

unicef 

per ogni bambino

kids  
UNITED

«Settimane delle stelle» 2022

Fermate  
la fame in  
Madagascar.

PARTECIPA  
ANCHE TU:  
dal 20 novembre  
fino a Natale

La rivista del club per bambini di  
UNICEF Svizzera e Liechtenstein  
2ª edizione 2022

# Cari UNICEF kids,

Le «Settimane delle stelle» sono di nuovo alle porte. Quest'anno raccogliamo donazioni per i bambini del Madagascar. Scoprite leggendo questa edizione di «kids united» perché soffrono la fame, perché ciò ha a che fare con i cambiamenti climatici e perché è tanto importante partecipare alle «Settimane delle stelle». Troverete anche tanti spunti, idee, consigli e divertimento. Divertitevi a leggere, provare e sperimentare! Solo se vi sentite bene, infatti, potete mettercela tutta per aiutare gli altri.

Il vostro team dell'UNICEF  
Laura, Ariane e Laura



## Indice



### «SETTIMANE DELLE STELLE» 2022

Fermiamo la fame in  
Madagascar.

### PREMIO «SETTIMANE DELLE STELLE» 2022

Congratulazioni!



### L'ANGOLO CREATIVO

Idee per la tua iniziativa  
«Settimane delle stelle».

8-9

### L'ANGOLO PER DIPINGERE 11

Spazio ai colori!

### L'ANGOLO DEL BENESSERE 12-13

ciò che ti dà forza.

### L'ANGOLO «KIDS UNITED» 14-15

Notizie di attualità dal  
mondo dell'UNICEF.

### L'ANGOLO DEI GIOCHI 16

Buon divertimento!

**Colophon edizione e redazione:** UNICEF Svizzera e Liechtenstein. **Traduzione** in francese: Martine Besse, in italiano: Translingua. **Revisione:** tedesco: Marianne Sievert, francese: Translingua, italiano: Translingua. **Tipografia:** Galledia Print AG. **Carta:** carta ecologica (Nautilus 90 g/m<sup>2</sup>). La rivista del club per bambini esce due volte all'anno. Ordina il tuo esemplare gratuito su [kidsunited@unicef.ch](mailto:kidsunited@unicef.ch). I numeri si possono anche scaricare su [kidsunited.ch](http://kidsunited.ch). L'appartenenza al club «kids united» si può revocare in qualsiasi momento su [kidsunited@unicef.ch](mailto:kidsunited@unicef.ch). **Conto postale donazioni UNICEF:** PC 80-7211-9.

Foto: © Reto Albertalli



## Settimane delle stelle

Bambini per i bambini



## «SETTIMANE DELLE STELLE» 2022

# Fermiamo la fame in Madagascar.

**I**l Madagascar sarebbe un Paese bellissimo, se non fosse per la carestia. Soprattutto il sud del Madagascar è già di per sé secco e caldo come un deserto; ora, però, c'è anche la peggior siccità da 40 anni a questa parte. A causa dei cambiamenti climatici, non piove più da oltre tre anni. Di conseguenza, i piccoli agricoltori non riescono più a raccogliere nulla, e molte famiglie sopravvivono

cibandosi di locuste, manghi, prugne, tuberi e fichi d'India. Ma ormai scarseggiano anche questi alimenti selvatici. Jürg Keim, un collaboratore dell'UNICEF di Zurigo, è stato in Madagascar a luglio e racconta: «Nei villaggi che abbiamo visitato le persone sono molto povere. Non possiedono nulla. I genitori mi hanno indicato il loro stomaco vuoto, che brontolava dalla fame: rinunciavano ai pasti perché i bambini



**I cambiamenti  
climatici**

peggiorano  
ulteriormente la  
situazione.

potessero mangiare quel poco che c'era. L'acqua scarseggia. Una madre che abbiamo incontrato si alza alle tre del mattino insieme alla figlia maggiore per recarsi al pozzo, ciascuna trasportando una grossa tanica. Soltanto il percorso di andata dura due ore. Nel pomeriggio si ripete l'operazione: un lavoro a tempo pieno! E questo ogni giorno.»



¼

dei bambini del Madagascar soffrono di malnutrizione acuta grave.



81 per cento

della popolazione vive in povertà estrema.

## Un piccolo nastro di misurazione e tanta pasta di arachidi salvano vite.



«MUAC» (mid-upper arm circumference) in inglese significa circonferenza dell'avambraccio.

