

Milleculle

nutrirsi di cultura



Progetto promosso da



Fondazione
Compagnia
di San Paolo



Questa pubblicazione è il risultato di un percorso partecipato coordinato da CCW – Cultural Welfare Center, che ha coinvolto enti, istituzioni, organizzazioni, professionisti e professioniste della comunità intersettoriale impegnati nella promozione del ben-essere di bambine, bambini e famiglie attraverso le risorse di prossimità, nell'ambito del percorso Cultura per Crescere promosso da Fondazione Compagnia di San Paolo.

Luglio 2026

nutrirsi di cultura

dai primi mille giorni di vita

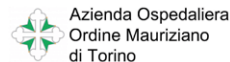
Arte, Lettura e Musica

risorse per la crescita
dei bambini e delle bambine,
per il loro ben-essere
e quello delle loro famiglie





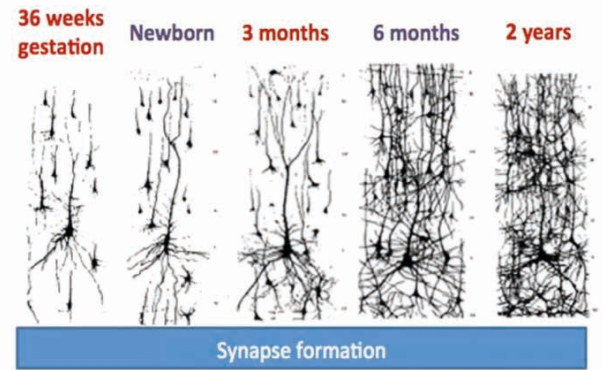
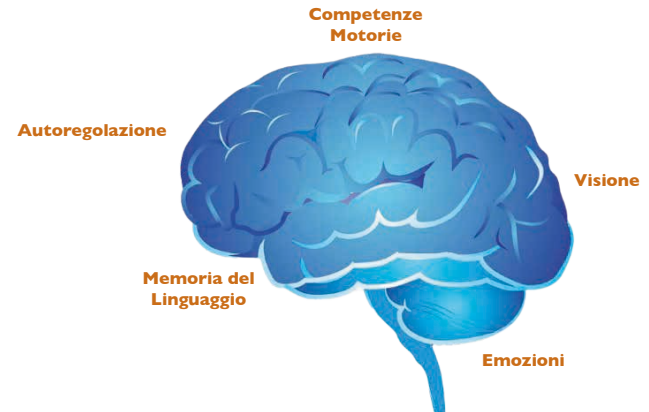
Benvenuti e benvenute agli incontri di accompagnamento alla nascita



I Primi **1000** giorni

Lo sai che?!!

- I **primi mille giorni** partono dal concepimento fino al compimento dei due anni di età
- Il **cervello di un neonato** contiene già alla nascita un numero di neuroni quasi pari a quello che avrà durante l'intera vita
- Sono le **connessioni**, sinapsi, a dare valore al patrimonio neuronale geneticamente determinato
- Nei **primi due anni** si forma il più alto numero di connessione neuronali
- All'età di 2 anni, un numero altissimo di **connessioni neuronali** si sono **già formate in risposta alle interazioni con l'ambiente** e particolarmente con i caregiver



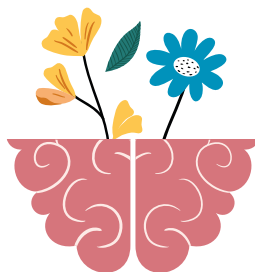
Fonte: Corel, 1975 (modificato)

I primi
1000
GIORNI di vita

-9 > +2 =

mesi
(concepimento)

anni
di età



Rappresentano una
fase determinante
per lo **Sviluppo**
della persona.

Come scientificamente dimostrato*
è il momento in cui si preparano le
condizioni alla base della **salute fisica,**
mentale ed emotiva dei futuri adulti.

