

Tiziana Capocaccia

# MARILENA LUNAPIENA



Titolo: Marilena Lunapiena

Testi e illustrazioni di

Tiziana Capocaccia

\*\*\*

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

sui social mi trovi come @favolazione

Cari genitori e cari insegnanti,

Aspettare il tempo giusto.

Questa è una di quelle cose che oggi non si sanno fare quasi più.

È la società della velocità.

Le informazioni viaggiano velocissime. Vogliamo i cibi tutto l'anno indipendentemente dal loro periodo.

Si è persa la stagionalità delle cose. Facciamo maturare in fretta i frutti e le verdure con le serre.

Siamo bombardati di informazioni, le nuove generazioni lo sono fin dalla tenerissima età, certo valutiamo anche il lato positivo: gli stimoli intellettivi sono molto elevati e le menti dei bambini se ne giovano, tutta via ogni cosa ha un prezzo. Qualcosa, inevitabilmente si perde.

Si perde la capacità di saper aspettare. I bambini non ce l'hanno. I bimbi piccoli, piccoli quando hanno fame

gridano finché non viene dato loro del cibo. Hanno bisogno di tempo per imparare l'attesa. È una grande fatica saper aspettare, implica il tollerare la frustrazione.

Questa iniziale "frustrazione" può con il tempo diventare uno spazio positivo, un momento per prepararsi a quello che stiamo aspettando. È bello saper apprezzare il momento del desiderio.

L'attesa di qualcosa di importante è necessaria per prepararsi ad accogliere il nuovo.

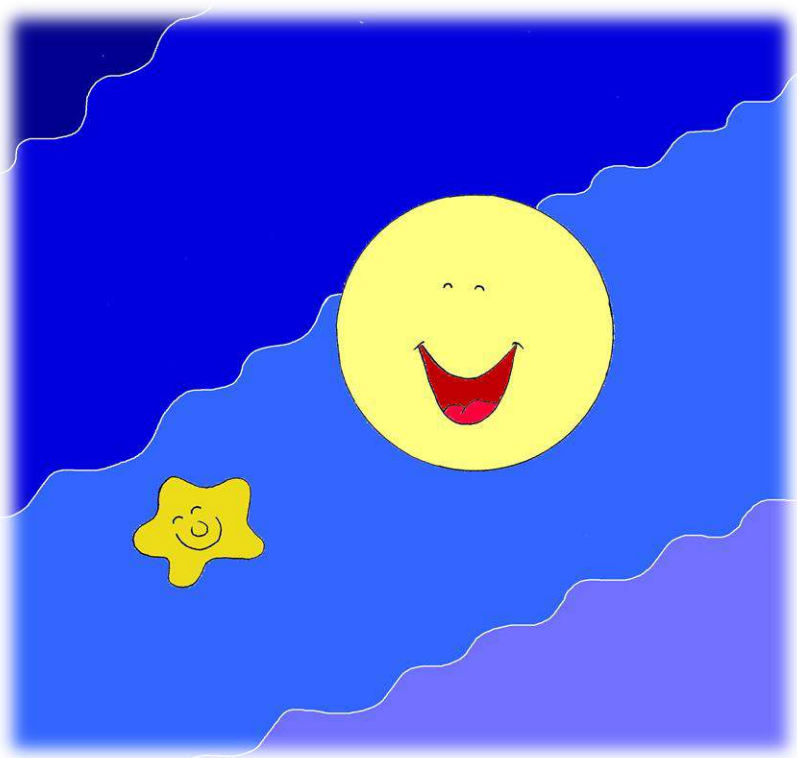
Oggi rischiamo di non riuscire ad insegnare col nostro esempio tutto questo ai bambini, perché lo stiamo disimparando nella società del tutto-e-subito.

Quella di Marilena è un invito a riprendersi il tempo. Tempo per sé, tempo per prendere consapevolezza, tempo per lasciar sedimentare e raccogliere al momento giusto. Ogni cambiamento importante ha bisogno di tempo, un tempo evolutivo necessario a