Per vedere dove c'è bisogno di aiuto, l'UNICEF attua controlli regolari nel sud del Madagascar. Tutti i bambini vengono pesati; con il nastro MUAC, un nastro speciale di misurazione, viene inoltre misurata la circonferenza della parte superiore del braccio. Se è insufficiente, il bambino deve subito ricevere assistenza medica. Come Hasambora, la sorellina della sedicenne Manitrisoa.

«Mia sorella ha un anno; il suo nome, Hasambora, significa gioia», dice Manitrisoa. «Spero che le porti fortuna. Purtroppo, pesa solo sei chili ed è molto debole. Per questo la porto spesso in clinica, dove viene pesata e misurata.» Per il suo peso così scarso, Hasambora riceve un'alimentazione speciale, una pasta di arachidi ad alto contenuto energetico di cui l'UNICEF consegna intere casse nelle regioni colpite. Può salvare la vita a un bambino, se viene somministrata per tempo.

**Verde**  
Normale  
stato nutrizionale:  
Circonferenza:  
13,5 cm

**Giallo**  
Malnutrizione:  
Circonferenza:  
12,5 cm

**Rosso**  
Malnutrizione  
acuta:  
Circonferenza:  
11,5 cm



Non in scala.

Foto: © Reto Albertalli

Foto: © Reto Albertalli



## «Settimane delle stelle» 2022 per il Madagascar.

**A**nche tu puoi aiutare! Partecipa alle «Settimane delle stelle» 2022, affinché la sofferenza dei bambini del sud del Madagascar diminuisca. Più donazioni raccogliamo, più bambini l'UNICEF potrà aiutare efficacemente. Con la presente colletta, l'UNICEF permette di curare i bambini piccoli gravemente malnutriti con un'alimentazione speciale, assistenza medica e aiuto materiale. Inoltre, i genitori e gli operatori sanitari vengono formati e informati sul tema dell'alimentazione sana e sul riconoscimento della malnutrizione. Un ruolo importante è svolto anche dagli scout malgasci: l'UNICEF mostra loro come trasmettere in chiave ludica ai bambini più piccoli conoscenze sull'alimentazione sana.

Partecipa ora:  
[settimanedellestelle.ch](http://settimanedellestelle.ch)

### Partecipa:

- **Inventa un'iniziativa di raccolta**, meglio ancora se insieme ad amici/amiche, fratelli, genitori, alla tua classe...
- **Adesso è il momento di progettare**, mettere in pratica e versare quanto ricavato dalle donazioni: grazie mille!
- Sul nostro sito Internet puoi attivare la tua pagina per le **donazioni** e condividere con altri la tua iniziativa.
- **Per finire**: partecipa al concorso di idee. Non dimenticare di menzionare chi ha raccolto donazioni insieme a te.

Foto: © Peter Albritali

# Madagascar

Il Madagascar è la quarta isola più grande del mondo. Si trova nell'emisfero australe, davanti alla costa del Mozambico. Il Madagascar ha quasi 29 milioni di abitanti, circa tre volte gli abitanti della Svizzera. L'isola è molto varia: a nord e a est ci sono le foreste pluviali, mentre il sud è molto secco. Essendo dal punto di vista geologico una delle più antiche isole del mondo, possiede forme di vita vegetali ed animali uniche nel loro genere: per esempio i lemuri, i camaleonti e gli alberi di baobab.



© UNICEF/ESARO

### Il riso come alimento principale.

Generalmente la popolazione vive soprattutto di riso, che si mangia al mattino, a mezzogiorno e alla sera. C'è riso con le verdure, minestra di riso, o torta di riso fatta di una miscela di farina di riso e zucchero di canna. Il Madagascar è considerato il Paese con il maggior consumo di riso del pianeta. Chi se lo può permettere, accompagna al riso carne di pollo, manzo o maiale, lungo le coste anche pesce. Sulle coste settentrionali e orientali, il menù è arricchito dalla noce di cocco. Nelle zone secche sud occidentali la dieta include fagioli e mais.



© AdobeStock



### I lemuri, per metà scimmie e star del cinema.

Non nel sud arido, ma nelle foreste pluviali a nord vive una particolare specie di scimmia. Chi tra voi ama il cinema, avrà forse già sentito parlare di «Madagascar», il film di animazione in più parti uscito nei cinema nel 2005. Un gruppo di animali fugge da uno zoo di New York e, dopo un viaggio avventuroso, finisce in Madagascar. Qui incontra un gruppetto di lemuri sbarazzini – già, proprio loro. In Madagascar oggi vivono più di 100 diverse specie di lemuri. La più piccola, il Mausmaki, pesa appena 30 grammi, la più grande nove chili.

