unicef
per ogni bambino

LE CURE CHE NUTRONO.

Piccoli passi per crescere insieme

Questa guida traduce in pratiche quotidiane, destinate a genitori e caregiver, le raccomandazioni promosse dal Nurturing Care Framework, il quadro di riferimento internazionale elaborato dall'UNICEF, dall'Organizzazione Mondiale della Sanità e dalla Banca Mondiale che raccoglie le principali evidenze scientifiche per uno sviluppo pieno e armonico durante i primi anni di vita. Il documento riconosce che buona salute, nutrizione adeguata, opportunità precoci di apprendimento, protezione e cure responsive sono condizioni essenziali, e tra loro interconnesse, per garantire a ogni bambina e bambino la possibilità di crescere in modo sano, sereno e sicuro e di esprimere pienamente il proprio potenziale.

Per approfondire il lavoro dell'UNICEF Italia sulla genitorialità, visita la pagina

www.unicef.it/diritti-bambini-italia/genitorialita/

ALLATTAMENTO E ALIMENTAZIONE

Offrire a bambine e bambini il giusto nutrimento per crescere, avere energia e sostenere il loro sviluppo.

GIOCO E APPRENDIMENTO

Ogni occasione quotidiana di interazione e relazione che aiuta bambine e bambini a imparare e scoprire il mondo.

SALUTE E BENESSERE

Prendersi cura della salute di bambine e bambini ogni giorno, con attenzioni, controlli e cure che li aiutano a crescere bene e in sicurezza.

RESPONSIVITÀ

Capacità di accogliere e rispondere ai bisogni di bambine e bambini, ascoltandoli e facendoli sentire compresi e amati.

PROTEZIONE E SICUREZZA

Garantire a bambine e bambini un ambiente sicuro, dove possano essere liberi di esplorare in autonomia.

INDICE

la PRIMA SETTIMANA **5**
- I pannolini ... 6
- Le poppate ... 6
- Il pianto e il contatto ... 7
- Lo sguardo ... 7
- Seggiolino omologato e dispositivo anti-abbandono ... 7

le PRIME QUATTRO SETTIMANE **8**
- La crescita ... 9
- Segnali di fame ... 9
- Il pianto e il contatto ... 10
- Le parole e i suoni ... 10
- La nanna sicura ... 10

i PRIMI TRE MESI **11**
- Le vaccinazioni ... 12
- Allattamento ... 12
- Il conforto notturno ... 13
- La vicinanza e il tempo insieme ... 13
- Stanchezza e aiuto ... 13

DA 4 A 6 MESI **14**
- Il benessere emotivo ... 15
- Allattamento ... 15
- Il sorriso ... 16
- Esplorazioni motorie e sensoriali ... 16
- Sicurezza ... 16

DA 6 A 9 MESI **17**
- Le capacità motorie ... 18
- Le prime pappe ... 18
- Gioco e interazione ... 19
- Nuove scoperte ... 19
- Sicurezza a tavola ... 19

DA 9 A 12 MESI **20**
- Curiosità e movimento ... 21
- Mangiare sano insieme ... 21
- La separazione ... 22
- Parole e immagini ... 22
- Ambienti sicuri ... 22

DA 12 A 18 MESI **23**
- I primi passi ... 24
- Autonomia a tavola ... 24
- La comunicazione ... 25
- Il gioco ... 25
- Sicurezza a nanna e in casa ... 25

DA 18 A 24 MESI **26**
- Passi e autonomia ... 27
- Alimentazione sana ... 27
- I capricci ... 28
- Le abilità sociali ... 28
- Parchi e giardini ... 28

DAI 2 ANNI **29**
- Scoperte e autonomia ... 30
- Giocare insieme in cucina ... 30
- Sfide e indipendenza ... 31
- Il gioco e le emozioni ... 31
- La sicurezza stradale ... 31

la PRIMA SETTIMANA

i PANNOLINI

SALUTE E BENESSERE

Nella prima settimana vedrete crescere il numero di pannolini bagnati e sporchi, tendenzialmente fino a 5-6 al giorno, e modificarsi in giallo il colore delle feci. Sapete che il tempo di smaltimento di un pannolino è di 100 anni? **Usando pannolini lavabili e riutilizzabili darete una mano alla natura.**

le POPPATE

ALLATTAMENTO E ALIMENTAZIONE

Nei primi due giorni dopo la nascita, la bambina popperà diverse volte perché il latte viene poppando: **più la piccola si attacca, più la mamma produrrà il latte necessario**. Anche le poppate notturne sono fondamentali per la crescita. Non seguite orari fissi. Un leggero calo di peso è fisiologico, ma non temete, sarà presto recuperato, grazie alle poppate che diventeranno almeno 8 nell'arco delle 24 ore.