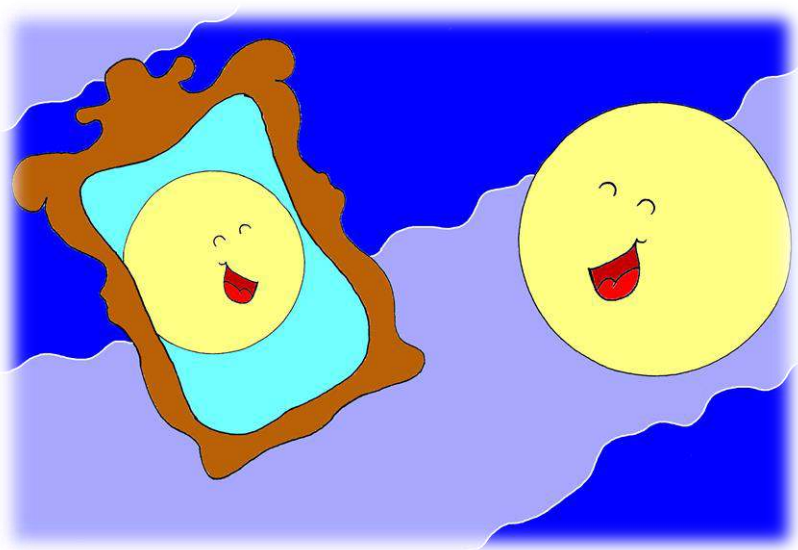
crescere. Questo vale per tutti, per i bambini e per i grandi.

# MARILENA LUNAPIENA

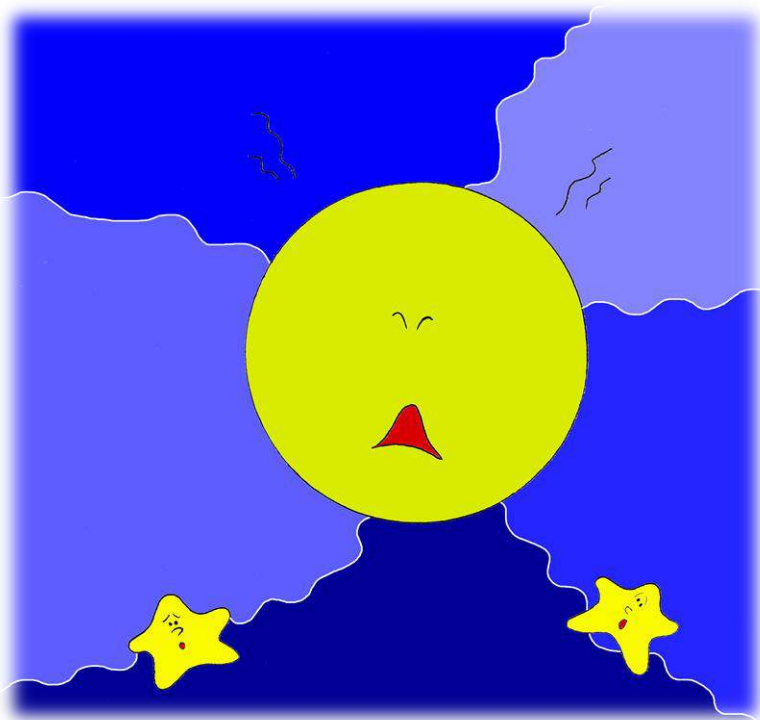
Marilena Lunapiena si sente proprio  
fiera.



Pensa di essere proprio bella, è molto  
vanitosa.



Se qualcuno le dice che la Luna cambia forma, si arrabbia molto!



Si sa, però, che la Luna cresce, cresce e diventa piena e poi cala, cala fino a sparire dal cielo per poi farvi ritorno rinascendo.