## RETROSPETTIVA

# Il premio delle «Settimane delle stelle» va a...

Il 14 maggio 2022 è finalmente tornato al teatro Schauspielhaus di Zurigo l'appuntamento con il Gran Galà delle Settimane delle stelle. Tutto il team dell'UNICEF non vedeva l'ora di rivedere tanti bambini raggianti di felicità. Dopo uno squisito aperitivo, la presentatrice **Sandra Studer** ha dato il benvenuto a circa 500 ospiti. Sono seguiti intrattenimento e musica con il **duo comico Fullhouse**, il musicista di pop latino **Loco Escrito**, il comico **Stefan Büsser** e l'ambasciatore dell'UNICEF **Kurt Aeschbacher**, che hanno presentato i nominati e consegnato ai vincitori il premio delle Settimane delle stelle. Non sono mancati momenti di grande emozione.



Sandra Studer



Duo Fullhouse



Loco Escrito



Stefan Büsser



Kurt Aeschbacher

Ogni colletta aiuta.



La galleria di immagini e i filmati nominati si trovano su [settimanedellestelle.ch](http://settimanedellestelle.ch)



Settimane delle stelle

Schweizer Familie

unicef

I vincitori e le vincitrici del premio «Settimane delle stelle» 2022:



### SINGOLO:

Lisa di Thierachern BE e le sue creazioni di animali in feltro



### AMICI E FRATELLI:

Mirja e Malou di Oberriet SG e i loro eco-sacchetti



### FAMIGLIA:

le famiglie Howald e Ruckstuhl di Flawil SG con «Best of ten years»



### SCUOLE:

la scuola di Gordola, Canton Ticino, con le sue storie del passato

Foto: © Christian Schmid



## L'ANGOLO CREATIVO

### Idee per le vostre collette.



Partecipare alle «Settimane delle stelle» significa essere creativi, portare un po' di organizzazione e mettercela tutta. Da soli, in due o in gruppo. Ogni iniziativa, grande o piccola che sia, aiuta. Qualche idea e indicazione:

#### Iniziativa con stand o per strada

Per esempio: mercatino delle pulci, musica di strada, artista di strada, bancarella con articoli regalo o dolci di propria produzione.  
Controllare: È necessaria un'autorizzazione? Il posto è ben frequentato? Visibilità?



#### Essere l'ospitante

Ad esempio per: brunch, caffè con dolci, cena a base di zuppa, serata di lettura ad alta voce, serata di Babbo Natale, cena con accompagnamento musicale, ...  
Controllare: Dove si svolgerà? Per quante persone c'è posto? Quanti generi alimentari ci servono? Igiene? Donazione o prezzo fisso? ...



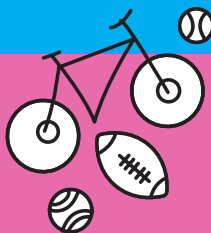
#### Aiuto al vicinato

Per esempio: servizio spesa, babysitting, lavori in giardino, lavori di pulizia, smaltire/riciclare, pomeriggio per i bambini, passeggiata col cane, ...  
Controllare: Di che cosa c'è più bisogno nel quartiere? Che cosa mi piace fare? Concordare il prezzo. ...



#### Per gli appassionati dello sport

Per esempio: corsa sponsorizzata, tiro a segno, percorsi di abilità  
Controllare: Che disciplina sportiva? Quale può essere lo sponsor? Importo per un turno? Dentro o fuori? ...



#### Rappresentazioni ed esibizioni

Per esempio: spettacolo di prestigio, commedia autografa, concerto, cinema in cantina, spettacolo di danza, discoteca per bambini, rivista scolastica...  
Controllare: Argomento? Dove e per quante persone? Pubblico target? Chi partecipa? Di quanto tempo abbiamo bisogno per i preparativi e le prove? Donazione o prezzo fisso? ...



