

# FORTE DI VITA E DI GIOIA

periodico di informazione, confronto, riflessione



**Associazione Madri  
che Allattano al Seno**

**A  
M  
A  
S  
L  
A  
E  
T  
I  
T  
I  
A**

## CONSACRAZIONE DELLA FAMIGLIA al Cuore Immacolato di Maria

Vieni, o Maria, e degnati di abitare in questa casa,  
come già al Tuo Cuore Immacolato  
fu consacrata la Chiesa  
e tutto il genere umano, così noi, in perpetuo,  
affidiamo e consacriamo  
al Tuo Cuore Immacolato la nostra famiglia;  
che il tuo amore e patrocinio ci ottenga grazia  
che tutti i famigliari vivano sempre in pace con Dio e tra di loro.

Rimani con noi: ti accogliamo con cuore di figli, indegni,  
ma desiderosi di essere sempre tuoi, in vita, in morte e nell'eternità.  
Resta con noi come abitasti nella casa di Zaccaria e di Elisabetta;  
come fosti gioia nella casa degli sposi di Cana;  
come fosti madre per l'apostolo Giovanni.  
Portaci Gesù Cristo, Via, Verità e Vita.  
Allontana da noi il peccato ed ogni male.

In questa casa sei Madre, Maestra e Regina.  
Dispensa a ciascuno di noi le grazie spirituali e materiali che ci occorrono;  
specialmente accresci la fede, la speranza,  
la carità verso Dio e verso il prossimo.  
Suscita tra i nostri cari sante vocazioni.

Sii sempre con noi, nelle gioie e nelle pene,  
e soprattutto fa' che un giorno tutti i membri  
di questa famiglia si ritrovino con Te uniti in Paradiso.

*(Imprimatur +Gilberto Baroni, Vic. Gen. 16-3-1959)*

## SOMMARIO

Consacrazione della famiglia a Maria	1	Capezzoli retrattili: Daniela	8
Un pittore, la sua arte, la fede	2	Scrittori in erba a Roncadelle (BS)	9
Allattamento prolungato: Raffaella	3	Proposte di lettura: madre in arte	12
"L"...come latte: Nicoletta e Bianca	4	Associazioni per la famiglia (1^parte)	14
Spremitura del latte: manuale	6	Riepilogo 2005	15
Spremitura col tiralatte	7	Lettera a Karol	16

*Un pittore,*

*la sua arte,*

*la fede.*



Luca Anelli,  
parroco di Pescosansonesco (PS)

*Concludiamo questo capitolo dedicato alla storia della nascita, del logo e del nome di AMAS Lætitia, con un sentito omaggio al fratello di Adelina, artista che ci ha dedicato parte del suo talento e, sicuramente, anche qualche preghiera di benedizione.*

È scomparso lo scorso 20 dicembre (ndr. 1998), Sergio D'Onofrio, pittore, nelle sue opere la fede vissuta quotidianamente. Il suo amico gesuita, padre Carlo Colonna, ha scritto che "ha dedicato tutta la sua arte alla Fede e, in modo particolare, a rappresentare visivamente l'Ineffabile, il celestiale, il sublime, le realtà mistiche della fede. È questo un compito arduo, ma necessario, perché l'annuncio cristiano, che pure comprende il grandioso evento dell'incarnazione di Dio, diventi capace di trasmettere anche le realtà mistiche del regno di Dio, che, con l'Incarnazione, vengono in contatto con il mondo degli uomini. S e r g i o D'Onofrio ha trovato nel grande mistero del Nome Ineffabile di Dio e nell'Apocalisse i due grandi orizzonti, in cui spaziare con la sua arte mistica e simbolica".