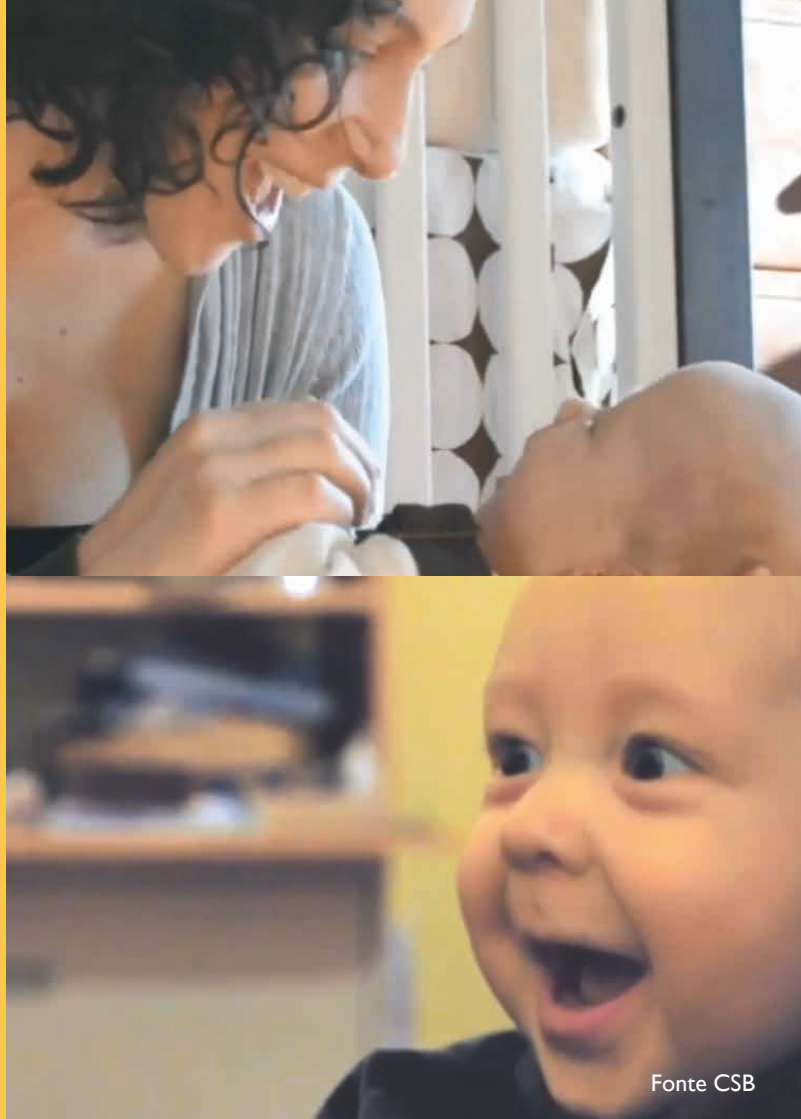
*'First Thousand Days', Studio condotto dal Murdoch Childrens Research Institute di Sydney

* 'Shared Reading Quality and Brain Activation during Story Listening in Preschool-Age Children',
Studio condotto dall'équipe di John Hutton dall'Ospedale pediatrico di Cincinnati

Sviluppo precoce dei bambini e delle bambine nei Primi 1000 giorni decisivi

La cura delle emozioni è un nutrimento rilevante a partire dal momento del concepimento.

Nei primi 1000 giorni, le interazioni di qualità con le figure di riferimento e l'ambiente sono fattori per lo sviluppo bio-psico-sociale e influenzano la costruzione delle competenze future, rafforzando le condizioni per diventare un individuo **capace di relazionarsi con pienezza con le altre persone e con il mondo.**



Il nutrimento delle emozioni: la cura da non sottovalutare già in gravidanza

- **I bambini e le bambine sono competenti ancora prima di venire al mondo.** Ben prima della nascita sono sensibili alla luce, ai suoni, al dolore, sono in grado di effettuare movimenti coordinati e apparentemente finalizzati e vanno maturando una capacità discriminante rispetto a stimoli diversi (suoni, voce, ecc.)
- Poiché hanno capacità di comprendere ciò che li circonda e ne vengono influenzati, **interagire** e farlo in modo responsivo **è importantissimo già durante la gravidanza** e nelle prime fasi della sua crescita;
- La **partecipazione culturale ha un impatto positivo**, attestato scientificamente, **per la salute, durante tutto l'arco della vita, quindi già dal periodo gestazionale: per i bambini e le bambine, per le mamme, per la famiglia;**
- **Leggere ad alta voce, vivere un'esperienza** rilassante in luoghi di bellezza come i musei e **ascoltare musica** con i bambini e le bambine sono un **nutrimento e fonte di ben-essere.**



Lettura
in famiglia
e nelle biblioteche

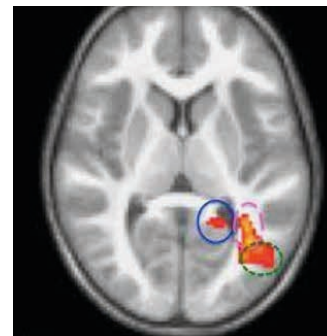


Leggere ai bambini stimola lo sviluppo del loro linguaggio già a partire dalla gravidanza

