

**Liberarsi dal fumo
oggi è possibile.**

**Il tuo Farmacista
può aiutarti.**

Diventa protagonista
di una nuova ed efficace
campagna antifumo!

Contatta ACEF e scopri come!

 Citex[®]

www.progettocitex.it

 ACEF
FARMACIA

Via Umbria 8/14 - 29017 FIOREZZUOLA D'ARDA (PC)
Tel. +39 0523 241911 r.a. - Fax +39 0523 241929



VIOLENZA SUI MINORI

LA REGOLA DEL QUI NON SI TOCCA



**Vi raccontiamo di "Kiko e la mano",
un piccolo prezioso libro che insegna a proteggersi**



di **Laura Strazzi**, Psicoterapeuta
Analista Transazionale

L'abuso sessuale sui minori è uno dei crimini più odiati e suscita una forte rabbia nella grande maggioranza delle persone, la vittima è infatti un bambino o un ragazzo che non è ancora in grado di proteggersi in modo completo fisicamente o psicologicamente. Ad ora, nonostante i sentimenti che suscita, rimane un crimine che serpeggia e si diffonde nasco-

stamente vicino a noi. I dati europei dicono che un bambino su cinque è vittima di varie forme di abuso o di violenza sessuale, questo significa che anche nei nostri immediati dintorni viene commesso. E' quindi importante che anche i farmacisti siano attenti, cogliendo alcuni segni. È chiaro che poi devono essere gli adulti più vicini ad insegnare loro a tutelarsi.

Per abuso sessuale si intende il coinvolgimento di un minore, da parte di un partner preminente, in attività sessuali anche non caratterizzate da violenza esplicita. Si configura sempre e comunque come un attacco confusivo e destabilizzante alla personalità del minore e al suo percorso evolutivo.

L'esito di questo atto deriverà dal bilancio tra caratteristiche dell'abuso (precocità, frequenza, durata, gravità degli atti, relazione con l'abusante) e fattori di protezione (risorse individuali della vittima e del suo ambiente familiare, intervento psico-sociale, sanitario, giudiziario).

Il danno è tanto maggiore quanto più il fenomeno resta nascosto o non riconosciuto, non viene attivata protezione, l'esperienza non viene verbalizzata ed elaborata, la relazione di dipendenza con l'abusante è mantenuta.

Le conseguenze psicopatologiche di questo evento traumatico possono essere varie ma coinvolgono tutti gli ambiti di vita della persona e uno degli effetti è l'aumento della probabilità di strutturare un disturbo di personalità.

I possibili indicatori di abuso ai quale prestare attenzione sono:

- improvvisa comparsa di paure dovuta alla presenza di estranei o di persone specifiche, paura di stare da soli;
- cambiamento nel rendimento scolastico, calo dell'attenzione, diminuzione dell'interesse, sfiducia nella figura dell'adulto;
- cambiamenti di abitudini, perdita di appetito, perdita dell'autonomia, disturbi del sonno, aumento dell'irritabilità;
- manifestazioni di conoscenze sessuali che non corrispondono all'effettiva età del minore, atteggiamenti da adulti, curiosità sessuali eccessive, giochi sessuali continui;
- manifestazione di depressione autocolpevolizzazione.

Il libro per bambini KIKO E LA MANO è un semplice, ma preziosissimo strumento che costituisce un valido aiuto che offerto direttamente ai



bambini va a contribuire alla costruzione della loro capacità di proteggersi, uno degli elementi fondamentali della nostra personalità.

In Analisi Transazionale viene chiamata "Stato dell' Io Genitore Affettivo Positivo" quella parte della personalità che riguarda la capacità di fornire a noi stessi e agli altri sostegno e supporto e viene chiamata "Adulto" la parte che valuta e prende le decisioni nel qui ed ora, ricercando la strategia migliore e utilizzando tutte le risorse dell'individuo.

Questi elementi permettono alle persone di essere in grado di dire di no, di evitare il pericolo che hanno individuato partendo da se stesse e da quello che sentono, in autonomia, quindi nelle diverse situazioni incontrate nella vita.