Sergio D'Onofrio nasce a Pescara il 18 agosto 1932. Svolge la sua attività principalmente a Roma, Parigi e Bruxelles. Nella capitale lavora presso la Calcografia Nazionale, sotto la direzione di Maurizio Calvesi e Antonino Virduzzo. A Parigi frequenta lo studio di Haiter, approfondendo le tecniche dell'incisione. Nella

S  
t  
o  
r  
i  
a  
d  
i  
A  
M  
A  
S  
L  
æ  
t  
i  
t  
i  
a

capitale francese espone nella galleria KLN. I suoi lavori sono in raccolte pubbliche e private italiane e di Israele, Francia, Belgio, Svizzera e Stati Uniti. Italo Tomassoni lo ha inserito nel suo saggio "L'arte dopo il '45 in Italia", edito da Cappe.

Convertito alla Fede si ritira con la famiglia in campagna. Studia la Sacra Scrittura, lavorando ad una sintesi tra l'Arte moderna e la Bibbia. Si interessa poi alla grafica della prima infanzia. Dal 1980 inizia tutta una serie di mostre di Evangelizzazione, ma quasi sempre molto lontane dal mondo della cultura e dell'Arte ufficiale, negli ambienti più impensati, scantinati, parrocchie di periferia. In questi ultimi anni ha lavorato sul libro dell'Apocalisse di San Giovanni Apostolo, profezia chiave per il nostro tempo.

Il suo lavoro si può sintetizzare in una sua definizione dell'Arte: "Un segnale, una indicazione nel deserto di chi ritorna al Padre". Quest'ultimo riferimento al Padre ben si iscrive in questo terzo anno pre-giubilare: Sergio potrà aiutarci così a riflettere su Dio nel mondo contemporaneo ed in particolare nel mondo dell'arte. Nella nostra diocesi lo abbiamo valorizzato pochissimo: si spera in una inversione di tendenza.

(Avvenire, pagina diocesana, 27 dicembre 1998).



lettere e  
testimonianze



# Raffaella ci racconta...

## ...la sua esperienza di allattamento prolungato

***Dedico la mia esperienza di allattamento, che sto per raccontarvi, a tutte quelle mamme che hanno poca fiducia in se stesse, nelle proprie capacità e nel proprio istinto materno.***

Mi chiamo Raffaella e sono la mamma di Erika, oggi 27 mesi.

Da due mesi e mezzo non allatto più e mai avrei immaginato che il mio allattamento sarebbe terminato improvvisamente, poiché Erika si è sempre attaccata al seno più volte nell'arco della giornata, fino al giorno prima.

Anzi la sua richiesta era aumentata negli ultimi sei mesi, riprendendo a poppare anche di notte.

Naturalmente la ricerca del seno per lei non era più un nutrimento, ma bensì contatto materno, consolazione, gioco. Io ero ben cosciente di avere un'arma in più rispetto alle mamme che non allattano, perché in pochi minuti Erika all'occorrenza si addormentava, si tranquillizzava, si consolava.

L'allattamento crea un legame così speciale tra mamma e bambino difficile da spiegare a parole, sebbene significhi anche sacrificio e, chi ha allattato a lungo sa cosa intendo.

Purtroppo io non ho vissuto questo periodo in modo sereno o come avrei desiderato, perché tormentata dal giudizio della gente, dai "saggi" consigli di tutti, dagli espedienti di una volta che mi venivano proposti per crescere e abituare nel modo migliore la bambina.

Ma io ero una mamma alla prima esperienza e avevo tanti dubbi ed insicurezze.

Ho saputo dell'esistenza di Amas Laetitia pochi mesi prima di partorire, per caso da un'amica (a cui sarò grata sempre grata) ed ho iniziato a frequentare gli incontri tenuti da Gloria, che mi è sempre stata vicina e di particolare aiuto nei momenti di sconforto.

Ho quindi intrapreso un allattamento a richiesta (prima di questi incontri non sapevo cos'era) che ritenevo il migliore e non ho avuto problemi fin dall'inizio.