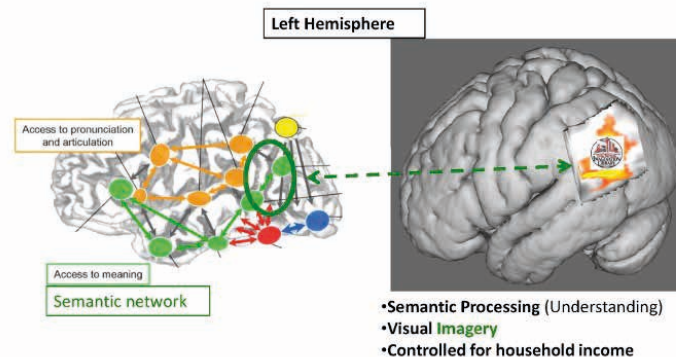
Crescenti **evidenze scientifiche** lo **dimostrano** e ne acclarano gli **effetti a lungo termine**

Tra queste lo studio condotto da John Hutton (Ospedale pediatrico di Cincinnati, Usa) che, con risonanza magnetica funzionale ha mostrato che *«l'esposizione alla lettura durante la fase dello sviluppo del bambino che precede la scuola materna sembra avere un significativo impatto misurabile su come il cervello del piccolo elabora le storie e si pone nei confronti della lettura»*

Bambine e bambini ai quali i genitori leggono storie attivano in modo molto più significativo specifiche aree cerebrali che supportano l'elaborazione semantica, cioè l'estrazione di significato dal linguaggio.



Study 1: Quantitative Home Reading Environment and Neural Activation During Story Listening in 3-5 y/o Children



1. Adapted from Dehaene, "Reading the Brain," 2010.
2. Hutton, et al. *Pediatrics*, 2015.

Leggere ai bambini e alle bambine

migliora il **ben-essere** di grandi e piccini

Leggere o **recitare** filastrocche, **cantare** una ninna nanna, fin dalla gravidanza e mentre si tiene in braccio il proprio bimbo o bimba appena nati, sono strumenti straordinari per creare e consolidare il **rapporto reciproco**.

Il ritmo, la musicalità dei versi e delle rime, uniti all'abbraccio accogliente, **favoriscono il rilassamento e migliorano il ben-essere dei bambini, delle bambine e degli adulti**.

Le filastrocche, “giocattoli poetici” secondo Gianni Rodari, nelle fasi successive dello sviluppo sono utilissime per stimolare il linguaggio, l'attenzione, la creatività e la memoria, proprio grazie al ritmo cadenzato dei versi, alle assonanze, alle onomatopee e ai giochi linguistici che le arricchiscono.



10

buoni motivi
per **leggere** con
i nostri bambini
e le nostre bambine



durante la gestazione
e dopo la nascita



Tommaso, 6 mesi



1

**Leggimi perché
MI PIACE**

Al tuo bambino e alla tua bambina piace stare in braccio e ascoltare la tua voce, che ha conosciuto già in gravidanza e riconosce alla nascita



2

**Leggimi perché
COSÌ STIAMO
BENE INSIEME**

Il tempo passato a leggere insieme è un tempo ricco per tutti



3

**Leggimi perché
ME NE RICORDERÒ**

Il ricordo delle storie che leggete insieme resta per sempre



4

**Leggimi perché
MI FA BENE**

La lettura in famiglia nutre la mente del tuo bambino, della tua bambina e stimola la sua attenzione