La Regola del Quinonsitocca consolida questi stati della personalità e si rivolge anche al Bambino Naturale, la nostra parte spontanea e libera.

E' stata studiata dall'equipe specialistica del Consiglio d'Europa per aiutare i genitori e quanti si occupano di infanzia ad avviare un dialogo con i bambini sul rapporto con il proprio corpo, in particolare sulle parti intime e su come vanno



Since 1966

FLAEM[®]

Medical Devices



Ci prendiamo cura delle persone.

AEROSOL - DOCCE NASALI - MISURATORI DI PRESSIONE - ASPIRATORI & ALTRO

— 50 —
years of italian excellence

www.flaem.it



FLAEMNUOVA
S.p.A.
HEALTHCARE & HOUSEHOLD PRODUCTS

FLAEM NUOVA S.p.a.
Via dei Colli Storici, 221-223-225
25015 Desenzano del Garda - BS (Italy)
Phone 030 9910 168 - Fax 030 9910287

Seguici su:   
www.flaemnuova.it
info@flaemnuova.it

LA PRIMA COSA DA FARE È INSEGNARE AD OGNI BAMBINO È CHE È PROPRIO LUI IL PADRONE DEL PROPRIO CORPO E CHE NESSUNO PUÒ TOCCARLO SENZA IL SUO PERMESSO

trattate. Il progetto va a rompere il silenzio, spinge a parlare di sessualità con gli adulti, con gli insegnanti, con i genitori, in modi diversi, comunque parlarne.

L'ascolto, le domande, la condivisione delle parole che raccontano del corpo e della sessualità aiutano a migliorare il clima rispetto ai vissuti e questo va a costruire una buona base, un buon terreno per accogliere e dare spazio alle diverse esperienze che sono accadute e che accadranno, in modo che possano essere espresse, ed eventualmente essere risolte ed elaborate.

CHE COSA È LA REGOLA DEL QUINONSITOCCA

La Regola è semplice: dice che un bambino non deve lasciarsi toccare le parti del corpo che sono generalmente coperte dalla biancheria intima. E non deve toccare gli altri in quelle parti. La Regola aiuta a spiegare al bambino che il suo corpo gli appartiene, che ci sono segreti buoni e segreti cattivi, e modi di toccare buoni e modi di toccare cattivi.

COME INSEGNARE LA REGOLA DEL QUINONSITOCCA

Il tuo corpo ti appartiene

La prima cosa da fare è insegnare ad ogni bambino è che è proprio lui il padrone del proprio corpo e che nessuno può toccarlo senza il suo permesso. E' un'informazione che può apparire scontata, ma ribadire questo concetto ai bambini va a rafforzare la loro identità e i loro confini, chiarisce che sono loro i migliori esperti di se stessi. Questo va ad influire sull'autostima, sulla capacità di ascoltarsi e di decidere (ovviamente per i bambini l'autonomia è ancora relativa ad alcune aree della vita, su altre sono i genitori e gli adulti significativi il punto di riferimento costante). Costruire un dialogo aperto e diretto fin dalla più tenera età sulla sessualità e sulle "parti

intime", utilizzando per esempio i nomi corretti per i genitali e le altre zone del corpo, aiuterà i bambini a comprendere quello che è ok, quello che non è ok, quello che si deve o non si deve fare, in un clima accogliente e sereno. I bambini hanno i loro diritti, per esempio il diritto di rifiutare un bacio o di essere toccati, anche da una persona che amano, quando in un dato momento questo a loro non va.

E' di fondamentale importanza insegnare ai bambini a dire "No", immediatamente e con fermezza, a contatti fisici che sentono inappropriati e spiacevoli, a fuggire ed allontanarsi da situazioni a rischio e a parlare dell'accaduto con un adulto fidato. È importante far comprendere ai bambini che devono insistere e continuare a comunicare quanto successo fintanto che il problema sarà preso sul serio.