L'unico "neo" era il peso di mia figlia, che nonostante si attaccasse anche spesso, a sentire il parere della gente, non cresceva a sufficienza (circa 500 gr. ogni 40 giorni e non quel chilo al mese che per tanto mi ha tormentato), ma la bimba stava bene e la pediatra aveva appurato che era la sua costituzione ed era riuscita a tranquillizzarmi.

Poi però sono andata in crisi ed ho provato con il latte artificiale ma, per mia fortuna, mia figlia non ne voleva proprio sapere e così alla fine, appoggiata da Gloria e da mio marito, ho deciso di continuare con il mio latte.

Arriviamo quindi a circa un anno di età di Erika, dopo aver conosciuto due episodi di ragadi, una dermatite da contatto al seno, un dotto ostruito: ma fortunatamente curati senza interrompere l'allattamento, ma con un po' di pazienza e sopportazione.

In questo periodo ho iniziato a vivere l'allattamento come una colpa perché mia figlia era ormai "grande" e anzi questo mio comportamento serviva (sempre a sentire gli altri) a crearle con me un rapporto morboso e del tutto diseducativo.

Così ho iniziato a tener nascosto a qualcuno che ancora allattavo.

Arriviamo quindi al periodo per me più duro, dato dalle sue richieste estenuanti e frequenti e alla scelta ultima di inserirla al nido, dopo vari tentativi falliti di diminuire o interrompere l'allattamento.

Un giorno dissi a mia figlia in modo molto serio, che il latte della sua mamma non era più buono e che la mamma aveva la bua (in precedenza avevo anche tentato di mettere dei cerotti sui capezzoli, ma anche qui è stato un buco nell'acqua) l'ho invitata ad assaggiarlo dicendole che avrebbe deciso lei (in precedenza, senza essere da lei vista, avevo cosparso aglio e spezie sui capezzoli).

Erika mi guardava un po' preoccupata, pio si è avvicinata al seno e disgustata si è allontanata urlando "nooo!" ma già un attimo dopo più niente, era già serena e occupata con un gioco.

Da allora non ha più voluto il latte, per alcuni giorni voleva vedere i miei capezzoli e li baciava ma poi si distraeva subito.

Quella che ne ha sofferto sono stata io, oltre all'incredulità assoluta.

Ha iniziato a mancarmi quel tipo di rapporto speciale che c'era ed ho iniziato a starle più vicina di prima, come se volessi dirle che l'amavo come prima, ma lei era tranquilla e non aveva avuto nessun trauma perché la scelta era stata presa da lei.

Chi non ha allattato, ancora oggi, non riesce a spiegarsi questa interruzione improvvisa e di questo un po' ne gioisco perché mi sembra di custodire nel mio più intimo, questa esperienza che, se pur tormentata, la ritengo meravigliosa ed uni-

ca.

Oggi sono orgogliosa di non aver molato e di aver fatto il possibile per il bene di mia figlia e anche se mi è costato tanto sacrificio, non rimpiango nulla del mio operato.

Oggi Erika è una bimba serena e socievole, ben inserita all'asilo e tanto furba ed affettuosa.

Raffaella

*Nessuna delle sofferenze e delle difficoltà che hai vissuto sono state inutili, perché sicuramente ti hanno molto aiutata a crescere nel dono di te e nella consapevolezza del tuo ruolo di moglie e di mamma. Tanto più fruttuose saranno le tue sofferenze (passate, presenti e future) se verranno offerte a Dio padre, che le custodirà come fiori preziosi e le trasformerà in grazie per te, la tua famiglia e tutte le persone per le quali pregherai.*

Gloria

# "L"...come latte



## Il seno di mamma va a scuola

### A proposito di allattamento prolungato...

Sono la mamma di Bianca, 6 anni lo scorso ottobre.

Parto subito con una dichiarazione: sarò per sempre grata al gruppo di AMAS Laetitia, tenuto a Savignano sul Panaro dalla carissima Adelina, che mi è stato di enorme aiuto, offrendomi quel sostegno psicologico e morale, difficile a volte da trovare in famiglia e nel contesto sociale.