5

**Leggimi perché
MI ADDORMENTO
MEGLIO**

Il rito della storia letta
favorisce il sonno



6

**Leggimi perché
OGNI VOLTA È DIVERSO**

A ogni lettura il tuo bambino,
la tua bambina scoprono
cose nuove e diverse



7

**Leggimi perché
ANCORA UNA VOLTA**

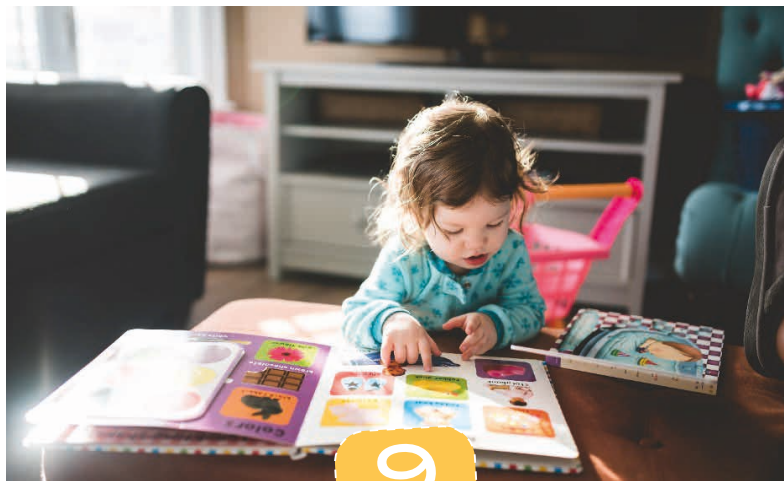
Ai bambini e alle bambine
piace sentire la stessa
storia tantissime volte



8

**Leggimi perché
UN ALTRO LIBRO**

Al tuo bambino, alla tua
bambina piace cambiare
libro e viaggiare in altri
mondi



9

Leggimi perché

LE FIGURE

Ogni illustrazione è una
storia da raccontare



10

Leggimi perché

CHE TI CHIEDO PERCHÈ

Da ogni storia nascono
altre storie e mille domande
che arricchiscono
la vita



Nati per Leggere
Piemonte

Progetto promosso da



**REGIONE
PIEMONTE**



Fondazione
Compagnia
di San Paolo

“Nati per Leggere” è un programma nazionale di promozione della lettura rivolto alle bambine e ai bambini da 0 a 6 anni. Nato nel 1999, è promosso dall’Associazione Culturale Pediatri, dall’Associazione Italiana Biblioteche e dal Centro per la Salute delle Bambine e dei Bambini. Il progetto sostiene l’importanza della lettura ad alta voce in famiglia fin dai primi mesi di vita, come strumento fondamentale per lo sviluppo cognitivo, linguistico ed emotivo del bambino e delle bambine.

www.natiperleggere.it



Lo sai che?!!

Le BIBLIOTECHE sono una *risorsa* fruibile gratuitamente e liberamente

Nati per Leggere Piemonte è la realizzazione del Programma nazionale ***Nati per Leggere*** che ha l'obiettivo di promuovere la lettura in famiglia con bambine e bambini, fin dalla gravidanza. Nel nostro territorio operano molti **progetti locali**, coordinati dalla Regione Piemonte, con il sostegno della Fondazione Compagnia di San Paolo.

La **Biblioteca Civica del tuo Comune** aderisce al programma in collaborazione con:

- **Nidi e scuole dell'infanzia**
- **Consultori pediatrici, pediatri e pediatre, Centri vaccinali**
- **Reparti materno-infantili ospedalieri**
- **Servizi di Neuropsichiatria infantile**
- **Case di Comunità**
- **Case del quartiere e snodi sociali**



Lo sai che?!!

Nelle BIBLIOTECHE e nei laboratori di lettura puoi trovare:

- **spazi a misura di bambini e bambine**, comodi anche per le mamme in gravidanza, per quelle che allattano e per chi deve cambiare un pannolino
- **libri dedicati a tutte le età**: primi libri, libri tattili, albi illustrati, libri in rima e tanti altri, identificabili con il logo Nati per Leggere, che tutti possono prendere in prestito
- appuntamenti di lettura, **occasioni per conoscersi e stare insieme**
- **approfondimenti sulla crescita**
- **consigli per la lettura in famiglia**, bibliografie, seminari per approfondire
- **l'accoglienza** di persone che amano i libri e amano leggerli con le bambine e i bambini



Lo sai che?!!

Le BIBLIOTECHE hanno una guida!

In biblioteca, nei laboratori e nei presidi NpL è possibile consultare la bibliografia *Nati per Leggere*. Una guida per genitori e futuri lettori, realizzata dall'Osservatorio Editoriale NpL nazionale.

Molti progetti locali prevedono il dono di un libro alle famiglie dei nuovi nati.





Quanta il troll
In galleria?
Qui in una galleria
Ei merca in galleria?

I musei
ti appartengono





Nati con la Cultura è un programma ideato da Fondazione Medicina A Misura di Donna, promuove **l'accesso alla cultura fin dalla prima infanzia**. Nato a Torino e sviluppato con Abbonamento Musei, incoraggia le famiglie con bambini e bambine a frequentare musei e luoghi culturali, riconoscendone il valore educativo e relazionale sin dai primi anni di vita. L'iniziativa favorisce **l'inclusione sociale** e sostiene il diritto dei bambini e bambine a crescere a contatto con arte e cultura, **rafforzando il legame tra genitori e figli attraverso esperienze condivise**.

www.naticonlacultura.it





Lo sai che?!!