RESPONSIVITÀ

il PIANTO e il CONTATTO

Se il bambino piange spesso non sentitevi sopraffatti! **Il pianto è la principale forma di comunicazione di un bebé** e con il trascorrere dei giorni vi sarà più facile riconoscerne le ragioni: fame, sonno, bisogno di vicinanza fisica. **Il contatto è sempre importante**, soprattutto pelle a pelle, **e ogni neonato nasce con questo bisogno**. Ritrovare il battito del cuore che lo ha accompagnato prima di nascere ha una straordinaria capacità di conforto e rassicurazione.

GIOCO E APPRENDIMENTO

lo SGUARDO

La vostra bambina può vedere fin dalla nascita, guardatela spesso negli occhi! Il vostro legame si farà più profondo e, poco alla volta, **la bimba imparerà a riconoscere le emozioni dal viso e dalle espressioni delle persone che le stanno intorno**.

PROTEZIONE E SICUREZZA

SEGGIOLINO OMOLOGATO e DISPOSITIVO ANTI-ABBANDONO

Sin dal ritorno a casa dal punto nascita, affidatevi a un **seggiolino omologato** e assicuratevi di avere un **dispositivo anti-abbandono**. Nei mesi più freddi ricordate di togliere il giubbotto al piccolo prima di allacciare le cinture.

le PRIME QUATTRO SETTIMANE

la CRESCITA

SALUTE E BENESSERE

Ogni bambina e bambino ha un proprio ritmo di crescita, che può variare nel tempo. È importante che venga pesato dalla pediatra durante le visite di controllo e all'interno di una valutazione globale dello sviluppo, non dopo ogni poppata. Le tutine che diventano strette sono un buon segnale di crescita! Se avete dubbi sull'allattamento o se la mamma sente dolore, non esitate a consultare una persona esperta.

SEGNALI di FAME

ALLATTAMENTO E ALIMENTAZIONE

La bimba **ruota la testa**, **schiocca la lingua** sulle labbra, porta i **pugni alla bocca**? Sono tutti segnali di fame, e sono gli stessi sia per i bebé allattati che per i neonati alimentati con formula (prima chiamata "latte in polvere" o "artificiale").

il PIANTO e il CONTATTO

RESPONSIVITÀ

Durante le prime visite dei nonni e della famiglia allargata, non esitate a spiegare che non state viziando il bambino tenendolo in braccio o in fascia e che **il pianto non è un capriccio**. Sarete tutti alleati nell'offrire conforto e rassicurazione al nuovo arrivato!

le PAROLE e i SUONI

GIOCO E APPRENDIMENTO

Le parole e i suoni sono il primo e il più efficace strumento per accompagnare lo sviluppo delle bambine e dei bambini. **Dedicate un'attenzione speciale alle piccole routine quotidiane**, ad esempio cantando una canzone durante il cambio del pannolino o leggendo un libro.

la NANNA SICURA

PROTEZIONE E SICUREZZA

I neonati devono dormire **a pancia in su, su una superficie piana, rigida e sgombra da qualsiasi oggetto** - cuscino incluso. Resistete alla tentazione di rendere la culla più accogliente con doudou, peluche, cuscini e paracolpi.

¿ PRIMI TRE MESI

SALUTE E BENESSERE

le VACCINAZIONI

È il momento delle prime vaccinazioni, ma niente paura: **i vaccini sono totalmente affidabili e sono lo strumento più efficace per proteggere la salute dei piccoli**. Prima della puntura respirate profondamente e rivolgetevi con voce calma alla vostra bimba. Subito dopo, non risparmiate sulle coccole per rassicurarla e confortarla!

