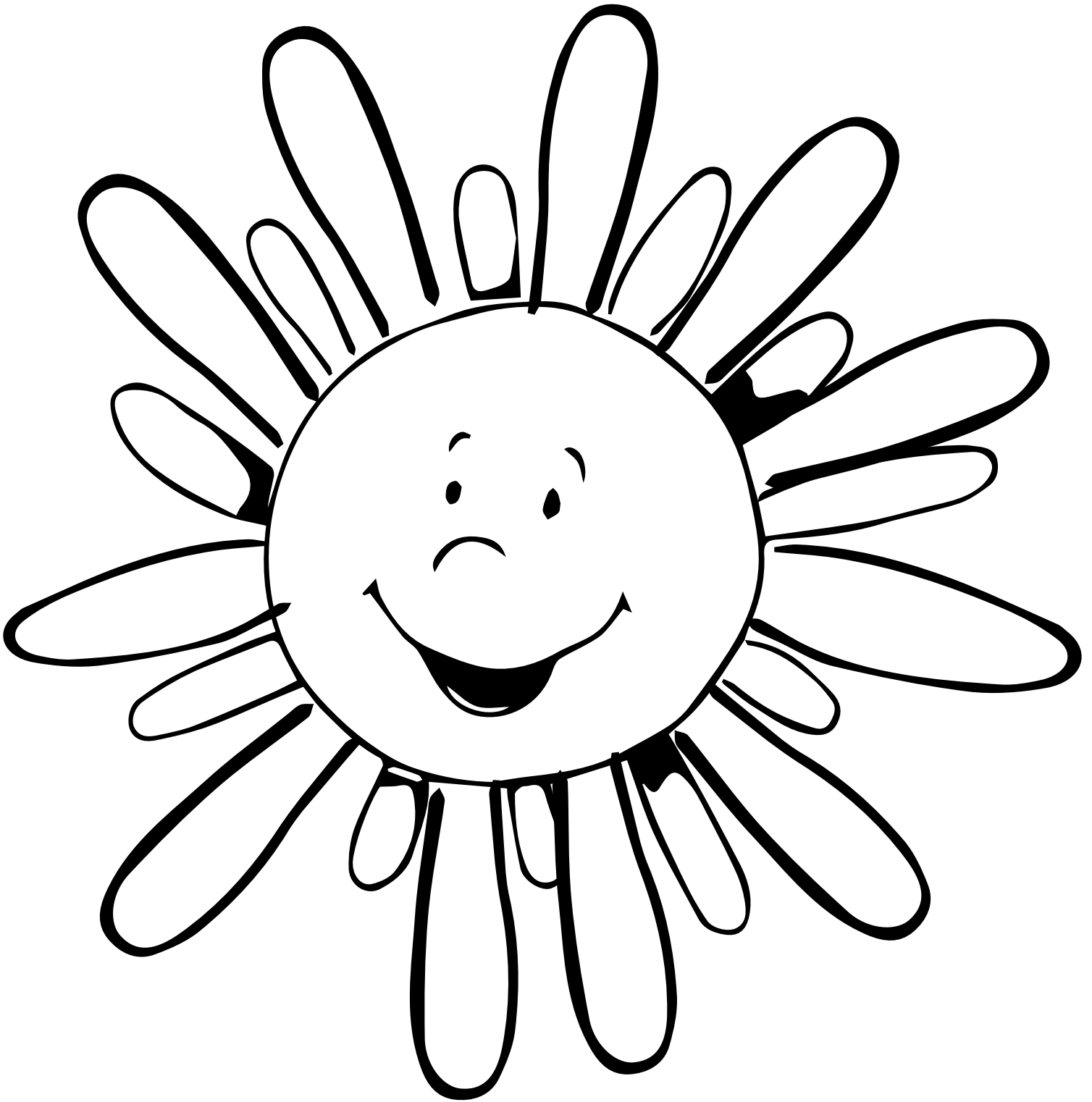


**DARE IL PROPRIO  
CONTRIBUTO/AIUTARSI  
AIUTANDO GLI ALTRI**

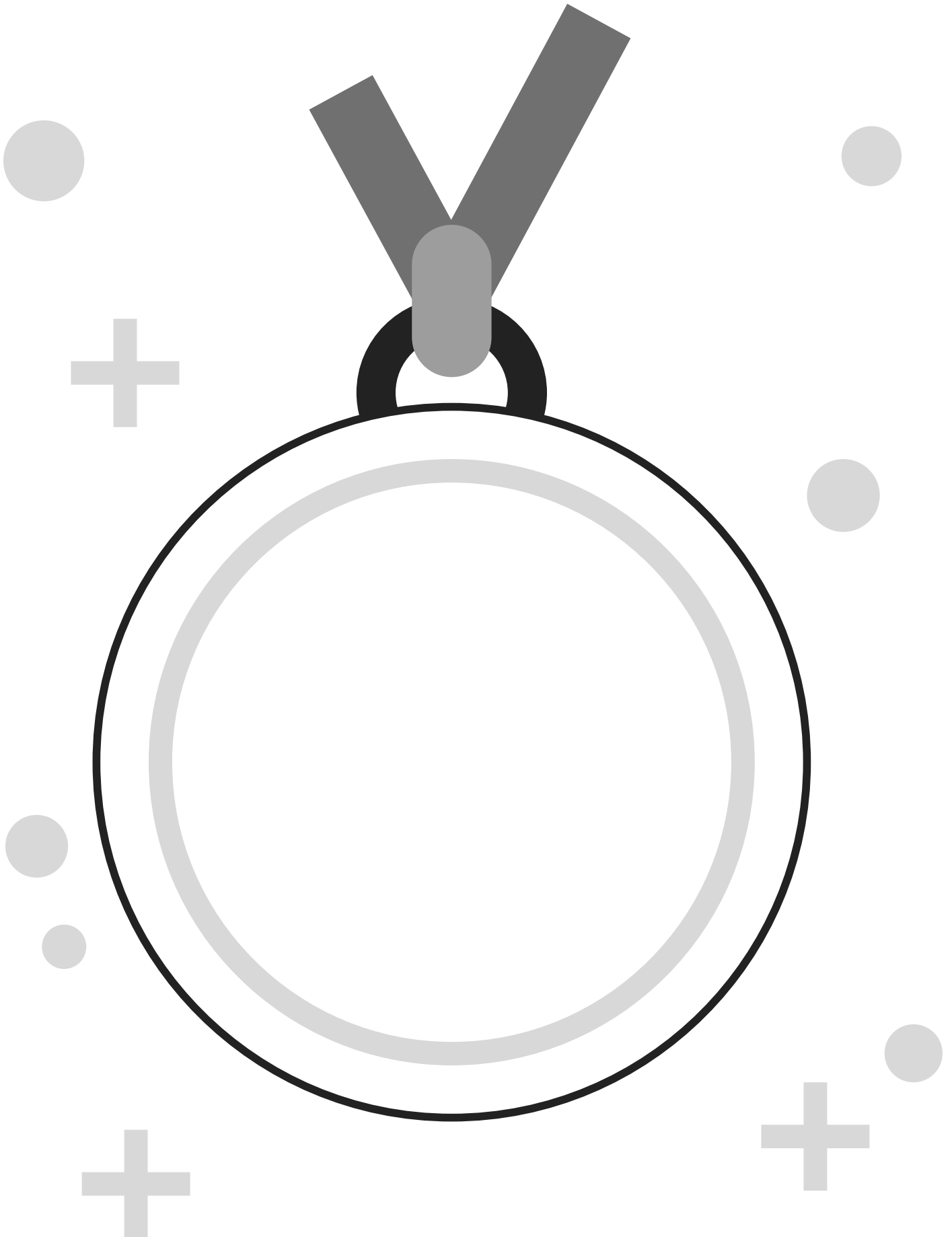
# IL SOLE DELLA GENTILEZZA

Inserisci nei raggi del sole i gesti e le parole  
che secondo te esprimono gentilezza