AVRETE UN PASSAPORTO CULTURALE PER I MUSEI

Un progetto nato all'Ospedale
Sant'Anna da Fondazione
Medicina a Misura di Donna
adottato da tutti gli ospedali
aderenti.





Lo sai che?!!

Il Passaporto Culturale va oltre ogni confine.

Per una società plurale,
8 lingue per il Passaporto
Culturale: Italiano, inglese,
francese, spagnolo, rumeno,
albanese, arabo, cinese e
ucraino.



Lo sai che?!!

PER IL BEN-ESSERE DELLA MAMMA

Oltre i **50 musei** belli ed accoglienti da visitare con una persona cara, rilassanti set per fotografie indimenticabili e momenti irripetibili.

Il Passaporto Culturale della Mamma è tradotto in **4 lingue**: italiano, inglese, francese e arabo.



Nati con la Cultura
è un progetto di

in collaborazione con

MUSEI **ASSOCIATO DI CULTURA DEL PIRENNE** **CCW** **CULTURAL WELLBEING CENTER**

Milleculle
nutrirsi di cultura

Con

ASL
A.S.L. TO3
A.S.L. TO4
A.S.L. TO5

SICO
Società Italiana di Cultura e Informazione

AGUI
Associazione Italiana di Ginecologia e Ostetricia

AOGOI
Associazione Obstetrica e Ginecologica Italiana

fimp
Federazione Italiana Musei

Grazie a

Fondazione ETS

Segui Nati con la Cultura su
www.naticonlacultura.it
www.abbonamentomusei.it
www.medicinamisureadonna.it
 Partecipa e seguici con l'hashtag
[#naticonlacultura](https://twitter.com/naticonlacultura)

**Musei Family
and Kids Friendly**
trovi l'elenco completo dei musei
su www.naticonlacultura.it

1. IL MUSEO È UN LUOGO DI CITTADINANZA E AGGREGAZIONE
2. IL MUSEO È UNO SPAZIO VIVO
3. IL MUSEO È UNA CASA ACCOGLIENTE
4. IL MUSEO È UN'ESPERIENZA
5. IL MUSEO È COMUNITÀ
6. PUOI INTERAGIRE CON IL PERSONALE DEL MUSEO
7. PUOI TROVARE SEMPRE QUALCUNO PER TE
8. PUOI SCOPRIRE SERVIZI PER TE E PER I TUOI BAMBINI*
9. PUOI SCOPRIRE INSIEME AI TUOI BAMBINI*
10. PUOI CONTINUARE A ESSERE AMICO CON IL MUSEO ANCHE DOPO LA VISITA
11. IL MUSEO È UN LUOGO AFFETTIVO, UN PUZZLE MOLTO RICCO A TUA DISPOSIZIONE

PASSAPORTO CULTURALE per la mamma



**Nell'attesa
un dono dalla Cultura**



Lo sai che?!!

I MUSEI sono una RISORSA di ben-essere

Il Passaporto Culturale

per un anno di accoglienza gratuita per le bambine e bambini con i loro accompagnatori nei Musei Family and Kids Friendly.

È consegnato alla nascita e scaricabile da www.naticonlacultura.it



Fonte Nati con la Cultura



i musei Ti aspettano

Il Piemonte ha

oltre **50** Musei

della Rete Abbonamento Musei diventati
Family and Kids Friendly

www.naticonlacultura.it

Luoghi Bellissimi, che ti appartengono!

www.abbonamentomusei.it

se fa bene a te
fa bene anche
a lei, a lui

Il MUSEO è un luogo affettuoso. Ti aspetta

Nei **Musei Family and Kids Friendly** del Piemonte, molti dei quali con giardino, potete:

- Stare bene, dedicare tempo a voi stesse, distrarvi da notti insonni
- Conoscere e incontrare, senza preoccuparvi dei vagiti
- Allattare
- Fare una passeggiata rilassante in un luogo di bellezza e cura
- Prendere una pausa caffè
- Scattare immagini memorabili per la tutta la vostra vita e per quella dei vostri bambini e bambine

Che ne dite di una fotografia al mese, nei primi dodici mesi, anche in musei diversi, per rendere indimenticabile un periodo straordinario?



i musei Ti accolgono

grautitamente e liberamente
nel primo anno di vita
del bambino e della bambina

Le caratteristiche dei Musei Family and Kids Friendly sono il risultato di un percorso di co progettazione con le famiglie.