ALLATTAMENTO E ALIMENTAZIONE

ALLATTAMENTO

Il latte viene poppando! Se il bambino si attacca bene e di frequente al seno, senza causare dolore, la produzione di latte materno è ormai ben avviata. Allattare è un lavoro di squadra. La mamma non deve fare tutto da sola: ha bisogno del coinvolgimento del partner e del sostegno del personale sanitario e di persone esperte. Riceverlo è fondamentale per farla sentire serena durante il periodo dell'allattamento.

il CONFORTO NOTTURNO

RESPONSIVITÀ

Potrebbero intensificarsi i pianti nelle ore notturne, ma in questa tenerissima età i bambini non sono in grado di apprendere routine del sonno. **Non è il momento giusto per stabilire dei limiti al contatto**, anzi: rispondendo sempre al bisogno di conforto, giorno dopo giorno, i bambini ridurranno l'insistenza dei loro richiami, avendo la sicurezza di essere accolti e accuditi.

la VICINANZA e il TEMPO INSIEME

GIOCO E APPRENDIMENTO

Il vostro viso, il vostro corpo e la vostra voce sono il giocattolo preferito del piccolo. **Tenetelo a pancia in giù sul vostro petto** per godere della vicinanza mentre allena le capacità motorie necessarie alla sua crescita. **Leggete un libro ad alta voce, cantate una canzone** al bimbo picchiettando a tempo il suo piedino con un dito... Sono tutti semplici modi per rafforzare il vostro legame e per sviluppare capacità sociali e cognitive fondamentali.

STANCHEZZA e AIUTO

PROTEZIONE E SICUREZZA

Non importa quanto siete stanchi o stressati, **non scuotete mai la vostra bambina**. Un forte scuotimento, anche di pochi istanti, può causare lesioni gravi: un bambino di pochi mesi fatica a controllare la testa, che pesa molto ed è più grande del resto del corpo. Nei momenti più difficili cercate aiuto e ricordate: la fase neonatale è temporanea e passerà presto.

DA 4
A 6 MESI

il BENESSERE EMOTIVO

SALUTE E BENESSERE

Le visite di controllo e gli esami dell'udito e della vista aiutano a identificare precocemente eventuali difficoltà. Diventando sempre più capaci di riconoscere i bisogni del bambino, vi state anche prendendo cura del suo benessere emotivo. **La vostra presenza amorevole e attenta**, infatti, **lo fa sentire protetto e lo aiuterà**, mese dopo mese, **ad orientarsi con gioia e sicurezza nel grande mondo che lo circonda**.

ALLATTAMENTO

ALLATTAMENTO E ALIMENTAZIONE

Fino al sesto mese si raccomanda di **continuare con l'allattamento esclusivo**. Anche nei mesi estivi o durante le ondate di calore, il latte materno contiene molta acqua e basta da solo a soddisfare un bebé assetato.
Se decidete di alimentare la bambina con la formula, anche in questo caso è importante che riceviate il giusto supporto e informazioni da personale sanitario per la corretta preparazione, somministrazione e conservazione della formula in sicurezza.

il SORRISO

RESPONSIVITÀ

Il vostro bambino comincia a mostrarvi tutto il suo amore! **In questi mesi, i bambini e le bambine imparano a sorridere spontaneamente** e a rispondere al vostro sorriso, perché aumentano le capacità e l'interesse nell'imitare movimenti ed espressioni facciali. Parlategli con voce dolce, guardatelo con amore e godetevi tutta la tenerezza che saprà offrirvi.

ESPLORAZIONI MOTORIE e SENSORIALI

GIOCO E APPRENDIMENTO

È tempo per le prime esplorazioni motorie e sensoriali, grazie a un maggiore equilibrio della testa e alla capacità di reggere gli oggetti con entrambe le mani. Fate toccare alla vostra bimba stoffe diverse, proponetele un sonaglino da scuotere e far suonare, offritele libricini leggeri e facili da tenere in mano o sfogliare. **Create uno spazio sicuro e stimolante a terra per giocare a pancia in giù** e cominciare a muoversi in autonomia poco alla volta.