La mia bimba, oltre al fatto di aver vissuto esclusivamente di latte materno per un anno intero (le pappe non la interessavano proprio!!!) ha continuato ad essere allattata da me fino all'età di 4 anni.

L'esperienza dell'allattamento è stata una delle più belle della mia vita, e ritengo anche della sua!

Già da un po' Adelina mi aveva chiesto di parlare (tramite il giornalino) del modo in cui si è concluso questo periodo, ma tra impegni e dimenticanze, finora non avevo mai esaudito la sua richiesta. Ora, però, qualcosa mi spinge a raccontare...

Dovete innanzitutto sapere che, quando è iniziato il mio percorso con Bianca, nella mia ignoranza e disinformazione, non avevo assolutamente idea che un figlio potesse essere allattato oltre i primi mesi dalla nascita; ero ben lontana dalla attuale consapevolezza che non solo si può, ma che è un'esperienza bellissima, appagante e salutare, nonché una consuetudine in molti Paesi non occidentali (e questo non solo per questioni economiche, se la mamma non può permettersi di compra-

re alimenti diversi, ma per ragioni intrinseche alla natura stessa dell'essere umano).

Poi, naturalmente, ci ha pensato Bianca a "spiegarmi" che tutte le tabelle dei pediatri non dovevano per forza essere ritenute dogmi e che lei intendeva fermamente attuare i seguenti punti:

- 1) prendere la titta tutte le volte che ne aveva voglia;
- 2) non accettare l'introduzione di altri alimenti (al di fuori del latte della mamma) prima dell'anno di età, quando ha iniziato autonomamente a mangiare i maccheroni...
- 3) dormire nel mio letto, perché così poteva prendere la titta anche di notte (e perché è bellissimo dormire vicino alla pancia della mamma!).

Adelina, dal canto suo, mi ha dato appoggio morale, informazione scientifica e l'opportunità di scambiare esperienze e stati d'animo con altre mamme nelle mie stesse condizioni: tutte cose fondamentali per incoraggiare una donna che allatta!

A un certo punto quindi, senza neanche rendermene conto, mi sono ritrovata ad avere una bimba di ormai due anni compiuti che prendeva da me tantissimo latte e che non sembrava minimamente intenzionata a smettere.

L'unico problema della cosa, considerando anche che avevo ripreso a lavorare, erano i risvegli notturni: Bianca si svegliava circa ogni ora per fare rifornimento di latte.

Niente di così tremendo, in realtà, visto che dormendo con me il tutto si risolveva in una sorta di self-service... però aspettavo al varco il momento in cui la mia piccola "poppante" avrebbe raggiunto quella maturità necessaria a capire la situazione.

Così, qualche mese dopo il secondo compleanno, le ho fatto un discorso molto chiaro: "cara Bianca, devi sapere che, siccome di notte bisogna riposarsi proprio bene-bene, da adesso in avanti la titta si prende solo prima di addormentarsi, poi, se per caso ti svegli, non si prende più." Lei si è detta d'accordo, si è lamentata un po' le prime due o tre notti, e poi... sonni tirati fino alle 8 della mattina!!!

In sostanza: fino ai due anni l'allattamento è sta-

to a richiesta, poi, raggiunta ormai un'età in cui la mia bimba era in grado di capire e di accettare la cosa, è stato "regolamentato".

Quando Bianca ha compiuto 3 anni, ha finalmente espresso il desiderio di dormire nel "lettone novo da bimbi glandi", che già da un anno la aspettava nella sua cameretta, tutto bello addobbato con farfalle di cartone variopinte e scintillanti, (appositamente confezionate dalla sottoscritta per invogliarla un po'...), e da quel momento viene nel lettone grande solo in occasioni speciali.

Poi come per incanto, alla fine dell'estate, è accaduto che Bianca da un giorno all'altro... puf!... smettesse di chiedere la titta! E, a dirla proprio tutta, mi sono sentita un po' "orfana": non c'era più una dolce frugolina che, appena finito di dissetarsi, copriva il seno salutandolo con un "tao tao! titta nanèin!"