«Tutti i bambini e tutte le bambine hanno diritto a poter partecipare alle proposte artistiche e culturali della città indipendentemente dalle condizioni sociali ed economiche di appartenenza, perché tutti i bambini hanno diritto all'arte e alla cultura.»

Carta dei diritti dei bambini e delle bambine all'arte e alla cultura.

Questo documento è il frutto di un processo di ascolto, condivisione e partecipazione sviluppato dall'Associazione Abbonamento Musei, la Fondazione Medicina a Misura di Donna e l'Osservatorio Culturale del Piemonte grazie al sostegno del bando OPEN di Fondazione Compagnia di San Paolo.



Manifesto

Per le famiglie

1.

IL MUSEO È
UN LUOGO DI
CITTADINANZA

2.

IL MUSEO È
UN PIACEVOLE
LUOGO DI
AGGREGAZIONE

3.

IL MUSEO È
UN LUOGO
ACCOGLIENTE

4.

IL MUSEO
TRASMETTE
POSITIVITÀ

5.

NON AVERE
PAURA DI
CHIEDERE

6.

INTERAGIRE
CON IL
PERSONALE
DEL MUSEO

7.

ESSERE
FLESSIBILI

8.

SI PUÒ
FARE

9.

TOCCARE O
NON TOCCARE?

10.

L'ESPERIENZA
AL MUSEO NON
FINISCE QUI!

11.

IL MUSEO NON
È UN'ISOLA



Musica,
il Ritmo
della crescita





**Nati per
la Musica**
PIEMONTE

Nati per la Musica è un programma nazionale che promuove l'esperienza musicale in famiglia fin dai primi anni di vita (0-6 anni).

È promosso dall'Associazione Culturale Pediatri e dal Centro per la Salute delle Bambine e dei Bambini. Il progetto valorizza la musica come strumento di sviluppo cognitivo, emotivo e relazionale, incoraggiando genitori ed educatori a proporre ai bambini e alle bambine attività musicali e momenti di ascolto condiviso.

www.natiperlamusica.org





la musica Per la vita

L'ascolto e più in generale l'esperienza musicale e canora, sin **dall'epoca prenatale, dalla gravidanza** e nel corso di **tutta l'infanzia stimola lo sviluppo cognitivo, linguistico, emotivo e sociale dei bambini e delle bambine** offrendo opportunità eccellenti per **interazioni di qualità tra genitori, bambini e bambine.**

E fa bene alla mamma...

Lo sai che?!!

La MUSICA è una *risorsa*

Substrato biologico

Predisposizione innata per alcune capacità musicali



emozioni

Effetti della musica sul sistema fisiologico, autoregolazione e costruzione di significati

attenzione

La musica colpisce i bambini attirando e mantenendo vigile la loro attenzione

linguaggio

Musica e canti incrementano le vocalizzazioni e favoriscono il musical *babbling*

legame di attaccamento

Musica e canti sono una modalità privilegiata di interazione genitore-bambino/bambina

attività motoria

Ritmo, strumenti e movimento favoriscono la sincronizzazione ritmico-motoria



orientamento sociale

La musica favorisce la coesione di gruppo, funzione evolutivamente adattativa

Lo sai che?!!

La MUSICA è una *risorsa*

Interagire musicalmente fin dai primi momenti di vita **favorisce lo sviluppo delle abilità di interazione e comunicazione.**

La prima musica è **la voce della mamma.**

L'esperienza musicale sviluppa **l'attenzione, la memoria e il linguaggio.**

Condividere esperienze musicali promuove **la socialità.**



Lo sai che?!!

La MUSICA è **Stimolante**

I bambini e le bambine coinvolti attivamente e positivamente in una esperienza musicale imparano con piacere, creano e inventano e **sono motivati all'apprendimento**.

Tra le attività musicali, il canto è particolarmente utile a promuovere lo **scambio comunicativo tra genitore, bambini e bambine** e favorisce la sintonizzazione affettiva nelle prime fasi della vita.

La musica e il canto praticati sono un **valore lungo tutto il corso della vita**.