Nel libro, la mano chiede sempre il permesso a Kiko prima di toccare. Kiko dà il permesso. Quando la mano vuole toccare lì sotto, Kiko dice "No!". I genitori e quanti si occupano dell'infanzia potranno utilizzare questa sequenza per spiegare ai bambini che possono dire "No" in qualsiasi momento.

MODO DI TOCCARE BUONO-MODO DI TOCCARE CATTIVO

I bambini non riconoscono sempre se un palpeggiamento è appropriato o meno. E' importante spiegare chiaramente ai bambini che non va bene permettere a qualcuno di guardare o toccare le loro parti intime, o di accettare di guardare o di toccare le parti intime di qualcun altro. La Regola del Quinonsitocca li aiuta a riconoscere un limite evidente e facile da ricordare: la biancheria intima. Aiuta inoltre gli adulti ad avviare un dialogo con i bambini al riguardo, quindi a fare esempi, invitare i bambini a raccontare quanto accade, quando i bambini non sono sicuri che il comportamento di una perso-



SCUOLA di Galenica Utifar

Nuovi corsi per il 2019

**EVENTI
ECM**

Scuola di Galenica Utifar: Crescere nella professione

La scuola ha l'obiettivo di diffondere la cultura galenica in modo critico e di fornire al farmacista le conoscenze più innovative in materia di preparazioni. Le lezioni si svolgeranno sia in aula, sia in un laboratorio attrezzato con macchinari e utensili di ultima generazione. I partecipanti saranno seguiti dalla guida esperta dei docenti Adalberto Fabbriconi, Piero Lussignoli, Mario Marcucci e Pietro Siciliano che proporranno diverse formulazioni supportate da una ricca documentazione e da estratti di testi e riviste internazionali.

CIASCUN CORSO PREVEDE
UN MINIMO DI 15
E UN MASSIMO DI 25 PARTECIPANTI
22,4 CREDITI ECM.
COSTO PER EVENTO:
SOCI UTFAR € 270,00 - NON SOCI € 370,00
I CORSI POSSONO ESSERE FREQUENTATI
ANCHE SINGOLARMENTE

UTFAR

AGGIORNAMENTI SULLE PREPARAZIONI GALENICHE

23-24 febbraio

LE NBP, LE CPSULE E LE SOLUZIONI E SOSPENSIONI AD USO ORALE

23-24 marzo

LE FORME FARMACEUTICHE AD USO ESTERNO: CREME, GELI, UNGUENTI, PASTE, LOZIONI, MINOXIDIL E IL MONDO DELLA TRICOLOGIA

18-19 maggio

LA CANNABIS TERAPEUTICA: LEGISLAZIONE, FITOBOTANICA E LE PREPARAZIONI GALENICHE

15-16 giugno

L'AFFASCINANTE MONDO DELLA FITOTERAPIA E LE OPPORTUNITA' D'APPLICAZIONE NEL LABORATORIO DELLA NOSTRA FARMACIA

28-29 settembre

I FARMACI ORFANI, LE PREPARAZIONI GALENICHE PEDIATRICHE, LA GALENICA IN GERIATRIA E IL MONDO DELLA DIABETOLOGIA

19-20 ottobre

LE PREPARAZIONI GALENICHE VETERINARIE: LA LEGISLAZIONE, LA TEORIA E LA REALIZZAZIONE DI QUESTE PARTICOLARI FORME FARMACEUTICHE

16-17 novembre

LE 20 E PIU' FORMULE CHE TI SERVIRANNO PER FAR DECOLLARE IL TUO LABORATORIO GALENICO

Sede dei corsi:

il sabato presso Università Sapienza, Piazzale A. Moro 5 - Roma

la domenica presso Lentini Lab, Viale I. Montanelli 133 - Roma

SEGUITE GLI AGGIORNAMENTI SUL SITO WWW.UTFAR.IT

Informazioni: 02 70608367 - utifar@utifar.it - Iscrizioni online sul sito www.utifar.it