Ma dopo il primo attimo di smarrimento mi sono sentita felice e orgogliosa, nel vedere come la mia bimba stava crescendo!

E veniamo ora al motivo che mi spinge finalmente a scrivere queste righe.

E' accaduto che la maestra di Bianca abbia dato ai bimbi il seguente compito: fare un disegno per ogni sillaba (la-le-li-lo-lu).

Ed è accaduto che Bianca abbia associato alla sillaba "la" il latte.

Risultato: al posto della classica bottiglia, ha disegnato sul quaderno un bellissimo seno materno da cui esce un bianco fiotto di latte!!

La maestra è ancora un po' perplessa... ma, devo confessarvi, io mi sono sentita veramente felice ed orgogliosa!!!

E' col cuore che auguro a tutte voi di poter vivere un'esperienza così gratificante...

Nicoletta

**Ciao Bianca,  
lo spedisci anche a noi il bel disegno del seno  
di mamma col bianco fiotto di latte?  
Ti piaceva, eh, birichina!  
Dai un bacione alla tua bellissima mamma.**

Adelina

# Spremitura e conservazione del latte umano

a cura di Chiara Chittoni  
ostetrica dell'Ospedale di Carpi (MN)  
con integrazioni delle Assistenti di AMAS Lætitia

*Riprendiamo e continuiamo il discorso sulla spremitura del latte materno, iniziato in FDVEDG n° 23. Ricordiamo che tale procedura è necessaria solo in alcuni casi e non fa parte della routine di un allattamento al seno.*

*In questa parte ci soffermeremo sui metodi che si possono utilizzare per spremere il latte, che devono essere ben vagliati e scelti secondo le vostre specifiche necessità. Se qualche spiegazione non risultasse chiara o aveste bisogno di ulteriori delucidazioni, siete invitate a telefonare ad un'assistente oppure a parlarne durante un incontro mensile.*

In base alle necessità, esistono 3 metodi per spremere il latte materno:

1. Spremitura manuale: dovrebbe essere insegnata a tutte le madri prima della dimissione dall'ospedale, perché potrebbe risultare comoda per risolvere alcune emergenze, quali la tensione del seno sotto l'effetto di un'abbondante montata latte, per facilitare la suzione dei lattanti più pigri, per raccogliere piccole quantità di latte da utilizzare come soluzione fisiologica nel nasino o per coadiuvare la cura di otiti o congiuntiviti.
2. Spremitura col tiralatte (a siringa o elettrico): serve nei casi in cui la madre debba raccogliere grandi quantità di latte per un periodo abbastanza lungo, per esempio per nutrire un neonato ricoverato in ospedale, per programmare il rientro al lavoro, per nutrire un neonato che rifiuta di attaccarsi al seno.
3. Spremitura con la bottiglia riscaldata: è una tecnica alternativa a quella della spremitura manuale, ma è particolarmente utile nel caso di un ingorgo mammario grave, quando il seno è molto sensibile e il capezzolo è stirato.