SICUREZZA

PROTEZIONE E SICUREZZA

Non lasciate mai il bambino da solo sul fasciatoio, sul vostro letto o nella sdraietta: per quanto goffi, i suoi primi movimenti sono rapidi e imprevedibili! Se si è soli e bisogna allontanarsi un momento, meglio mettere il bambino al sicuro nel lettino con le sponde alzate, nel box o per terra.

DA 6
A 9 MESI

le CAPACITÀ MOTORIE

SALUTE E BENESSERE

Giorno dopo giorno la vostra bambina affina le sue capacità motorie: impara a rotolare dalla schiena alla pancia e viceversa, prova a raggiungere oggetti distanti allungando le braccia o strisciando, sta seduta senza supporto soprattutto se nei mesi precedenti ha esplorato e giocato a pancia in giù... **Incoraggiate queste nuove abilità offrendo occasioni di gioco sicure.**

le PRIME PAPPE

ALLATTAMENTO E ALIMENTAZIONE

Quando bambine e bambini imparano a stare seduti, afferrano le cose e le portano alla bocca, si può cominciare, con pazienza, a sperimentare con l'alimentazione complementare (le famose pappe!).
Offrite i primi cibi "da grandi" **quando il bimbo mostra segnali di fame**, ma non insistete se notate disinteresse.
Sedere con voi a tavola e partecipare al momento del pasto offrirà in modo naturale stimoli ad assaggiare.
Se dopo qualche boccone chiude la bocca serrando le labbra o gira il viso dall'altra parte è possibile che sia già sazio!

GIOCO e INTERAZIONE

RESPONSIVITÀ

Comincia un periodo di grande gioco e interazione. Quando la vostra bimba vi tende la mano, sorride o fa smorfie, o ancora pronuncia i primi balbettii, voi **rispondete replicando i suoi gesti, mostrando interesse** verso ciò che fa e rispondendo ai suoi versetti, improvvisando una conversazione.

NUOVE SCOPERTE

GIOCO E APPRENDIMENTO

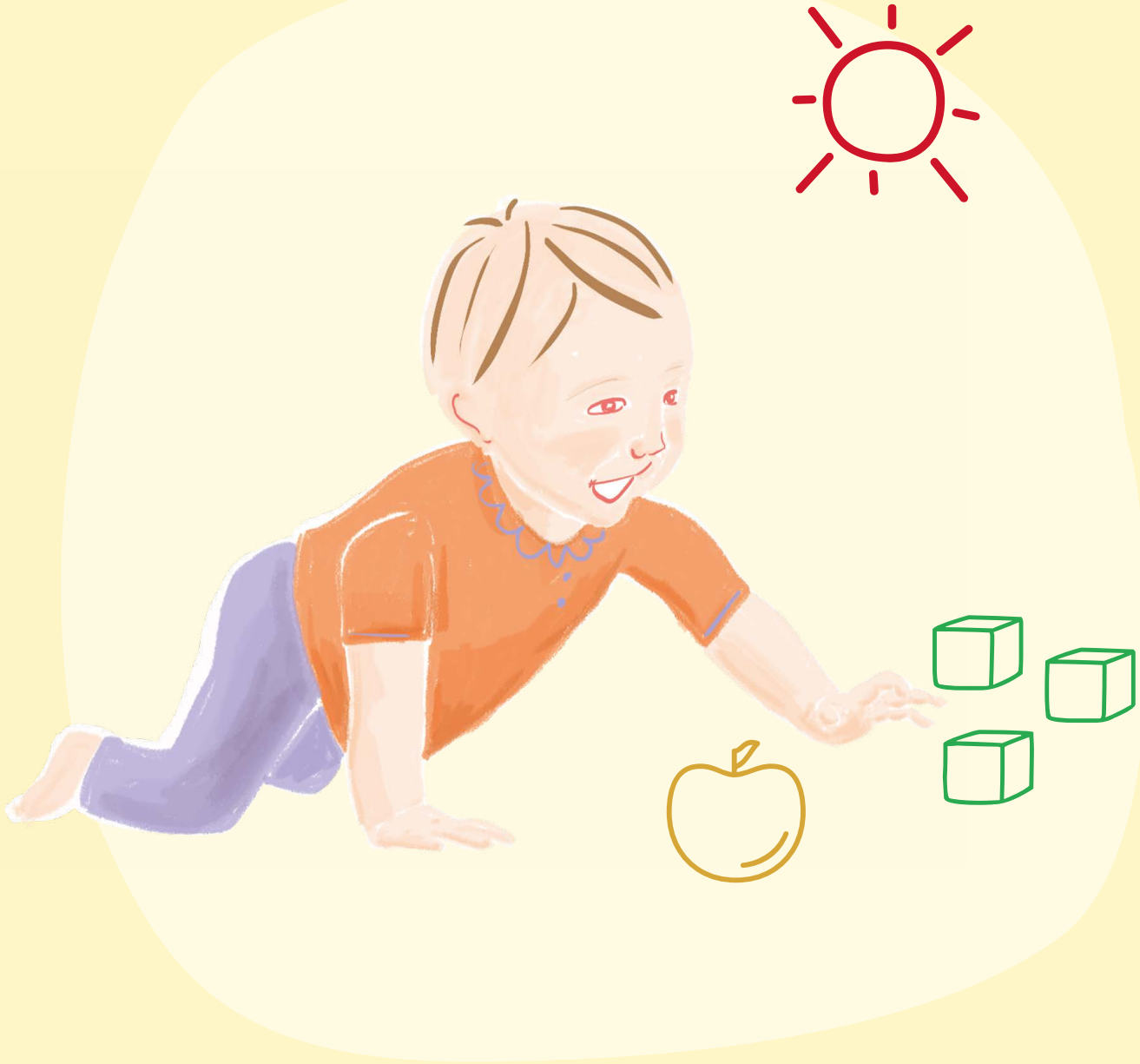
Il vostro bimbo impara da tutto e in ogni momento! Durante i pasti, descrivete i cibi e nominateli; quando siete fuori per sbrigare faccende, descrivete le vostre azioni o raccontate una storia.
Usate il suo nome per chiamarlo e giocate allo specchio con la vostra immagine riflessa.

