il bambino recupera ciò che aveva perso e spesso anche qualcosa in più; quando si supera in questo modo naturale un problema di salute, se ne esce rinvigoriti e appagati.

Queste malattie da raffreddamento sono autolimitanti e contrastano il nostro ottimismo terapeutico. L'esperienza farà acquisire alla persona di riferimento del bambino la sicurezza nel riconoscerle, spesso già con un giorno di anticipo. Il medico sarà sempre a disposizione in caso di dubbi o eventuali complicazioni.

Le tipiche malattie febbrili dell'infanzia sono oggi riconosciute come importanti occasioni di apprendimento per il nostro sistema immunitario, il nostro io biologico, che diventerà così capace di affrontare in maniera adeguata le sfide e minacce alla salute della vita futura.

(vedi anche Shwarz, Lancet, 2003).

## E SE A NATALE, SOTTO L'ALBERO, CI FOSSE UN VIDEOGIOCO?

articolo a cura di Roberta Naldi  
tratto da **Passaparola** N.4 a.s. 2005/06  
Newsletter della Scuola Steineriana  
Maria Garagnani di Bologna  
redazione@scuolasteineriana.org  
www.scuolasteineriana.org



**Teste decapitate da cui esce il sangue a fiotti**, coppie che prima si amano e poi si massacrano a suon di calci e pugni, uno spietato killer che spara a tutto ciò che si muove. Non si tratta di scene tratte da un film di infimo ordine, bensì di alcune delle immagini di videogiochi che circolano tra i ragazzi e che sono state presentate ad una platea ammutolita ed attonita durante la conferenza a 4 voci tenuta lo scorso 26 ottobre presso la sala polivalente della scuola da Bruno Sandkuhler, insegnante di Stoccarda, Angelo Fierro, medico antroposofa, Giovanna Bettini, psicoterapeuta antroposofa e Fiorenzo Marinelli, scienziato, conferenza intitolata “Incontro ravvicinato con una tecnologia animicamente invasiva: i videogiochi”. Non sono incoraggianti neppure i dati forniti da Bruno Sandkuhler sulla situazione della gioventù tedesca: 15 milioni di minori, di cui 5 con meno di 12 anni, giocano regolarmente a videogiochi violenti, da 5 a 30 ore alla settimana. Si tratta soprattutto di maschi, le femmine considerano questo tipo di videogioco noioso, ma anche questo sta cambiando e in America anche le ragazze stanno diventando violente. In contemporanea, in Germania si è abbassata l'età di chi commette atti criminali, la metà dei quali è perpetrata da minori.

“I videogiochi non sono l'unica fonte di questo fenomeno – puntualizza Bruno Sandkuhler – ma di certo uno dei fattori”. Essi, infatti, sia che siano violenti o no, sviluppano indifferenza verso la vita umana, mentre la coscienza di essere in un mondo virtuale porta a non assumersi responsabilità e a non avere colpe. “Ad esempio, il Pentagono ha ridotto della metà le spese di istruzione dei soldati americani perché sanno già combattere virtualmente attraverso i videogiochi quando arrivano ai corsi di guerra – racconta Bruno Sandkuhler – eppure gli stessi militari mandati in Iraq, che da dentro il carro armato con cui uccidevano vedevano l'esterno solo attraverso il monitor, non si rendevano conto di uccidere veramente ed erano raccapricciati quando uscivano e vedevano realmente ciò che avevano fatto”. Si perde il senso dell'empatia, si acquista o si fortifica invece la possibilità di agire subito, velocemente e tutto ciò crea abitudine, è come una droga, che

provoca danni misurabili allo sviluppo del cervello. “Davanti allo schermo televisivo l'occhio rimane aperto e imperturbabile, non partecipa alla visione, ma l'assorbe, mentre il battito cardiaco si riduce del 10% – continua Fiorenzo Marinelli – alterando così il ritmo del nostro orologio biologico, fatto sconvolgente e dagli effetti imprevedibili.”