Cos'è

L'esperienza culturale per le bimbe e i bimbi molto piccoli

Avere l'opportunità di:

- **Sperimentare** con tutti i sensi: vedere, sentire, toccare cose nuove
- **Esprimersi** con figure di riferimento
- Vedere riconosciuta la propria **attenzione**, stimolata la propria **curiosità** e condivisa la propria meraviglia

In pratica > **favorisce ogni apprendimento**



La Natura
è la tua prima
casa





Nati con la Natura è un progetto promosso dalla Regione Piemonte che sostiene il contatto dei bambini, delle bambine (0-2 anni) e delle loro famiglie con l'ambiente naturale, considerato un importante fattore protettivo per la salute e lo sviluppo nei primi 1000 giorni di vita. Si basa su evidenze scientifiche secondo cui stare nella natura favorisce il ben-essere psicofisico, potenzia abilità cognitive e sociali, riduce lo stress e sostiene lo sviluppo motorio ed emotivo.

www.regione.piemonte.it/web/temi/sanita/prevenzione/nati-natura



Lo sai che?!!

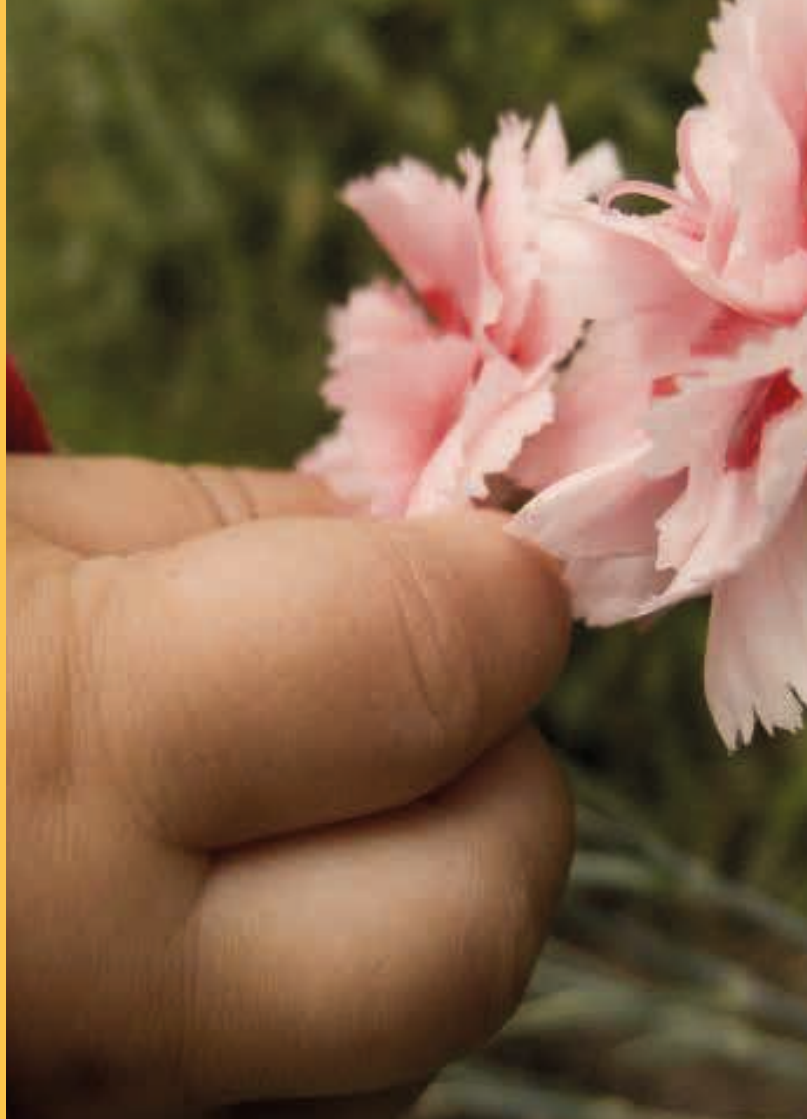
La NATURA è una *risorsa*

Gli spazi verdi vicino a casa o la frequentazione dei parchi urbani fruibili gratuitamente contribuiscono al ben-essere.

Frequentali. Contrasterai gli effetti dell'inquinamento: i primi anni di vita sono i periodi di maggiore vulnerabilità agli inquinanti, che hanno influenza a lungo termine.

Contribuirai allo sviluppo cognitivo e relazionale perché **la natura attiva più sensi**

contemporaneamente: vedere, sentire, annusare, toccare coinvolge la mente senza affaticarla. La esercita, la tranquillizza e la stimola.