SICUREZZA a TAVOLA

PROTEZIONE E SICUREZZA

Ricordate di **allacciare sempre le cinture del seggiolone e non allontanatevi mai** mentre la piccola mangia.
I cibi proposti vanno tagliati in maniera sicura, in lungo e con forme a bastoncino. Non date pezzi piccoli, a forma di tubicino o tondi (come ad esempio le rondelle di carota): sono a rischio soffocamento.

DA 9
A 12 MESI



CURIOSITÀ & MOVIMENTO

SALUTE E BENESSERE

I piccoli esploratori cominciano a gattonare e a sollevarsi in piedi con un appoggio. Cresce la curiosità verso gli oggetti, che indicheranno e proveranno a prendere. **Lasciarli muovere in autonomia con la vostra supervisione rafforzerà il loro senso di indipendenza e la loro autostima.**

MANGIARE SANO INSIEME

ALLATTAMENTO E ALIMENTAZIONE

Nei negozi e in farmacia troverete tanti cibi pronti per bambini, ma **la scelta migliore, più nutriente e meno costosa (per voi e per l'ambiente) è preparare il cibo in casa**! Mangiate a tavola insieme e permettete alla vostra bimba di esplorare e provare nuovi sapori e consistenze assaggiando il vostro pasto. **Evitate i cosiddetti "cibi ultraprocessati"**, cioè quei cibi troppo lavorati con l'aggiunta di conservanti, coloranti o aromi artificiali, dannosi per la salute. Se i bambini iniziano a mangiarli da piccoli, sarà poi molto difficile farli smettere.

la SEPARAZIONE

RESPONSIVITÀ

Il vostro bimbo cerca più coccole e piange se vi allontanate? Sono manifestazioni della cosiddetta “ansia da separazione”. **Rassicuratelo raccontando cosa farete e che tornerete presto**, senza indugiare al momento dei saluti. Per spiegare che le separazioni sono solo temporanee, e che le persone ci sono anche se non le vediamo, **potreste aiutarvi con dei giochi, come il “cucù” o il “nascondino”**, o con delle letture adatte alla fascia d’età.