Ben più ampie sono purtroppo le conseguenze. “Il videogioco è un reale attacco all'organizzazione dell'Io, massima espressione della nostra individualità, in quanto un altro Io si sovrappone al nostro e ciò comporta un indebolimento della nostra volontà, che viene manipolata. Si ostacola così il cammino dell'Io adulto verso la libertà. – dice Angelo Fierro – Non solo: anche la capacità di ricordare si affievolisce perché, affinché un atto s'imprima nella memoria, devo essere presente, altrimenti la memoria decade”.

Quello dei videogiochi è solo una delle forme dell'attacco alla dignità umana. “Viviamo in una sorta di laboratorio ambientale, da cui occorre elevarsi – dice Giovanna Bettini – in un'epoca in cui sono scomparse le categorie del bene e del male e si vive il tentativo dello svuotamento delle forze dell'anima, un vero e proprio attacco volto a far perdere l'interesse per il mondo, ciò sta portando al fiorire di malattie come l'ipocondria, le manie, la depressione”. Sempre più spesso questi attacchi minano alla base i primi quattro sensi, ossia quello della vita, del movimento, del tatto e dell'equilibrio e i bimbi sono sempre più affetti da labilità emotiva o da ipercinesismo. “Con la loro tutela, base per lo sviluppo dei sensi sociali – continua Giovanna Bettini – si difende la possibilità di creare una società multi-etnica, capace di rispettare e accettare la diversità”.

Che fare per cominciare ad arginare le conseguenze del vivere in questo laboratorio ambientale?

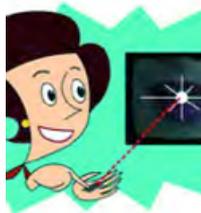
“Vietare l'uso dei videogiochi nella nostra società non è possibile, ma si può evitare di mettere il computer o la televisione nella camera dei figli. – consiglia Bruno Sandkuhler – Sembra ovvio, ma in Germania, ad esempio, è un'abitudine di circa il 70% delle famiglie. Inoltre, giocate coi vostri figli: oltre a darvi una conoscenza diretta del problema, vi permette di entrare in dialogo”.

## FA DAVVERO COSÌ MALE LA TV AI BAMBINI?

Articolo de LA STAMPA del 25 ottobre 2004

► E' da sempre che il dibattito sul consumo della televisione, soprattutto da parte dei bambini in età scolare, è al centro delle attenzioni delle scuole Waldorf di tutto il mondo. Spesso è portato anche nelle nostre classi, e sovente è difficile da rendere comprensibile a tutti.

Auspichiamo l'intervento di genitori, insegnanti e anche allievi della nostra scuola ormai "grandi" su questa tematica. Cominciamo con questo articolo de *La Stampa* del 2004, presente, appunto come sollecitazione al dibattito, anche sul sito della Federazione delle scuole Waldorf ([www.educazione-waldorf.it](http://www.educazione-waldorf.it)) nella pagina della "rassegna stampa"