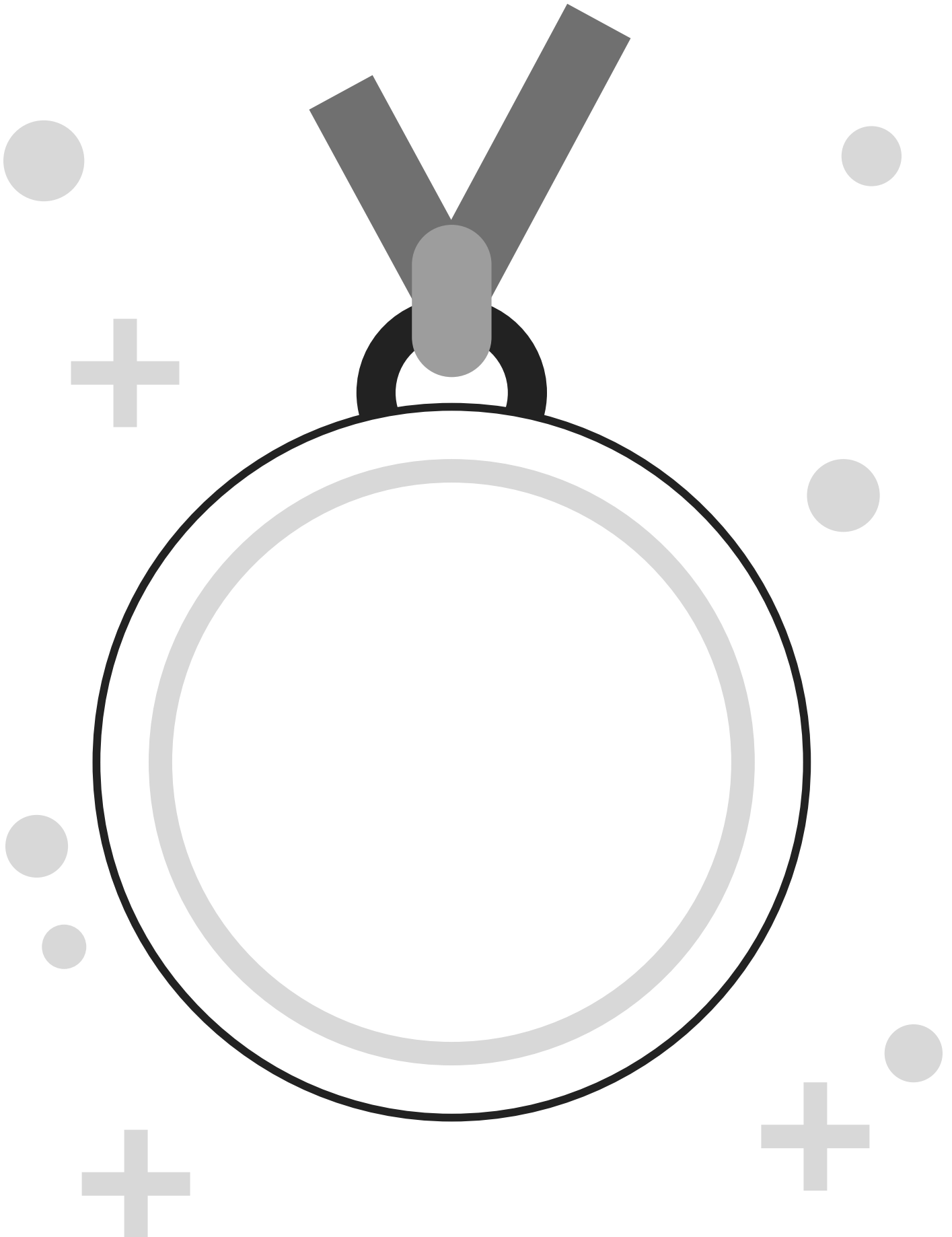
# TI AIUTO IO!