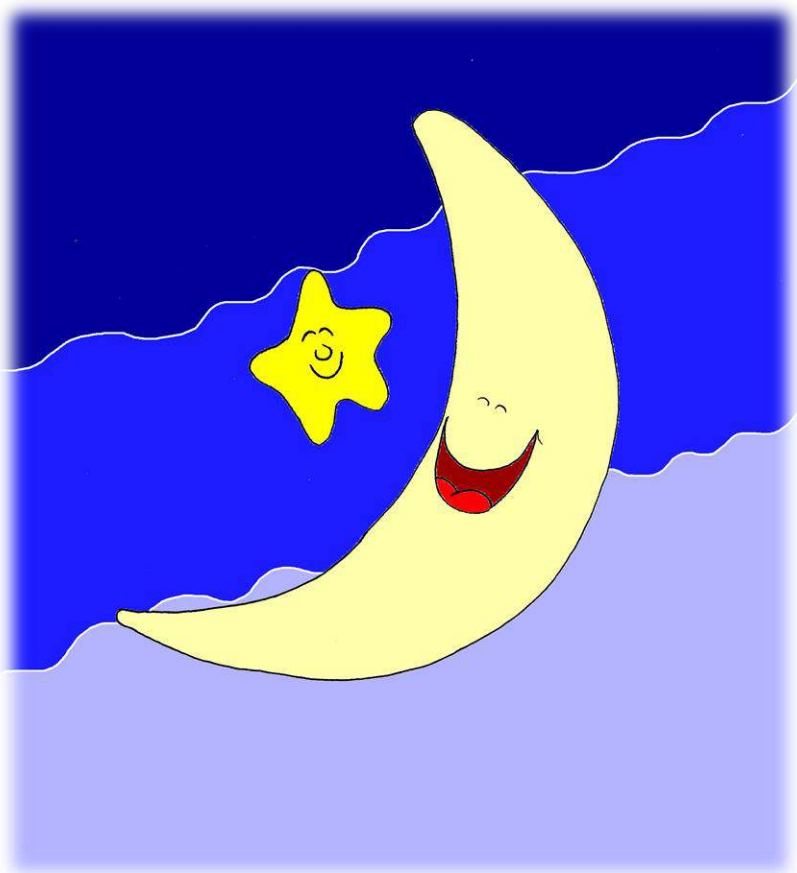


Marilena non ci sta, vuol essere sempre in piena forma, ma così non va!

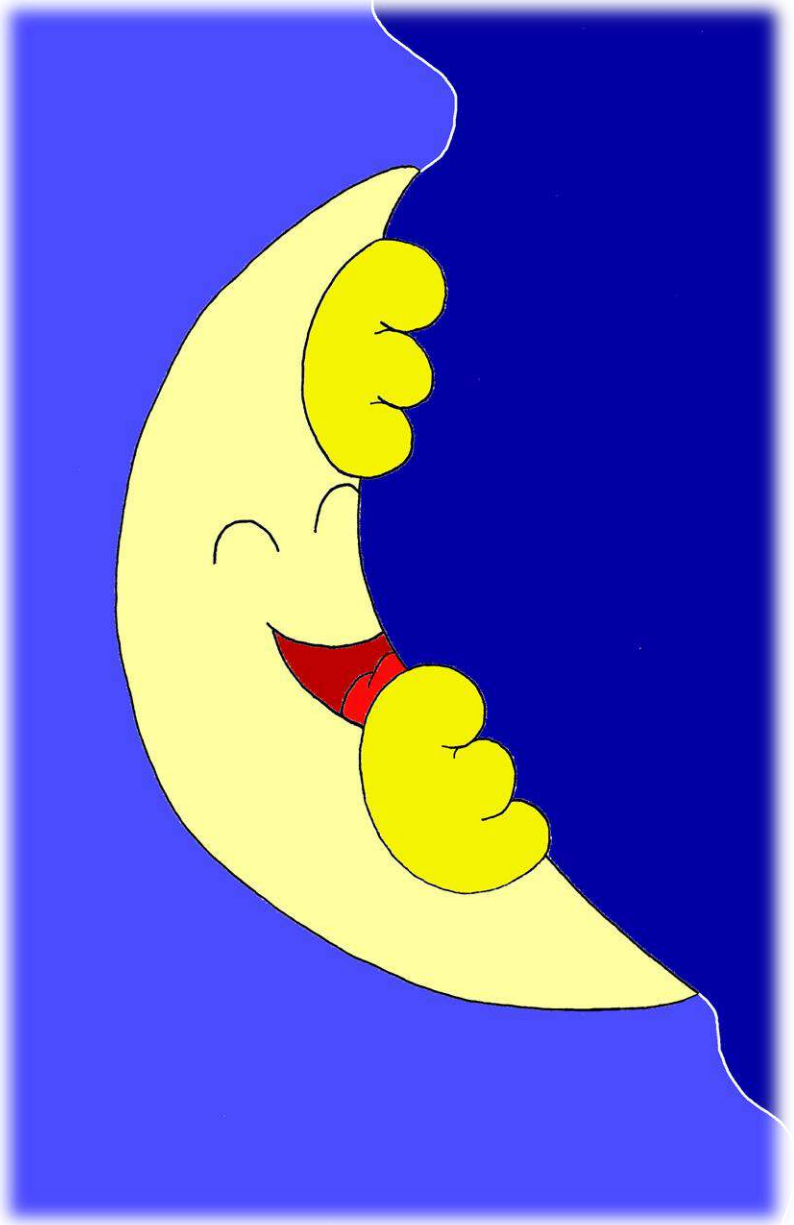


Ci vuole il tempo giusto per le cose, c'è in tempo per essere piccina, piccina e crescere piano, piano.