PAROLE e IMMAGINI

GIOCO E APPRENDIMENTO

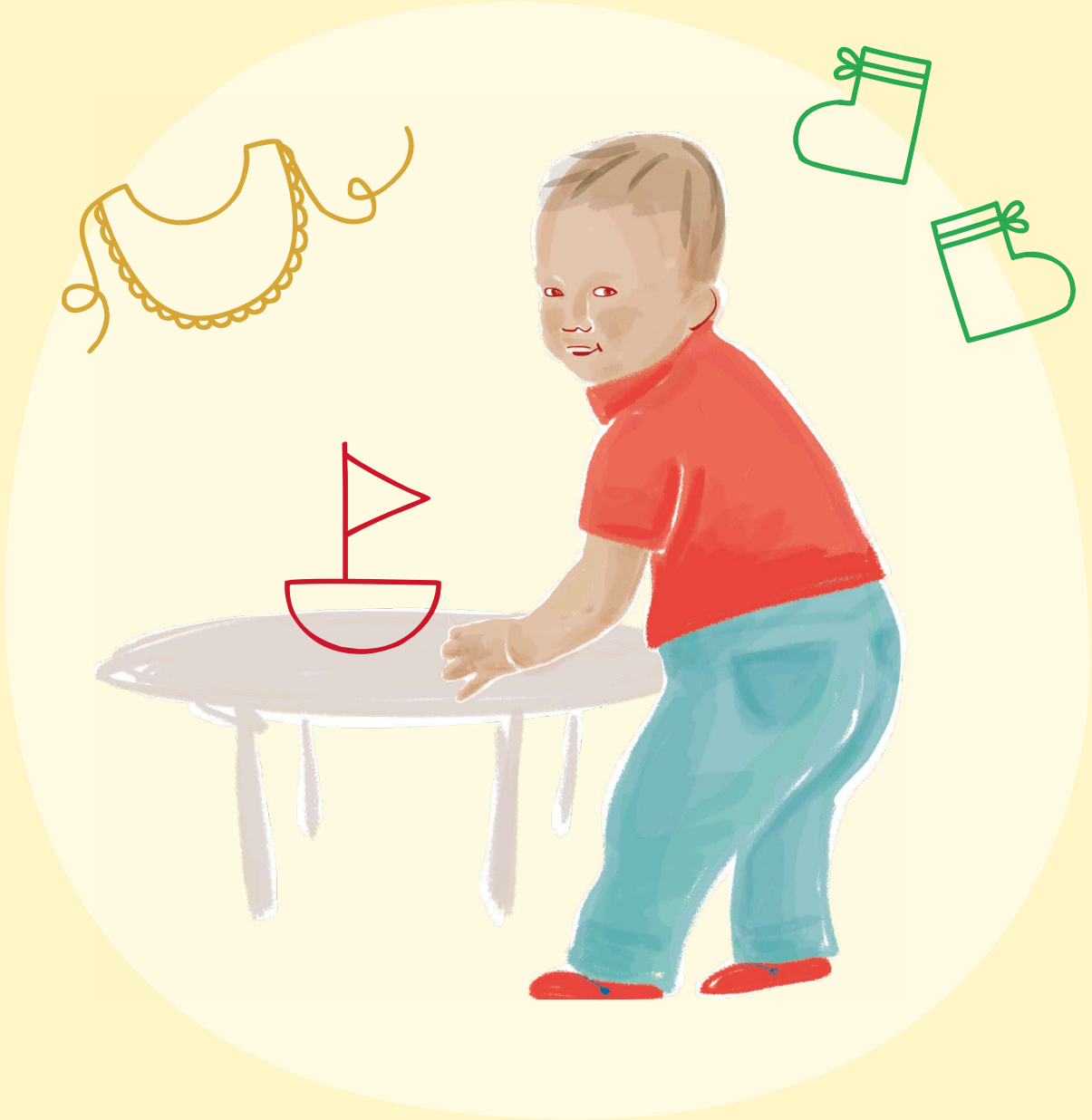
Se vostra figlia adora indicare, è il momento per introdurre degli albi fotografici tra le prime letture o per crearne uno personalizzato ritagliando immagini di persone e oggetti comuni. **Nominando gli oggetti a lei più familiari, favorirete il suo sviluppo linguistico e la incoraggerete ad esprimere le sue preferenze e opinioni.**

AMBIENTI SICURI

PROTEZIONE E SICUREZZA

Favorite l’autonomia nel movimento creando ambienti sicuri: **coprite gli spigoli, proteggete le prese elettriche e montate cancelletti e protezioni per bloccare l’accesso alle scale**. Tenete gli oggetti pericolosi o potenzialmente nocivi, come medicinali e detersivi, lontani dai bordi di tavoli, sedie e tavolini. Bimbe e bimbi spesso usano questi mobili come appoggio per stare in piedi e potrebbero raggiungerli facilmente.