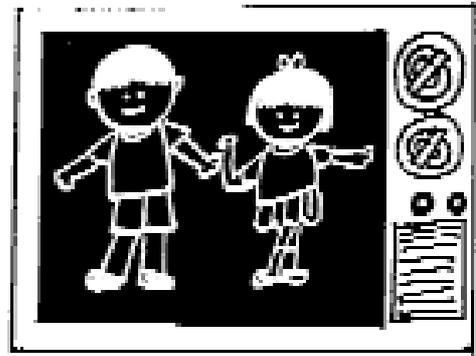


a cura di  
Guido Mapelli

### Uno studio sui neuroni del bambino La tv prima dei 3 anni causa danni al cervello

Roma

Secondo uno studio dell'American Academy of Pediatrics può addirittura portare un piccolo durante la sua crescita al cosiddetto "Attention Deficit Hyperactivity Disorder", in pratica un disturbo da deficit di attenzione con iperattività, definito dagli scienziati ADHD oppure ADD in UK. Ne è affetto il 12% dei bambini statunitensi, e questa condizione particolare ha cominciato a diffondersi negli States proprio durante gli ultimi cinquant'anni, guarda caso proprio con l'avvento della scatola magica dentro le nostre case. L'American Academy of Pediatrics ha preso in esame duemila bambini da uno a tre anni, li ha spiati, seguiti e analizzati e il risultato dello studio è stato inequivocabile: tutta colpa della Tv. Fra l'altro si tratterebbe di una ricerca molto importante anche perché dimostrerebbe per la prima volta che i neuroni del cervello di un bambino si sviluppano in maniera diversa se resta attaccato allo schermo per qualche ora al giorno. Sarebbe la velocità delle immagini che deformerebbe il suo senso della realtà. Il dottor Dimitri A. Christakis, direttore del Child Health Institute at Children's Hospital and Regional Medical Center, di Seattle, che ha condotto questa ricerca, sostiene che guardando la Tv si ricostruisce il cervello di un bambino. Il danno appare più evidente dai 7 anni quando il piccolo ha difficoltà a prestare attenzione a scuola. «Al contrario della vita quotidiana», dice Christakis, «il "passo" della Tv è molto accelerato rispetto alla realtà di tutti i giorni». Le immagini che un bimbo cattura nel suo cervello dagli schermi della scatola nera vanno troppo veloci e magari senza neppure una precisa connessione logica: «Così la loro rapidità diventa normale per quei bambini che



in realtà non sono più normali», aggiunge Christakis. Come disse Jane Healy, psicologa dell'infanzia, il problema è capire se il rumore insistente della tv in una casa può interferire con lo sviluppo dell'*inner speech*, la costruzione del discorso, il passaggio da quello che si sente dentro a quello che si esprime, dal quale un bambino impara a pensare attraverso i problemi, i progetti e la riflessione.

### Lo sviluppo cerebrale rischia di fermarsi.

Un bimbo che gioca con le sue dita ha il sistema neurale che gli viene proprio dal flettere, tirare e stirare ed esercitare quelle dita. La stessa cosa avviene per il cervello, che deve in pratica allenarsi nello stesso modo. Gli scienziati, però, ci spiegano pure che il cervello sviluppa un sistema unico dalla nascita ai tre anni. E se un bambino siede come ipnotizzato davanti a qualcosa, quelle vie neurali non si creano. Questo è l'importante sviluppo del cervello che rischia di fermarsi all'età di tre anni. Certo, sembra impossibile che qualcosa di così innocente come anche solo un programma educativo della tv possa nuocere tanto. «Non riesci a pensarlo», dice Claire Eaton, 27 anni, da Lewisham, Australia, al giornalista Jean Lotus che ha costruito un lungo servizio sull'ADHD. «Basta davvero una mezz'ora di pace e di quiete in casa per creare dei problemi al futuro di tuo figlio?».

### I danni si riscontrano all'età di 7 anni

Possono genitori che si servono di video come «Baby Einstein» e «Teletubbies» portare i loro figli al rischio di una vita passata nelle «Classi speciali» o a riempirsi di Ritalin, che è un calmante tipo Tabor da somministrare ai più piccoli? Nella sua ricerca condotta su duemila bambini, Christakis ha trovato che per ogni ora passata alla Tv nell'età compresa fra uno e tre

anni, i soggetti più piccoli hanno quasi il dieci per cento in più di probabilità di sviluppare problemi di attenzione che possono essere diagnosticati all'età di 7 anni come ADHD. Un bimbo ai primi passi che invece si puppa tre ore di televisione al giorno ha il 30% in più di probabilità di avere seri difficoltà a scuola.