Disegna all'interno del cerchio un momento in cui  
**HAI AIUTATO** un tuo compagno di classe.



# QUALCUNO MI HA AIUTATO!

Disegna all'interno del cerchio un momento in cui  
**SEI STATO AIUTATO** da qualcuno



# SI SONO PRESI CURA DI ME

Nella vita di tutti i giorni, fin dalla nascita, sperimentiamo che qualcuno si **PRENDE CURA DI NOI**, attraverso gesti, atteggiamenti, azioni, servizi e parole.

Prova a individuare i modi con cui queste persone **SI PRENDONO CURA DI TE** (genitori, fratelli/sorelle, parenti, amici, educatori, insegnanti ecc...). Inserisci il nome della persona e in che modo si prende cura di te (esempio: dandomi da mangiare, insegnandomi a leggere e scrivere ecc).

Nome .....

Racconto dell'esperienza

.....  
.....  
.....

Emozioni che hai vissuto o che vivi ancora

.....  
.....



Nome .....

Racconto dell'esperienza

.....  
.....  
.....

Emozioni che hai vissuto o che vivi ancora

.....  
.....



Nome .....

Racconto dell'esperienza

.....  
.....  
.....

Emozioni che hai vissuto o che vivi ancora

.....  
.....



# MI SONO PRESO CURA DI ....

Nella scheda precedente abbiamo visto chi si **PRENDE CURA DI NOI**. Prova invece ora ad **individuare LE PERSONE** o anche **GLI ANIMALI/ le PIANTE** di cui **TU TI PRENDI CURA E I MODI CON CUI LO FAI** (gesti, azioni, parole). Nei vari riquadri inserisci il nome (persona-animale-pianta) e in che modo te ne prendi cura (esempio: aiutando ad apparecchiare la tavola, sostenendo un amico o una persona in difficoltà, innaffiando una pianta ecc...).

Nome .....

Racconta i gesti e le azioni del prendersi cura

.....  
.....  
.....

Emozioni che vivi mentre agisci questi comportamenti

.....  
.....



Nome .....

Racconta i gesti e le azioni del prendersi cura

.....  
.....  
.....

Emozioni che vivi mentre agisci questi comportamenti

.....  
.....



Nome .....

Racconta i gesti e le azioni del prendersi cura

.....  
.....  
.....

Emozioni che vivi mentre agisci questi comportamenti

.....  
.....





# AZIONI DI AMORE, CURA E GENTILEZZA

Alcuni modi e comportamenti per esprimere affetto, gentilezza e aiuto.  
In questa scheda sono elencati alcuni modi per esprimere affetto, gentilezza, aiuto, nei confronti delle persone che ti sono care e/o ti stanno vicine (familiari, amici, compagni di classe, vicini di casa ecc.). Ti chiediamo di indicare il nome di alcune persone a te care e di provare a ipotizzare i gesti concreti che potresti fare nei loro confronti.

Invia un messaggio di ringraziamento a:

-----

**COSA GLI VUOI DIRE**

-----  
-----  
-----

Fai un favore a:

-----

**COSA PUOI FARE PER LUI/LEI**

-----  
-----  
-----

Dopo tanto tempo che non hai  
contati con lui/lei contatta

-----

**COME LO/LA SALUTI?  
COSA HAI VOGLIA DI DIRE?**

-----  
-----  
-----

Invia un messaggio di incoraggiamento  
e pensieri positivi a:

-----

**COSA GLI VUOI DIRE**

-----  
-----  
-----

Fai qualcosa di utile per:

-----

**QUALE GESTO PUOI COMPIERE**

-----  
-----  
-----

Fai sapere a una persona  
quanto è importante per te:

-----

**COME GLIELO COMUNICHI?**

-----  
-----  
-----