DA 12
A 18 MESI



SALUTE E BENESSERE

¿ PRIMI PASSI

La vostra bambina muoverà i primi passi e dimostrerà di essere sempre più coordinata nei movimenti: potrebbe persino collaborare al momento di vestirsi, infilando da sola le braccia nelle maniche di una felpa. **Rallentate i vostri ritmi e permettetele di provare a fare da sola per darle fiducia in sé.**

ALLATTAMENTO E ALIMENTAZIONE

AUTONOMIA A TAVOLA

I bambini e le bambine possono già cominciare a mangiare da soli, se **incoraggiati con pazienza e amore**. L'inizio sarà un po' caotico ma impareranno presto a coordinarsi meglio per portare il cibo alla bocca. Date loro tempo, fiducia... e un bavaglino!

la COMUNICAZIONE

RESPONSIVITÀ

Versetti e gridolini servono ad attirare la vostra attenzione. **Dimostratevi interessati e date conferma al vostro bimbo di quanto i suoi bisogni contano.** È il momento perfetto per chiacchierare di cosa accade attorno a voi. Potrete raccontargli le novità per accompagnarlo nelle prime scoperte o per rendere le fasi di transizione tra i vari momenti della giornata più prevedibili e divertenti.

il GIOCO

GIOCO E APPRENDIMENTO

Basta un quarto d'ora di gioco per creare milioni di connessioni neurali. Sperimentate nuovi giochi sensoriali usando materiali di riciclo: mettete dell'acqua e delle perline in una bottiglia ben sigillata, affinché il piccolo la scuota e la osservi. Oltre a sviluppare i suoi sensi, gli state insegnando a rispettare il pianeta!

SICUREZZA a NANNA e IN CASA

PROTEZIONE E SICUREZZA

Se la vostra bimba prova ad arrampicarsi anche all'ora della nanna, è il momento di passare al lettino: **scegliete un modello basso**, appoggiato a terra, **o utilizzate una spondina** per prevenire possibili cadute. In generale, **fate attenzione a tutti gli oggetti su cui la piccola potrebbe salire**. Ad esempio, non lasciate mai sedie o sgabelli vicino alle finestre o ai fornelli.

DA 18
A 24 MESI

SALUTE E BENESSERE

PASSI & AUTONOMIA

I passi sono sempre più spediti e si fa forte il desiderio di autonomia! Fate una passeggiata fianco a fianco e **lasciate che sia il vostro bambino a dare ritmo e direzione incoraggiando la sua autostima**. Godetevi anche una chiacchierata, potrebbe già dire le sue prime parole.

ALLATTAMENTO E ALIMENTAZIONE

ALIMENTAZIONE SANA

Siate un buon modello! Consumate cibi e bevande sani e nutrienti e non fate mai mancare frutta e verdura in tavola. **Create un rapporto positivo con il cibo**, non usandolo come premio o punizione ed evitate il più possibile bevande zuccherate, caramelle, cioccolatini, merendine confezionate e tutti i cibi che contengono zuccheri aggiunti.

i CAPRICCI

RESPONSIVITÀ

In questa fase della crescita spesso bambine e bambini fanno più fatica ad accettare i limiti, per cui possono intensificarsi le piccole crisi di rabbia e di pianto, che solitamente definiamo 'capricci'. Ricordate che **non esistono bambini cattivi, ma competenze in maturazione**. Assicuratevi che il vostro bambino non abbia fame o sonno, perchè fame e stanchezza non sono di aiuto. In ogni caso, accoglietelo in un abbraccio e con parole comprensive: non esiste modo migliore per aiutarlo a superare i momenti difficili.

le ABILITÀ SOCIALI

GIOCO E APPRENDIMENTO

È il momento giusto per concentrarsi sulle abilità sociali attraverso il **gioco del "fare finta"**. Cullate un peluche e accuditelo insieme come fareste col vostro bimbo. Trasformate un cucchiaio in un microfono o una pentola in una batteria. Ricordate che **non esistono giochi "da maschi" e "da femmine"**, sono tutte opportunità per incoraggiare la libera espressione, l'empatia e la creatività del vostro bambino.

