



Tre mesi, tre lunghi mesi per far gioire bambini di ogni età alle prese con le tanto attese vacanze estive. Non proprio uguale la situazione delle mamme che si ritrovano a dover gestire 24 ore su 24 i propri figli ma non solo, perchè la vita va avanti e il lavoro, la casa e gli impegni continuano anche sotto il caldo sole estivo. Come gestire allora la famiglia dell'era 2.0 dove i nonni ancora lavorano e le mamme non possono permettersi di stare tre mesi al mare? Sicuramente non in modo facile e questo vale sia per le mamme lavoratrici che dovranno riversare gran parte del proprio stipendio su babysitter o centri estivi, sia per le mamme non lavoratrici che avranno a che fare con bambini annoiati e spesso capricciosi, dalla mattina alla sera. Siete pronte per un piccolo corso di sopravvivenza per poter arrivare a settembre felici e serene?

Se fino ad oggi eravate spaventate al grido di **"è finita la scuooooola... è finita la scuolaaaaa"** che si sente ancora prima del suono dell'ultima campanella, rimbombante e pieno in un coro di voci sadiche (si quelle dei vostri figli ma anche delle maestre), ora potete respirare bene due o tre volte e ritrovare la calma grazie a qualche piccolo e semplice consiglio.

**I centri estivi** Un grande errore è quello di vedere il centro estivo come una piccola prigione per i vostri figli. piuttosto che stare in casa tutto il giorno incollati alla televisioni e senza vedere anima viva, nei centri estivi faranno molte attività e nuove amicizie. Scegliete quello più comodo per andare a portarli e riprenderli, ma anche quello con le attività più consone al vostro figlio. Se poi riuscite ad organizzare un gruppetto con i suoi amici del cuore avrete fatto bingo.

**I gruppi di mamme in mutuo soccorso** Come voi anche le altre mamme avranno più o meno le stesse difficoltà. Nelle ultime cene di classe, approfittate per sentire che aria tira e magari trovagte altre mamme con cui alternarvi sia per tenerli a turno che per andare e riprenderli nei centri estivi. Ricordate sempre, l'unione fa la forza.

**W l'aria aperta** Dopo la lunga giornata di lavoro e dopo aver ripreso i bambini dai centri estivi, dalle scuole di lingua o semplicemente dall'amichetto approfittate per passare del tempo con i vostri figli all'aria aperta. Vi basterà un pallone, la merenda pronta nello zaino e il parco più vicino. Aiuterà a finire in bellezza ogni giornata.

**Week-end fuori la città** Il venerdì scappate dalla città. Se avete la casa al mare o in montagna non eccessivamente distanti, approfittate per staccare la routine settimanale con qualche giorno fuori città Potete anche organizzare di tanto in tanto un weekend tra le capitali italiane, piccoli viaggietti in mancanza della vacanza vera e propria ancora troppo lontana.

**Pianificare...** E per tutti gli altri momenti una buona pianificazione aiuterà ad evitare piagnistei, capricci e litigate per chi passa troppo tempo davanti alla play station. Ogni giorno cercate di dare un calendario delle cose da fare, magari affidando anche qualche piccolo lavoretto in casa e una paghetta estiva che poitranno spendere in giornalini o gelati a fine settimana. per loro

## Mamme Domani | La scuola sta finendo: corso di sopravvivenza per le mamme

Scritto da Eva Forte

Mercoledì 06 Giugno 2018 11:13

---

sarà una gratificazione piacevole e allo stesso tempo impedirà loro di avere tempi morti. Lasciare ogni giorno il momento del gioco, dello studio e del relax, quello del film con mamma e papà e della passeggiata dopo cena per le vie del quartiere. Vedrete che così, settembre arriverà prima...