LA SEGRETEZZA È LA TATTICA PRINCIPALE UTILIZZATA DAGLI AUTORI DI ABUSI SESSUALI. PER QUESTO È IMPORTANTE INSEGNARE LA DIFFERENZA TRA I SEGRETI BUONI E I SEGRETI CATTIVI E CREARE UN CLIMA DI FIDUCIA

na sia accettabile, invitateli a chiedere aiuto a un adulto fidato. Nel libro, Kiko rifiuta di essere toccato sotto la biancheria intima. I genitori possono spiegare che certi adulti (le persone che si occupano di loro, i genitori, o i medici) possono avere bisogno di toccare i bambini, ma dovranno incoraggiare i bambini a dire "No" se una situazione li mette a disagio.

I SEGRETI BUONI E I SEGRETI CATTIVI

La segretezza è la tattica principale utilizzata dagli autori di abusi sessuali. Per questo è importante insegnare la differenza tra i segreti buoni e i segreti cattivi e creare un clima di fiducia. Spiegare ai bambini che ogni segreto che li rende ansiosi, li mette a disagio, incute paura o li rende tristi non è un buon segreto e non deve essere mantenuto; deve essere raccontato a un adulto fidato (genitore, insegnante, poliziotto, medico). Anche in questo caso fare degli esempi di segreti buoni che riguardano la loro quotidianità (non dire alla mamma che abbiamo mangiato le caramelle, non dire al papà che gli abbiamo preparato un regalo per il compleanno) Nel libro, la mano incoraggia Kiko a raccontare se qualcuno cerca di toccarlo in modo inappropriato. Questa sequenza può essere utilizzata per discutere la differenza tra un segreto buono (per esempio, una festa a sorpresa) e un segreto cattivo (qualcosa che rende triste e ansioso il bambino). I genitori devono incoraggiare i figli a rivelare loro i segreti cattivi.

LA RESPONSABILITÀ DELLA PREVENZIONE E DELLA PROTEZIONE SPETTA A NOI ADULTI

I bambini vittime di abuso provano vergogna, senso di colpa e paura. Gli adulti possono creare un buon clima intorno alla sessualità e accertandosi che i bambini sappiano a chi rivolgersi se sono preoccupati, ansiosi o tristi. I bambini possono avere la sensazione che ci sia qualco-

sa di sbagliato in loro. Spetta agli adulti essere attenti e comprendere i loro sentimenti e i loro comportamenti; valutare quali ragioni ci sono quando un bambino rifiuta un contatto con un altro adulto o un altro bambino; rispettare i loro desideri anche quando non siamo d'accordo, dimostrare loro che accettiamo quello che provano sia che ci piaccia o no, accogliere le emozioni piacevoli ed anche quelle faticose. I bambini dovrebbero sempre avere la sensazione di poter parlare liberamente con i loro genitori di quello che sentono e pensano, anche riguardo alla sessualità.

La mano nel libro è l'amico di Kiko. Gli adulti devono aiutare i bambini nella loro vita quotidiana. Prevenire la violenza sessuale è prima di tutto una responsabilità che spetta all'adulto ed è importante evitare che siano i bambini a sopportarne il peso.

Siamo chiamati, come adulti, a metterci in gioco partendo dalla consapevolezza che ogni famiglia fa regolarmente educazione sessuale.

Questo significa semplicemente che in ogni nucleo familiare si fanno scelte che riguardano la sessualità, scelte che possono essere state pensate e discusse o scelte che sono implicite.

Si sceglie come chiamare i genitali dei bambini.

Si sceglie se mostrare i genitali ai figli.

Si sceglie come occuparsi dei genitali dei figli e degli altri bambini.

Si sceglie come reagire a quanto visto in tv.

Si sceglie se manifestare o meno il proprio affetto di fronte ai bambini.

Ognuna di queste scelte è legittima, non si tratta di individuare quali siano le scelte giuste e quelle sbagliate, c'è la scelta personale da compiere e il primo passaggio è quello di diventare consapevoli delle proprie idee e della propria posizione, quindi del messaggio che inviamo e che arrivano ai bambini.

Per saperne di più: www.quinonsitocca.it