#### Sul nostro sito web

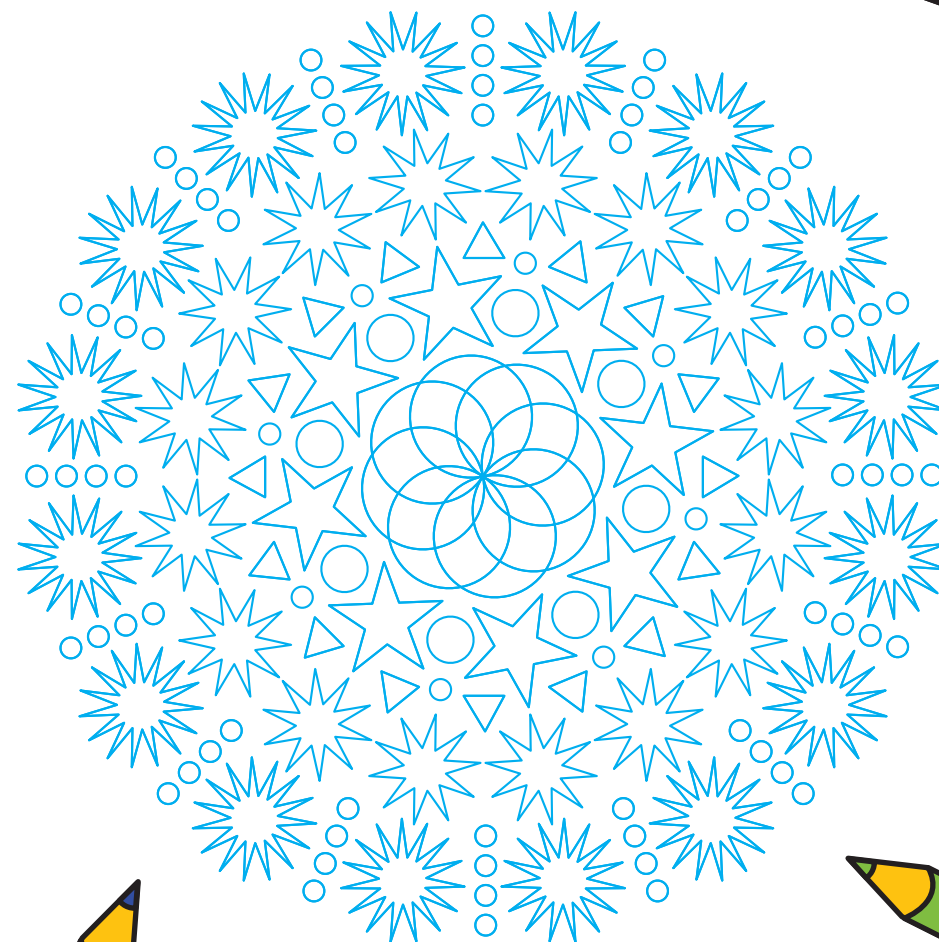
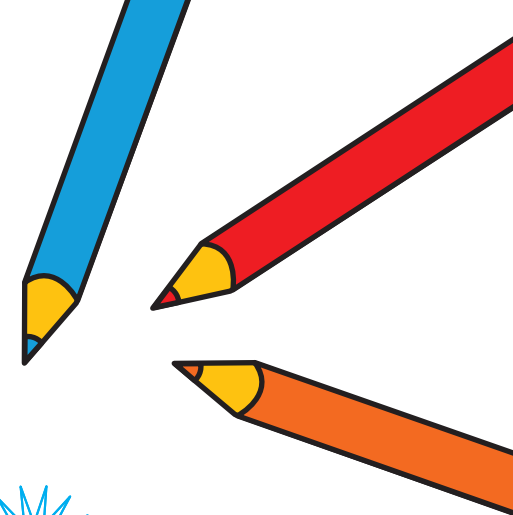
[settimanedellestelle.ch](http://settimanedellestelle.ch) potete trovare altre idee per collette creative, ispirazioni e immagini delle precedenti «Settimane delle stelle».



L'importante è che ti diverta!

## L'ANGOLO PER DIPINGERE

### Spazio ai colori! Buona pittura!



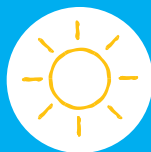
Illustrazioni: © UNICEF/figliapochi

# Ciò che ti dà forza.

In quanto bambino, hai diritto a salute e benessere: lo dice la Convenzione sui diritti dell'infanzia. In questo momento, come ti senti? Oggi stai bene, o non tutto va come vorresti?

**I**l nostro umore muta in continuazione: ci sono giorni in cui ci sentiamo forti e soddisfatti, e altri in cui magari siamo tristi o abbiamo paura di qualcosa in particolare. Talvolta può capitare di provare un vero e proprio crogiolo di emozioni. È una cosa del tutto normale, soprattutto per le persone giovani come te, e fa parte del tuo sviluppo. Tutti noi abbiamo insita una capacità molto speciale per la nostra esistenza, che ci aiuta ad affrontare a livello mentale la vita quotidiana, anche i momenti difficili: **LA RESILIENZA.**

Tuttavia, non tutte le persone possiedono lo stesso grado di resilienza; per questo, alcune si ammalano. La buona notizia è che questa resistenza si può allenare come un muscolo.



## RESILIENZA:

capacità e resistenza che ti permette di rimanere in salute e ottimista anche nei momenti difficili.



### Racconta come ti senti

e ascolta gli altri quando lo raccontano a te.