Un tempo per essere bella tonda, in piena  
forma e, poi, un tempo per ridiventare  
piccina fino a sparire.



Marilena impara con il tempo che è importante saper aspettare il momento giusto per ogni cosa, godendo quello che ogni giorno capita di bello!



E poi lo volete sapere un segreto?

La luna non diventa piccola davvero, si nasconde nel cielo, fa capolino e ne vediamo una fetta.

Tutta contenta dal suo nascondino ci guarda dall'alto del cielo e dice: "CIAO BAMBINI!".



Come ti senti quando devi aspettare per avere qualcosa che desideri?

Forse ti capita di sentirti in due modi:

Da un lato vorresti che arrivasse subito, quindi sei scontento di dover aspettare.

Dall'altro però è bello aspettare una cosa bella, perché si prova l'entusiasmo del desiderio.

Quando ero bambina certe volte temevo che se non si avveravano in fretta i miei desideri, ciò che desideravo potesse andar perso.

La capacità di saper conservare i desideri, tenerli vivi nonostante l'attesa, è importante.

Ti propongo un'attività: "La casetta dei desideri"

Disegna una casa grande come un foglio intero, e fai almeno 4 finestre più grandi possibile.

In ogni finestra disegna qualcosa che desideri, poi copri la finestra con un foglio che incollerai solo su un lato in modo che il foglio che fa da copertura si possa alzare e abbassare.

La casetta conserverà i tuoi desideri fino a quando non si saranno avverati. Ogni volta che vorrai potrai

andare a trovare i tuoi desideri nella casetta.

Imparare ad aspettare il giusto tempo per ottenere qualcosa è davvero importante:

Ci fa ottenere le cose al momento giusto

Ci fa apprezzare di più le cose che otteniamo

Ci permette di prepararci bene ad ottenerle.

Ti auguro di saper aspettare il tempo giusto per ogni cosa!



Ho scritto anche altri libri che potresti trovare di tuo interesse, li trovi tutti su amazon:

**“Come dire ai bambini che cos’ è il bullismo”**

Il libro contiene una descrizione del bullismo, delle caratteristiche di personalità del bullo e della vittima. Cosa crea le condizioni che possono dar vita a situazioni di bullismo. Una riflessione sui malesseri dietro i comportamenti e sulle possibili soluzioni possibili. Passa poi a descrivere come parlare di bullismo ai bambini attraverso un progetto che usa le fiabe. All'interno ci sono 4 fiabe per parlare di prepotenze e bullismo e alcune attività per stimolare le riflessioni e la consapevolezza nei bambini.

**“Come dire ai bambini che essere sé stessi è la cosa più importante”**

Piccolo vademecum per genitori e insegnanti su

come imparare a capire sé stessi dalle proprie azioni

- Comprendere il nostro modo di incedere nella vita a partire dalla scrittura e dal modo di camminare -

Quattro fiabe per parlare dell' importanza di essere sé stessi - tre attività per grandi e piccini per riflettere su come siamo fatti

**“I fantastici viaggi di Dino: Progetto-favola per laboratori sui cinque sensi”**

Un insieme di mini racconti in rima per introdurre i cinque sensi, attività ludica di laboratorio rivolta a bambini dai 12 ai 36 mesi.

**“Come dire ai bambini che i genitori si separano e divorziano”**

Piccolo vademecum per spiegare ai figli che mamma e papà si separano e divorziano. Il testo contiene

informazioni su cosa dire o non dire ai bambini, alcune buone prassi utili da rispettare, una favola intitolata "Due laghetti per Quaqquà" per accompagnare la comunicazione della separazione e alcune attività per aiutare i bambini ad esprimere le emozioni

**“Il mio amico è unico: facciamo amicizia con l’  
autismo”**

Un dialogo tra una mamma e una figlia in cui la bambina racconta che a scuola le hanno spiegato le caratteristiche di un bambino con autismo e come poter essere suoi amici. Il libro contiene alcune schede con giochi e suggerimenti per relazionarsi in maniera positiva con il proprio compagno di classe autistico.

**“L’occasione di Bu, orsetto della buonanotte” Una**

fiaba sull'importanza di saper cogliere le occasioni

Per restare sempre informat\* sulle nuove favole  
visita il mio blog: [www.tizianacapocaccia.it](http://www.tizianacapocaccia.it)