### Insomnia e ritardo nel linguaggio.

Come si manifesta nelle sue forme più elementari questa malattia? Un esempio potrebbe essere quello di M., un bambino di dieci anni. Dai dati anamnestici si rivelano: l'assenza di problemi antecedenti familiari per problemi di linguaggio o di apprendimento; la presenza, nei primi periodi della sua vita, di un sonno irregolare con frequenti risvegli notturni. Le tappe dello sviluppo motorio sono risultate nei limiti della norma, mentre si è evidenziato un ritardo nello sviluppo del linguaggio, con lieve compromissione sia delle componenti fonologiche che di quelle semantiche e sintattiche. Con l'ingresso nella scuola elementare il bambino ha manifestato ritardo nell'apprendimento di lettura e scrittura. Frequenta regolarmente la quinta elementare, ma con uno scarso rendimento scolastico, per la presenza di cadute soprattutto nella capacità di rievocazione di racconti, di attenzione e concentrazione durante lo studio, nel ragionamento logico e nell'esecuzione dei problemi. Secondo genitori e insegnanti, il bambino ha sempre presentato difficoltà a portare avanti da solo i compiti assegnati e una tendenza a «non stare a sentire».



Compera  
Temi  
Desidera

Immagine tratta da  
[www.waldorfhomeschoolers.com/media.htm](http://www.waldorfhomeschoolers.com/media.htm)

Esci dalla scatola!  
Immagine tratta da  
[www.whitedot.mistral.co.uk/turnoff.html](http://www.whitedot.mistral.co.uk/turnoff.html)

### Esistono altri modi per distrarre i figli.

Il 26% dei bambini americani ha una Tv nella sua stanza, e il 36% delle famiglie americane lascia la Tv accesa quasi tutto il tempo, anche quando non c'è nessuno a guardarla. Eppure le buone notizie vengono dalla medicina: in realtà i bambini più piccoli non hanno nessun bisogno di una Tv per distrarsi, come dimostra non solo la nostra storia visto che fino a 50 anni fa siamo riusciti a farne a meno. «Il tuo bambino può crescere benissimo imparando a vivere con se stesso o a giocare sotto la tua supervisione», scrive Jean Lotus nella sua inchiesta. Lasciare i bambini da soli con la Tv non è proprio una bella idea, dice invece Nancy Hall della Yale University's Bush Center in Child Development and Social Policy. «Ti sentiresti davvero di far passare il tempo di tuo figlio assieme a una baby sitter così speciale come il set di una televisione?».

### Una malattia cresciuta insieme alla televisione.

#### Conclusioni

Questa malattia colpisce il 12% dei bambini americani in età scolastica ed è cresciuta drammaticamente negli ultimi cinquant'anni. Altre ricerche avevano già dimostrato che l'ADHD era aumentata di pari passo con l'avvento della Tv nelle nostre case, a partire dagli anni 50, e che si era impennata ancora di più a partire dagli anni 80, quando sono arrivati di moda i registratori e i video per bambini. Sappiamo che la malattia è anche genetica, ma gli scienziati hanno notato che è trasversale a tutte le classi sociali, che colpisce indifferentemente senza distinzioni di reddito e cultura, e che potrebbe esserci forse una causa unica legata al suo espandersi. Quest'ultima ricerca potrebbe aver risposto a questa domanda: guardar la Tv per i bambini sarebbe un pericolo.

E' interessante il dibattito sull'influenza della televisione sul sito [www.waldorfhomeschoolers.com/media.htm](http://www.waldorfhomeschoolers.com/media.htm), in inglese, dove campagne di sensibilizzazione e dibattiti tengono vivo il tema, con ironia, competenza e passione, sia tramite collegamenti ad altri siti con iniziative simili e forum, che, anche se ormai datato, offre parecchie riflessioni. Un link indirizza a [www.whitedot.mistral.co.uk/turnoff.html](http://www.whitedot.mistral.co.uk/turnoff.html), dove si lancia una campagna di affissioni di manifestini scaricabili da appendere ovunque.

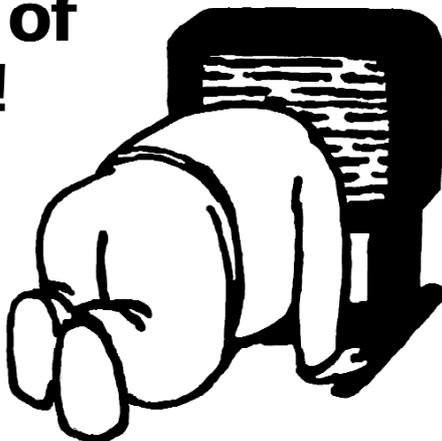
## Get Out of the Box!

