

# COCCOLE PER GATTI

Sara Elizabeth Kellner

#logosedizioni, 2019



Volete una ricetta infallibile per combattere lo stress? Unite i benefici del knitting a quelli della pet therapy! Allora, perché non creare a maglia dei piccoli giocattoli per i vostri gatti? Si tratta di un'attività semplice e divertente che, oltre a permettervi di sfruttare al meglio i pezzi di filato avanzati da altri lavori, non richiede attrezzi speciali. Quindi prendete i ferri, aprite la scatola dei fili e dite a Felix che ci sarà da divertirsi!

Studi recenti hanno messo in luce i benefici del lavoro a maglia. Oggi di gran moda, chiamato con il termine inglese 'knitting', consiste nella stessa pratica antichissima che le nostre nonne conoscevano assai bene e di cui apprezzavano di certo i benefici: concentrazione e libertà mentale, espressione creativa, rilassamento e azione; movimenti ritmici, ripetuti nel tempo, che 'costringono' a stare nel presente, allontanando le rimuginazioni sul passato o sul futuro, e aumentano il rilascio di serotonina, l'ormone del buon umore. I benefici, dimostrati, sono impressionanti sia dal punto di vista fisico sia mentale e vanno dalla regolarizzazione della pressione sanguigna al miglioramento della memoria o del tono dell'umore. Di certo lavorare a maglia induce calma e un rilassamento profondo.

La pet therapy ormai non ha bisogno di presentazioni e i benefici della compagnia di un animale domestico sono comprovati da innumerevoli studi scientifici. A molti di noi non servono questi studi per apprezzare i gatti, ci basta goderci la loro natura tranquilla e affettuosa, giocosa e impertinente, la loro capacità di osservare in

silenzio, le loro fusa rilassanti; la loro presenza migliora l'umore e può portare grandi benefici, in particolare agli anziani, che si sentono meno soli e pare ricorrano meno anche alle cure mediche, e ai bambini, di cui stimolano la curiosità ma anche lo sviluppo affettivo.

L'autrice Sara Elizabeth Kellner è la curatrice del sito web Rabbit Hole Knits dove presenta al pubblico le sue originali creazioni a maglia, e ha selezionato per questo libro i 25 progetti che hanno fatto impazzire la sua gattina. È stata infatti Miss Sunny Dupree a testare personalmente tutte le lucertole, i topi, i vermi, le cavallette, le farfalle e compagnia bella, che la sua umana ha realizzato a maglia per lei.

Per le sue creazioni, Sara Elizabeth utilizza una tecnica particolare: si tratta del lavoro in tondo con i ferri a doppia punta. A ciascun progetto è associato un livello di difficoltà (bassa, media, elevata) per consentire al lettore di scegliere in cosa cimentarsi a seconda delle sue abilità. Per chi non ha mai provato a lavorare in tondo con i ferri a doppia punta, questi piccoli progetti sono perfetti per iniziare. La maggior parte può essere completata in un paio d'ore e usando filati che si trovano già in casa. Che siate principianti o capaci di avviare le maglie a occhi chiusi, un ripasso ogni tanto fa bene a tutti, così nelle ultime pagine vengono trattate le tecniche di base e le abilità necessarie per realizzare i progetti descritti nel libro, dall'avvio delle maglie al lavoro in tondo, fino alla decorazione a ricamo dei giocattoli finiti

Ormai si sa, anche una ricerca inglese ha certificato che il gatto ha spodestato il cane come migliore amico dell'uomo! Dati alla mano, pare proprio che i gatti siano più diffusi dei cani tra gli animali domestici o da compagnia. Questo libro è dunque dedicato a loro, i migliori amici dell'uomo e della donna, nella speranza che anche il lettore si diverta a realizzare i giocattoli quanto i gatti si divertiranno a giocarci!

Rossella Botti