PARCHI e GIARDINI

PROTEZIONE E SICUREZZA

Parchi e spazi urbani verdi sono un grande alleato per la crescita: aiutano la socializzazione tra pari, offrono aria più pulita e un riparo dalle ondate di calore nei mesi caldi. Per quanto possibile, cercate di **evitare le strade troppo trafficate o le zone industriali**, così che il bambino possa respirare aria più pulita.

DAI
2 ANNI

SCOPERTE e AUTONOMIA

SALUTE E BENESSERE

La vostra bimba cammina, si arrampica, salta, corre ed è piena di energia. Il suo vocabolario è in continua crescita e ormai sa distinguere forme e colori. **Si interessa alle vostre attività, che proverà a imitare e alle quali vorrà partecipare attivamente.** Potrebbe persino mostrare interesse per l'uso del vasino!

GIOCARE INSIEME in CUCINA

ALLATTAMENTO E ALIMENTAZIONE

Coinvolgete vostro figlio nella preparazione dei pasti, usando utensili da cucina a prova di bambino o assegnandogli i compiti più semplici e sicuri. Si sentirà più autonomo e avrà anche voglia di assaggiare le sue preparazioni!

SFIDE e INDIPENDENZA

RESPONSIVITÀ

Con l'indipendenza arrivano le prime sfide, per sentirsi più grandi e testare i vostri limiti. **Le punizioni corporali, le urla e le offese non sono mai uno strumento educativo.** Il gioco, invece, può aiutare a superare le piccole ribellioni. Coinvolgere il vostro bimbo in attività casalinghe, come aiutarvi a pulire o prendersi cura di piante e fiori, rafforzerà la sua fiducia in sé stesso, la sua capacità di collaborare e anche il suo rispetto per l'ambiente!

il GIOCO e le EMOZIONI

GIOCO E APPRENDIMENTO

Il disegno e il gioco sono importantissimi per imparare ad esprimere le emozioni, riconoscerle e dar loro un nome. Divertitevi a sperimentare con l'arte: disegnate o dipingete con le dita, durante le vostre uscite raccogliete materiali naturali da decorare. **Potrete così trovare insieme forme e modi per esprimere ciò che sentite ed entrare in connessione emotiva con i vostri figli.**

la SICUREZZA STRADALE

PROTEZIONE E SICUREZZA

È tempo per introdurre il vostro bimbo alla sicurezza stradale! **Anche se le macchine lo incuriosiscono, spiegategli che è importante stare a distanza di sicurezza dai veicoli.** Potreste inventare una canzone o un gioco per ricordargli di tenervi la mano e fare in modo che cammini dal vostro lato, lontano dal traffico.

Cari genitori,

i primi tre anni di vita delle bambine e dei bambini sono un tempo straordinario, fatto di scoperte, emozioni e cambiamenti continui. Sono anni impegnativi, che richiedono energia e pazienza: è normale sentirsi stanchi, a volte incerti o persino soli di fronte alla grande responsabilità di accompagnare la crescita di un essere umano.

La guida che state leggendo nasce per stare al vostro fianco in questo percorso, offrendo spunti e indicazioni che possano sostenervi con serenità nella quotidianità. Ogni famiglia è unica e preziosa: per questo, in caso di dubbi o bisogni specifici, vi invitiamo sempre a confrontarvi con la vostra pediatra o il vostro pediatra di fiducia, per ricevere un supporto attento e personalizzato.

Allo stesso modo, è importante prendersi cura anche di sé: se vi sentite sopraffatti, parlare con qualcuno e chiedere aiuto è un gesto di forza e di amore. Le bambine e i bambini hanno bisogno di genitori presenti, affettuosi e sereni:

ciò che fa davvero la differenza è la cura, l'ascolto e l'amore che ogni giorno dedicate loro.

Comitato Italiano per l'UNICEF Fondazione ETS

Via Palestro, 68 - 00185 Roma