TV Turnoff Week  
21-27 April 2003



White Dot

the international campaign against television [www.whitedot.org](http://www.whitedot.org)



Waldorf è...

## L'EMPORIO WALDORF

Eduardo Costagliola, genitore

Nello scorso aprile alcuni genitori della scuola hanno dato vita ad un emporio alimentare, che si ispira ai "Gruppi d'Acquisto Solidale" (GAS), nati con l'esigenza di realizzare consumi coscienti e come opposizione alla globalizzazione.

Se riflettiamo che ogni prodotto giunge sulla nostra tavola dopo un gran numero (anche 6 o 7) di passaggi e che è sempre più difficoltoso rintracciare e riconoscere il produttore, comprendiamo l'importanza di organizzarsi come consumatori e metterci nelle condizioni di operare scelte coscienti.

Per quanto riguarda i prodotti alimentari, si cerca di diffondere quelli provenienti da coltivazione biologica e biodinamica, ottenuti nel profondo rispetto della natura e delle sue leggi. Inoltre scegliere prodotti locali significa ridurre l'inquinamento, il consumo di energia ed il traffico per il trasporto della merce. Questa scelta è un modo per diminuire il nostro "carico ambientale".

Dovendo viaggiare meno gli alimenti possono giungere più freschi sulle nostre tavole e quindi non richiedere conservanti.

Potendo acquistare direttamente dai produttori o gestendo direttamente i rapporti con i distributori, diventa molto più semplice richiedere garanzie e definire le caratteristiche dei prodotti che si vogliono acquistare, mettendo insieme le conoscenze e le esperienze di ciascuno.

Crediamo sia importante sviluppare un'atteggiamento critico operando scelte in base a criteri stabiliti dai gruppi di acquisto e non imposti da pubblicità o dal mercato, con la consapevolezza che i consumatori scegliendo, attivano risorse umane e possono evitare esclusioni di fasce sociali.

A tal scopo presso l'emporio si distribuiscono prodotti del "commercio equo e solidale" provenienti dal Sud del mondo.

Il nostro gruppo ha scelto di devolvere una parte delle entrate dell'emporio in favore e per il sostegno della scuola.

Acquistando i prodotti del nostro emporio il socio contribuisce quindi direttamente a dare un sostegno sia alla scuola che a questa iniziativa.

**Per informazioni sui gruppi di acquisto in Italia è possibile consultare il sito [www.retegas.org](http://www.retegas.org) o il bollettino *Bogar*.**

**Chiunque desideri ricevere *Bogar*, potrà farne richiesta a: CoCoRiCò presso Saroldi, Corso Turati 25/5, 10128 Torino, [cocorico@inrete.it](mailto:cocorico@inrete.it).**



## Emporio Waldorf

prodotti provenienti da agricoltura biologica e biodinamica, commercio Equo e Solidale, laboratorio artigianale

Palermo  
via A. Inveges 15  
tel. 334 1653205  
**orari di apertura**  
lunedì: 16 - 20  
martedì: 8 - 20  
mercoledì: 8 - 14  
sabato: 9 - 13

## LE ATTIVITÀ DI DODECAEDRO ASSOCIAZIONE PER LO SVILUPPO DELLE ATTIVITÀ ANTROPOSOFICHE

Dall'iniziativa di genitori di ex-allievi e di amici della scuola è nata nel gennaio di due anni fa, l'associazione Dodecaedro.

L'intenzione è di valorizzare i molti aspetti che si collegano a ciò che ispira la scuola Waldorf, e soprattutto di sostenere la scuola, sia dal punto di vista culturale che economico.

L'esistente "Associazione Libera Scuola Waldorf" conduce l'impegnativo compito della gestione della scuola, e l'adesione a essa è riservata agli insegnanti e ai genitori di bambini che frequentano la scuola. Dodecaedro si offre come strumento di partecipazione e sostegno. Abbiamo organizzato nella primavera del 2004 un laboratorio di marionette, guidato dalla maestra Charlette Fallè e il seminario "Travelling 'round England" con la maestra Camilla Maggi.