## SPREMITURA MANUALE

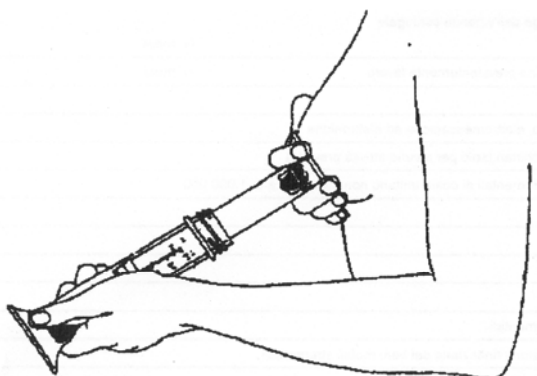
- ↳ Lavarsi bene le mani.
- ↳ Inclinarsi in avanti e sostenere il seno con la mano, tenendo il contenitore vicino al seno (tazza, bicchiere).
- ↳ Mettere il pollice sull'areola sopra il capezzolo e tutte le altre dita sotto il capezzolo, a forma di lettera "C".
- ↳ Premere il pollice (sopra) e l'indice (sotto) verso l'interno, in direzione della parte toracica per un breve tratto di 1-2 cm. In questo modo si preme sui depositi lattiferi sotto l'areola.
- ↳ Comprimerne fermamente e rilasciare, finché il latte non comincia a gocciolare. Possono servire alcuni minuti, prima che il latte inizi ad uscire sotto l'effetto del riflesso di eiezione; dopo, potrà uscire anche a piccoli getti.
- ↳ Ruotare il pollice e l'indice intorno all'areola, per comprimerne tutti i depositi di latte circostanti.
- ↳ Spremere un seno per almeno 3-5 minuti; poi passare all'altro seno e, se è il caso, ripetere da entrambi i seni.
- ↳ Non schiacciare né tirare il capezzolo: ciò non servirebbe a far fuoriuscire il latte, ma solo a danneggiare il capezzolo!



## SPREMITURA COL TIRALATTE

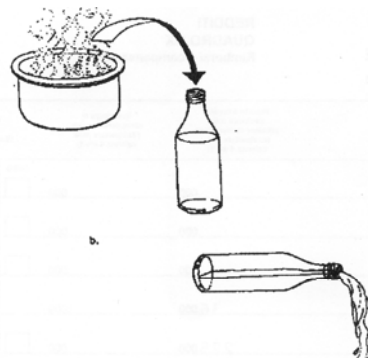
- ☞ Preparare ben puliti i vari accessori di cui è dotato il tiralatte.
- ☞ Trovare una posizione comoda e cercare di rilassarsi (pensare al lattante, così come guardare una sua fotografia può aiutare). Se è possibile, scegliere un momento in cui potete disporre serenamente di un po' di tempo, staccando il telefono e limitando ogni altro disturbo.
- ☞ Porre il capezzolo nella coppa del tiralatte, che deve aderire perfettamente all'areola: per aumentare il contatto, può essere utile inumidire il seno con acqua calda.
- ☞ Iniziare a tirare con delicatezza e in modo ritmico (se è un tiralatte elettrico, partire dalla pressione più bassa). Poi aumentare gradualmente la forza di aspirazione, senza mai rendere dolorosa l'operazione.
- ☞ Tirare il latte per 5-7 minuti ad un seno e poi passare all'altro: piuttosto che insistere troppo a lungo allo stesso seno, meglio ripetere l'operazione più volte, alternando i seni.

Trasversare il latte con cautela nei contenitori per la conservazione.



## SPREMITURA CON LA BOTTIGLIA

- ☞ Versare molto lentamente dell'acqua molto calda nella bottiglia (di vetro) e lasciarvela per alcuni minuti.
- ☞ **Avvolgere la bottiglia in un panno e versare l'acqua.**
- ☞ **Raffreddare il collo della bottiglia e appoggiarlo attorno al capezzolo.**
- ☞ Mentre si raffredda, la bottiglia produce una leggera aspirazione del capezzolo e il calore stimola il riflesso ossitocinico che determina l'emissione del latte.
- ☞ La spremitura può durare una decina di minuti per seno e può essere ripetuta più volte durante il giorno, a secondo della necessità.



# Daniela racconta...

## dei suoi allattamenti con capezzoli retrattili.



*Daniela Taglietti è assistente in allattamento di AMAS Lætitia e ci racconta la sua esperienza personale di “allenamento” ad allattare i suoi figli al seno, nonostante la difficoltà causata dai capezzoli rientranti/retrattili. La ringraziamo di cuore e vi ricordiamo che potete contattarla direttamente per avere delucidazioni e consigli.*

### Capezzoli un po' speciali

A causa di capezzoli retrattili, i primi tre figli non ho potuto allattarli al seno.

