



## I NOSTRI CONSIGLI!



### INIZIAMO CON IL SORRISO!

Il Natale è gioia e affetto, perciò preparati a viverlo al meglio insieme alla tua famiglia. Oggi, tutti regalate un sorriso alle persone che incontrate.



### QUESTA SERA: TÈ O TISANA CALDA!

Scegli un momento tranquillo da vivere con i più piccoli, e gustate insieme un tè o una tisana immersi in una calda atmosfera che profuma già di Natale.

**Il dono nel calzino:** inserisci le bustine delle vostre tisane o una spezia per renderle speciali.



### PREPARIAMO LE PALLINE PER GLI UCCELLINI!

Prenditi cura anche della natura attorno a te: prepara con i bambini le palline di semi per gli uccellini e aiutali a nutrirsi nel periodo invernale! Metti in una ciotola dei semi (di girasole, zucca o lino) e dei cereali (miglio o farina di mais), qualche cucchiaino di zucchero, della frutta secca tritata e una mela tagliata a pezzetti. Aggiungi agli ingredienti la margarina, impasta il composto e crea le palline da lasciare sul davanzale.

**Il dono nel calzino:** aggiungi qualche semino che servirà a preparare le palline. Sarà una bellissima sorpresa per i più piccoli.



### CREIAMO DEI SEGNALIBRI SOSTENIBILI!

Scegli con i tuoi bambini alcuni dei loro vecchi disegni e insieme incollateli su un cartoncino (meglio se recuperato da una confezione, scatola etc.). Tagliateli a strisce per creare tanti segnalibri diversi, che potrete donare ai compagni di scuola dei bambini, o alla biblioteca del vostro quartiere.



### GIORNATA DEL GRAZIE!

Che bello donare felicità! Scrivi insieme ai bambini dei bigliettini, o dei semplici messaggi, con cui ringraziare ogni persona della famiglia per qualcosa che fa.



### TELEFONATA A SORPRESA!

Il periodo natalizio porta anche stupore e meraviglia! Sorprendi qualcuno che non senti da un po' con una telefonata: ricevere il saluto della tua famiglia riunita sarà un dono emozionante.



### **SERATA GIOCO DA TAVOLO**

Regala alla tua famiglia un tempo per stare insieme e divertirsi! Scegliete insieme il vostro gioco da tavolo preferito, o createne uno per l'occasione.

**Il dono nel calzino:** inserisci i dadi che serviranno al vostro gioco.



### **È IL MOMENTO DI FARE L'ALBERO!**

Si può decorare l'albero in modo sostenibile? Certo! Scegli un'illuminazione a led per consumare meno energia e, con i tuoi bambini, realizza gli addobbi recuperando materiali che avete in casa. Libera la tua creatività per un albero di Natale originale, unico, sorprendente!

**Il dono nel calzino:** crea una decorazione con materiali di riciclo, sarà la prima da appendere all'albero.



### **LEGGIAMO UN LIBRO!**

C'era una volta ... il Natale! Leggi con i più piccoli un bel libro a tema e lasciatevi trasportare nella magia di questa festa.

Il nostro consiglio? Il pacchetto rosso di L. Wolfsgruber, Edizioni Arka!



### **SISTEMIAMO L'ARMADIO!**

Anche riordinare l'armadio e i giocattoli può diventare un momento divertente e prezioso per stare insieme: scegli con i tuoi bambini le cose che non usate più, portatele a qualche associazione benefica e trasformatele in veri doni per gli altri.



### **FACCIAMO LA GHIRLANDA DI NATALE!**

Toc, toc, il Natale bussa alla porta ... accoglilo con una ghirlanda realizzata insieme ai bambini, con pigne, rami raccolti durante una passeggiata, fettine di arancia essiccata e materiali di riciclo.

Il dono nel calzino: inserisci alcune bacche di anice stellato che daranno bellezza e profumo alla vostra ghirlanda.



### **PENSIAMO AI REGALI!**

Passa del tempo in famiglia, e insieme pensate a come fare dei regali "non convenzionali" e sostenibili: decorazioni e oggetti fatti da voi; del miele o altri prodotti naturali comprati da aziende e realtà locali; un pacchetto regalo green (adozione di un alveare, piantumazione di un albero, ...), ...



### **SCRIVIAMO LA LETTERA PER BABBO NATALE!**

"Caro Babbo Natale, vorrei per regalo ..." E se invece delle sole richieste, quest'anno scrivessi con i tuoi bambini una lettera diversa? Un modo simpatico che può aiutare grandi e piccoli a parlare di sé e ad esprimere desideri più profondi e meno materiali. Ecco alcune idee per te:

LETTERA PER GLI ALTRI "Caro Babbo Natale, quest'anno vorrei per la mia mamma/ il mio papà/ i miei nonni/il mio miglior amico ..."