### Qualche consiglio per rafforzarti:



### Prenditi una pausa

dai media digitali, e chiedi anche agli adulti di fare lo stesso, in modo che possano ascoltarti ed esserti vicini.



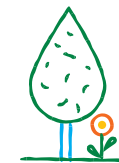
### Muoversi fa bene

Scuotiti, balla, corri, salta, nuota, allena l'equilibrio, soprattutto all'aria aperta, nella natura!



### Tieni un diario,

o trova un altro modo per dare libero sfogo ai tuoi pensieri e alle tue emozioni.



### Trova un luogo sicuro e bello

dove puoi stare per conto tuo.



### Circondati di amici

con i quali ti senti bene e che ti accettano come sei.



### Fatti aiutare

Hai bisogno di una mano per uscire da un momento buio? Allora fatti aiutare dai tuoi genitori, dalla zia, la madrina, i nonni, un insegnante oppure dalla consulenza gratuita **147.ch** di pro juventute (Svizzera) o **147.li** (Liechtenstein).



### Stimola la tua creatività

La creatività aiuta ad esprimere i propri pensieri e le proprie emozioni. Con che cosa ti piace creare, che cosa ti appaga?

# UNICEF NEWS.

Qui trovi le notizie attuali dal mondo dell'UNICEF.



## KidsTakeover

Nella Giornata dei diritti dell'infanzia, il 20 novembre, i bambini prendono la parola: in questa giornata, i bambini assumono posizioni chiave e risvegliano l'attenzione sulle loro esigenze e interessi. Vuoi esserci anche tu?

**Partecipa:**  
[kidstakeover@unicef.ch](http://kidstakeover@unicef.ch)



## Aiuti di emergenza Ucraina

Aiuti d'emergenza in Ucraina. Tutti rimaniamo sconvolti dagli avvenimenti. Per questo è particolarmente commovente vedere come vi impegnate per i bambini bisognosi.

**Grazie di cuore.**



## GoBlue

Inviare in tutto il mondo un segnale blu. Nell'ambito della Giornata dei diritti dell'infanzia, gli edifici e i monumenti si vestiranno di blu per sensibilizzare le persone sui diritti di bambini e adolescenti.

**Contatta:**  
[goblue@unicef.ch](mailto:goblue@unicef.ch)



## «Settimane delle stelle»

Wow! Durante le ultime «Settimane delle stelle» avete raccolto 250 000 franchi. Li utilizziamo in Brasile con il programma «Back to school».

→ [settimanedellestelle.ch](http://settimanedellestelle.ch)

# Elisa, piccola ambasciatrice dell'UNICEF, spiega:



Elisa è piccola ambasciatrice da più di un anno.

Come funziona il passaporto di cittadino del mondo?



## IL PASSAPORTO

di cittadino del mondo è un libretto che serve a documentare le proprie azioni a favore degli altri bambini del mondo. Per ogni azione si riceve un adesivo. Per ottenere un adesivo, bisogna fare un'azione concreta per l'UNICEF. Per esempio, potresti vendere dei biscotti, suonare uno strumento al mercato della tua città, aprire un piccolo bar, pulire le automobili dei tuoi vicini; il tuo unico limite è la tua fantasia!

## GLI ADESIVI

A fine novembre iniziano anche le Settimane delle stelle: sono delle settimane in cui i membri dell'UNICEF di tutta la Svizzera organizzano tante azioni per raccogliere dei fondi che verranno poi utilizzati per aiutare i bambini bisognosi. Ogni anno le Settimane delle stelle hanno un obiettivo diverso: quest'anno sono destinate ai bambini malnutriti del Madagascar. Partecipando ricevi un adesivo per il tuo passaporto.



Hai già visto il nostro sito Internet? Dai un'occhiata, c'è molto da scoprire.

**NUOVO SITO WEB**



## AMBASCIATORE JUNIOR DELL'UNICEF

Quando hai ottenuto sei adesivi, sei invitato ad una grande festa, in cui ti nomineranno piccolo/a ambasciatore/ambasciatrice dell'UNICEF. Significa che ti sei impegnato per gli altri bambini meno fortunati di te; dunque, l'UNICEF ti premia in questo modo.



## L'ANGOLO DEI GIOCHI

# Riesci a indovinare le parole cercate? Ogni bambino ha diritto a...



F A \_ \_ \_ \_ \_



\_ \_ \_ T \_ \_ \_ \_ \_



S \_ \_ \_ \_ E



\_ \_ \_ \_ O



A \_ \_ \_ \_ \_

La soluzione è disponibile su [kidsunited.ch](https://kidsunited.ch)