Il seminario "Conoscere i temperamenti umani attraverso il modellaggio della creta" con lo scultore, terapeuta artistico e insegnante Giuseppe Greco ha visto la partecipazione di molti giovani artisti.

Lo scorso autunno il maestro Stefano Salvini ha condotto il vivace seminario: "Leggere il ritmo e cantare il pentagramma".

La buona riuscita dei seminari ci ha consentito di aiutare economicamente la scuola.

E' ora in preparazione un ciclo di conferenze su medicina, alimentazione e pedagogia.

Si è avviata un'attività editoriale (con regolare iscrizione all'Albo degli Editori della provincia di Palermo) con la pubblicazione di due libri per l'infanzia, nati come frutto dell'esperienza e della competenza di una maestra.

Il primo come strumento didattico dedicato alla lettura nelle prime classi della scuola Waldorf, il secondo racconta una fiaba illustrata (vedi scheda nella pag. a fianco).

I contatti stabiliti con altre scuole Waldorf italiane ci consentono di programmare una collaborazione nel campo editoriale con la realizzazione di libri per l'infanzia o di tipo pedagogico/scientifico.

Dall'incontro del 6 febbraio 2006 con i Genitori Fiduciari della scuola di Palermo è nato anche il progetto della pubblicazione di testi musicali e di un'agenda "Waldorf". Abbiamo richiesto e ottenuto l'ammissione all'Albo degli operatori culturali del Comune di Palermo, e anche in questo campo si possono stabilire collaborazioni con la scuola.

Già da quattro anni si è avviato nella Scuola Waldorf di Palermo un lavoro per la formazione della scuola superiore, continuando il ciclo con una IX classe e poi proseguendo fino alla XII.

Dall'iniziale gruppo di studio è nato l'impegno diretto di alcuni genitori con la frequenza di un seminario di formazione per insegnanti di scuola superiore a Oriago (Venezia) che è ormai alla conclusione. E' insomma possibile una progettazione concreta dell'ampliamento della scuola.

Fra le esigenze vi sarà quella di creare i laboratori di chimica e fisica, necessari sin dalla IX e X classe. Nell'intento di fornire un aiuto pratico in questo processo di crescita della scuola alcuni dei soci di Dodecaedro, che sono per l'appunto tra i frequentatori del seminario, si stanno occupando di creare gli strumenti di laboratorio iniziando a reperire e/o realizzare il primo banco per la chimica corredandolo di sostanze, *beute*, *becher* ecc.

Vi invitiamo ad aderire a Dodecaedro per portare un contributo di forze e di idee per realizzarne gli intenti. Incontriamoci nel fare!

Per contatti e informazioni:  
Eduardo Costagliola tel. 3484422108,  
Luisa Testa 091582055, Rosaria Ruberto 3393390158.

Waldorf è...  
pensieri,  
lettere,  
appuntamento,  
edizioni

i libri sono  
disponibili presso la  
segreteria  
della scuola  
tel. 091 226208

per scrivere  
alla redazione:  
**Libera Scuola  
Waldorf**  
90145 Palermo,  
via F. Parlatore 20  
scuolawaldorfpalermo  
@hotmail.com

## ▶ Nelle scuole Waldorf di tutto il mondo l'evento del Bazar ha un posto di rilievo.

I due Bazar della nostra scuola si svolgono con regolarità e puntualità ogni anno: quello di Natale la prima domenica di Avvento, quello di Pasqua il sabato prima della domenica delle Palme. È la manifestazione più attesa e partecipata da piccoli e grandi, ed è anche l'occasione per "aprirsi" alla città, accogliendo così suggestioni, punti di vista, simpatie e la visita di amici da tutta la Sicilia.