LETTERA DEI SOGNI "Caro Babbo Natale con mamma e papà, mi piacerebbe fare/ imparare/andare a ..."

LETTERA MI RACCONTO "Caro Babbo Natale, quest'anno mi sento/ho fatto/ho scoperto ..."



### **DECORIAMO LA CARTA DA REGALO!**

Prepara con tutta la famiglia le carte per confezionare i regali. Decora, ad esempio, la comune carta da pacchi con timbri colorati ricavati intagliando le patate, oppure utilizza ritagli di riviste e giornali che hai in casa, scrivi dediche e pensieri e tanto altro.

**Il dono nel calzino:** inserisci dei colori per decorare (in tubetto, matite, penne, ...).



### **IMPACCHETTIAMO I REGALI!**

Per impacchettare i regali organizza una vera caccia al tesoro in casa con i più piccoli, alla ricerca di carte, sacchetti, nastri, decorazioni che possono essere riutilizzate per confezionare i vostri doni.

**Il dono nel calzino:** inserisci dei cartellini chiudi-pacco per completare i regali impacchettati.



### **FACCIAMO LA LISTA DELLA SPESA!**

Anche la cena della Vigilia e il pranzo di Natale possono essere occasioni per pensare all'ambiente intorno a te. Come? Scegli con cura gli ingredienti delle tue ricette: naturali, di stagione, meglio se locali. E quando andrai ad acquistarli, ricorda di prestare attenzione anche agli imballaggi.

Organizzare la spesa con i più piccoli diventa così un'occasione di scoperta e di apprendimento. Un tempo di qualità da passare insieme!

[Scopri qui tante ricette di stagione perfette per le feste.](#)



### **FACCIAMO UNA PASSEGGIATA!**

Oggi vivi con i tuoi cari il tempo dell'attesa. Stacca dalla routine quotidiana e, tutti insieme, godete l'atmosfera di Natale con una passeggiata per ammirare la bellezza della natura, scoprire le decorazioni della città, o partecipare a qualche evento per la famiglia!

**Il dono nel calzino:** inserisci della frutta secca come spezza-fame da mangiare durante o dopo la passeggiata.



### **PREPARIAMO LE DECORAZIONI PER LA TAVOLA DI NATALE!**

Insieme ai tuoi bambini pensa a come decorare la tavola di Natale con elementi naturali: pigne, bacche, rami, foglie e spezie aggiungeranno il giusto tocco di magia alle tue feste.



### **CREIAMO I BIGLIETTI DI AUGURI!**

Per i tuoi auguri di Natale non acquistare biglietti ma creali a mano con i tuoi bambini. Sarà un modo per prendersi un po' di tempo in famiglia, per riutilizzare materiali che avete già in casa e per creare un dono originale e personalizzato per tutti i vostri cari.



### **CREIAMO I BIGLIETTI DI AUGURI!**

Profumati, facili, buoni: [prova questa ricetta](#) per preparare insieme ai più piccoli un momento speciale tutto da gustare!

**Il dono nel calzino:** inserisci un sacchetto con la noce moscata in seme. Grattugiarla e sentirne il profumo sarà un'esperienza bellissima da condividere con i tuoi bambini.



### **UN PENSIERO PER I VICINI!**

Perché non portare ai vicini di casa un po' dei biscotti preparati il giorno precedente? Una sorpresa, un regalo, un momento da condividere, magari con una buonissima merenda insieme!



### **CIAK SI GIRA!**

Porta il tuo pensiero di Natale in tutto il mondo! Riunisci la tua famiglia e insieme divertitevi a girare un video di auguri da inviare alle persone lontane che non potete incontrare e abbracciare durante le feste.



### **PREPARIAMO UNA TORTA!**

Ci siamo, il Natale è sempre più vicino e possiamo già sentirne il profumo nell'aria! Insieme ai più piccoli prepara allora un dolce caldo e goloso da gustare a colazione... e magari lasciatene un assaggio anche per quando arriverà Babbo Natale!

Il nostro consiglio? [Prova questa ricetta super golosa.](#)



### **IL MIO DONO PER TE!**

Vivi con la tua famiglia questo momento di magia: se è tradizione della tua famiglia, scambiatevi i regali già la vigilia di Natale, altrimenti preparate insieme i dettagli che rendono speciale gli ultimi istanti di attesa e che, al risveglio domani, donino a grandi e piccoli tanto amore, felicità e una grande festa!

**Il dono nel calzino:** inserisci come dono un augurio e un pensiero dedicati a ciascuno dei tuoi cari.



### **BUON NATALE!**

Il Natale è la festa dell'amore, della famiglia, della speranza, dello stare insieme. Se riempirai questo giorno con pensieri e gesti di felicità e di affetto, non avrai bisogno di nient'altro e sarà il Natale più bello di sempre.