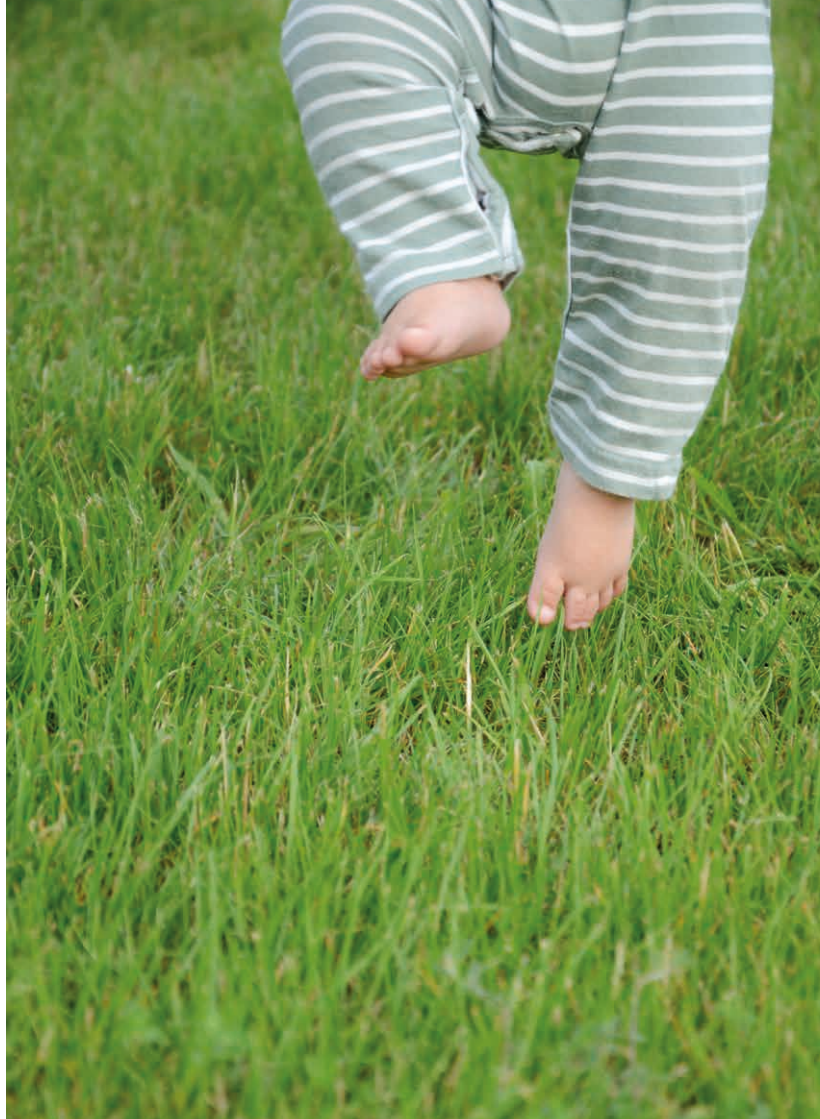
Lo sai che ?!!

La NATURA è una *risorsa*

I piccoli e le piccole **hanno bisogno di esperienze**, di abitare lo spazio aperto e di percepire il proprio sé corporeo a contatto con la terra, l'erba, la sabbia. Gli odori e i profumi portano emozioni che si conservano per tutta la vita: annusare i fiori o la terra dopo la pioggia, imparare a riconoscere una stagione dai suoi odori.

Stare insieme, interagire nella natura crea relazioni intense tra bambine, bambini e genitori: potete, in silenzio, ascoltare i rumori e suoni della natura (un uccellino che canta, il fruscio delle foglie, la pioggia che cade ecc.), sentire i profumi, immergervi in una gamma di colori di un prato verde, della terra durante l'alternarsi delle stagioni, prestare attenzione alle diverse sensazioni termiche del sole sulla pelle o del vento.

Insieme eserciterete il linguaggio: dando un nome alle cose della natura, ai fiori, agli alberi, ad un insetto, favorirete familiarità tra bambine, bambini e natura.





Per **Saperne** di più...



NATI PER LEGGERE



**IL PASSAPORTO
CULTURALE**



**NATI PER LA
MUSICA**



NATI CON LA NATURA



***“Portate i bambini e le bambine nella bellezza,
affinché sappiano specchiarsi,
riconoscersi e riprodurla nella vita”***

Giuseppe Pelli Bencivenni - Direttore Uffizi 1754

Giulia Colbert di Maulévrier - Marchesa di Barolo 1823



Milleculle

nutrirsi di cultura



Progetto promosso da



Fondazione
Compagnia
di San Paolo