Il Bazar è costruito con il lavoro donato dai genitori, dai maestri e a volte anche dagli alunni; oltre alla mostra pedagogica, occasione sempre utile per guardare i lavori e i quaderni dei bambini e parlare con i maestri, si possono: acquistare libri sulla pedagogia, sull'arte, fiabe; assistere a spettacoli di marionette, concerti, racconti; partecipare a laboratori di candele di cera d'api, di aquiloni, di pittura su stoffa, di levigatura di minerali; acquistare manufatti realizzati dai genitori come le bambole, giochi da tavola, giochi di legno, gnomi e fate, il tutto realizzato con materiali coerenti con la nostra pedagogia, come pura lana, feltro, cera d'api, legno. Inoltre la durata del Bazar è allietata dalla presenza di un ricco buffet dolce e salato, organizzato dai genitori. In occasione dei due Bazar laboratori, oggetti e buffet subiscono variazioni legate al momento: a Natale saranno presenti presepi di lana, di panno, di legno, decorazioni e dolci natalizi; a Pasqua uova decorate in modo prezioso, laboratori di "pupa cu l'ova" e pecorelle di martorana.

Il ricavato del Bazar viene, di volta in volta, destinato ai bisogni o progetti della scuola, che vengono così soddisfatti attraverso un "movimento sano" legato alla donazione.

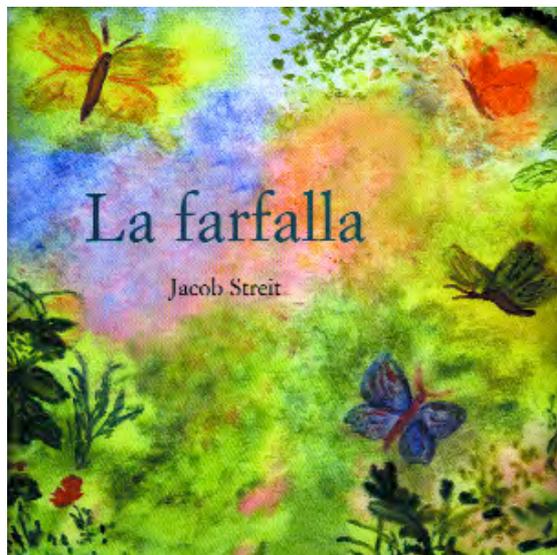
Quest'anno una parte del Bazar di Natale è andato in "trasferta", siamo stati accolti dalla scuola Waldorf di Milano di via Pini. L'iniziativa è nata grazie alla nostra maestra di IV classe che insieme a un bel gruppo di genitori ha organizzato laboratori dove si sono realizzati, confezionati e impacchettati specialità gastronomiche della nostra isola: olio aromatizzato, capperi di Pantelleria, pomodori secchi, conserve, frutta di martorana, marmellate di agrumi, buccellati.

Il tutto è stato condotto con grande gioia, partecipazione e anche con fatica, il 99% dei prodotti è stato donato dai genitori. A Milano siamo stati accolti con grande calore e disponibilità, c'è stata una grande partecipazione e sensibilizzazione rispetto alla nostra presenza, lo stand è stato allestito e curato da due nostri genitori e dalle affettuose cure dei nostri amici milanesi. Il risultato è stato davvero unico: tutto è stato venduto.

Ancora una volta ringraziamo la scuola di Milano per averci dato la possibilità di attraversare il ponte dell'amicizia, della fratellanza e del mutuo rispetto.

L'importanza del Bazar è così, oltre all'aspetto economico, un modo per coltivare il senso sociale attraverso il lavoro di preparazione e di organizzazione e il momento ideale per muoversi nella libertà di sentimenti e di azioni.

*La commissione bazar*



## EDIZIONI

### LA FARFALLA

Jacob Streit

illustrazioni di Sabrina Cascino

Edizioni Libera scuola Waldorf

*"C'era una volta una farfalla che volava stancamente su di un prato. Una pioggia sottile cadeva dal cielo e bagna la sua veste variopinta. La sue ali si fecero pesanti ed essa cadde fra le erbe, sul freddo del suolo. Quasi tutta la polvere di sole era stata lavata via dalle sue ali..."*

Questo è il primo libro di fiabe edito dalla nostra associazione in collaborazione con l'associazione Dodecaedro, disponibile in vendita nei bazar di Pasqua e Natale, e presso la segreteria della scuola. Lo raccomandiamo a tutti i bambini (e a tutti i genitori).

## APPUNTAMENTI

*Gruppo Medico Antroposofico Siciliano*

### La biografia umana nei primi tre settenni in relazione a salute e malattia

17 e 18 marzo 2006

Seminario a cura del dott. Robert Gorter

Si porrà attenzione allo sviluppo del bambino nei primi tre settenni con lo studio dei differenti aspetti della biografia delle sue sfide e delle sue possibilità di sviluppo. Saranno trattate le cause di malattia nella prima infanzia ed i loro riflessi nell'età adulta.

Robert Gorter, medico antroposofico, dal 1973 è professore alla University of California di San Francisco e alla University of the Western Cape di Cape Town. È direttore dell'Istituto Internazionale per la ricerca Oncologica e Immunologica e fondatore della Scuola di Arteterapia di Firenze insieme a Fiorenza De Angelis

**Per informazioni e prenotazioni tel. 091 320317**

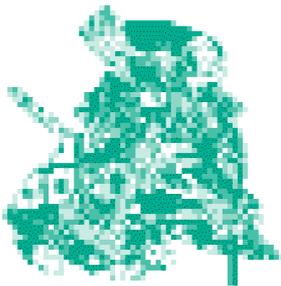
Sede del seminario: Agorà, Associazione Discipline Olistiche Palermo, via Dante 153.

## I BASTONCINI DEL PARADISO

Dalla tradizione zen



▶ Racconto a cura del Maestro Andrea Scicchitani della Libera Scuola Rudolf Steiner di Milano, tratto da "In formazione", *periodico di comunicazione tra maestri, allievi, genitori, amici* estate 2005



Un valoroso samurai, racconta una leggenda giapponese, morì dopo una lunga ed eroica vita. Arrivato nell'aldilà fu subito destinato al paradiso. Ma il samurai era un tipo pieno di curiosità e chiese di poter fare prima una capatina nell'inferno. "Sapendo com'è – disse – potrò apprezzare di più la felicità che mi attende".

Naturalmente fu accontentato e un angelo lo condusse all'inferno.

Si trovò in un vastissimo salone che aveva al centro una tavola di cui non si vedeva la fine.

La tavola era imbandita con piatti colmi di pietanze succulente e di golosità inimmaginabili, ma i commensali che sedevano tutt'intorno erano smunti, pallidi e scheletrici da far pietà.

"Com'è possibile?", chiese il samurai alla sua guida. "Con tutto quel ben di Dio davanti."

"Vedi, quando arrivano qui, ricevono tutti due bastoncini, quelli che noi usiamo come posate per mangiare.

Solo che sono lunghi più di un metro e devono essere rigorosamente impugnate a una sola estremità: solo così possono portarsi il cibo alla bocca."

Il samurai rabbrivì. Era terribile la punizione di quei poveretti che, per quanti sforzi facessero, non riuscivano a mettersi neppure una briciola sotto i denti: con quei lunghissimi bastoncini era veramente impossibile.

Il samurai non volle vedere altro e chiese di andare subito in paradiso.

Qui lo attendeva una sorpresa: il paradiso era un salone identico a quello dell'inferno.

E dentro al salone c'era la stessa immensa tavolata di gente. Sul tavolo, aureolate di profumini deliziosi, facevano bella mostra pietanze e portate appetitose. Non solo: tutti i commensali erano muniti di bastoncini lunghi oltre un metro e che potevano essere impugnati solo a un'estremità per portare il cibo alla bocca, secondo il costume orientale.

C'era soltanto una differenza. La gente intorno al tavolo era allegra, ben pasciuta, sprizzante gioia.

"Ma com'è possibile?", chiese il samurai.

"All'inferno ognuno si affanna ad afferrare il cibo e portarlo alla propria bocca, perché si sono sempre comportati così nella vita. Qui, al contrario, ciascuno prende il cibo con i bastoncini e poi si preoccupa di imboccare il proprio vicino."