33 anni fa nessuno ti aiutava e non vi erano i correttori di capezzoli scoperti col quarto figlio, cioè 17 anni fa.

Con i primi figli ho sempre cercato di allattarli, ma vi riuscivo solo per i primi due mesi, ma veramente con grande fatica, dolore e sofferenza.

Ogni volta che interpellavo medici mi consigliavano di sottopormi ad un'operazione all'altezza dei dotti: per loro i piccoli nervi in quella zona non permettevano la fuoriuscita dei capezzoli.

La domanda che continuavo a fare era: “sottoponendomi a tale operazione non mi sarà più possibile allattare, è giusto?”

“Sì, ma almenoavrà i capezzoli esterni, tanto non riesce ad allattare ugualmente!”

Mi sentivo veramente inutile, non desideravo la bellezza del mio seno, ma cercavo la sua utilità.

Fortunatamente, non essendo ingolosita dalla bellezza esteriore, non mi sono mai sottoposta a nessun intervento.

Ora si può comprendere meglio la mia sorpresa provata quando l'ostetrica, pur vedendo il problema dei capezzoli, mi disse che forse c'era ugualmente una speranza.

Aspettavo il quarto figlio, non mi volevo illudere, ma la speranza mi faceva scoppiare il cuore.

Alla sera non era più speranza, ma gioia vera. Contattai subito per telefono l'assistente Georgie, che mi spiegò, con molta semplicità, come avrei potuto risolvere il problema con dei semplici correttori di capezzoli.

In pratica sono dei dischetti di “plastica” dura areati che, messi sulla punta del seno, permettono la fuoriuscita del capezzolo nel foro che si trova all'interno del dischetto stesso.

Dalla mia esperienza personale unita a quella dell'incontrare altre mamme con lo stesso problema, ho notato che i capezzoli “piatti” o “finti retrattili”, fuoriescono facilmente seguendo i consigli sopra descritti.

Oggi riconosco il vero capezzolo retrattile quando stimolato con una salvietta non fuoriesce, ma istintivamente rientra verso l'interno, formando come dei “piccoli crateri lunari”.

Avevo chiamato così i miei capezzoli retrattili perché mi ricordavano i crateri lunari visti tramite la tv quando l'uomo aveva conquistato la luna!!

Solo per essi è consigliabile l'uso dei dischetti mettendo in pratica tutti i consigli per usarli efficacemente, però sono da applicare da settimo mese di gravidanza facendo attenzione all'insorgere eventuale di contrazioni.

Tale dischetti risulta ancora più utile durante l'allattamento: messo dopo la poppata, non permette al reggiseno di comprimere il capezzolo all'interno, facendolo tornare al suo difetto originale.

Ho allattato il quarto, poi il quinto ed anche il sesto...

Ora sono quattro anni che ho smesso di allattare. Ovviamente i dischetti non li metto più, ma il capezzolo sinistro rimane ben fuori ed è ben sostenuto, il destro, probabilmente più



debole, è rientrato pian piano e stimolato con le dita, non esce più.

Ciò non mi preoccupa più perché eventualmente so come intervenire, anche se alla mia età sarà molto improbabile un altro allattamento...

Quando ripenso al mio passato, alla gioia, all'amore, al senso completo di femminilità provata quando finalmente ho verificato l'utilità del mio seno, durante gli allattamenti dei miei

bimbi, rimango meravigliata e ringrazio il Signore che mi ha sostenuta a non cadere nell'esteriorità del mio fisico, ma a saper andare oltre..

Era molto difficile in quell'epoca allattare al seno, perché la commercializzazione del latte in polvere faceva crollare tutto il resto e con estrema facilità venivi spinta verso la comodità del biberon!!

# Scrittori in erba, ma...

*A Roncadelle (BS), varie associazioni di volontariato sono entrate nelle scuole per presentare il loro operato ai bambini delle elementari. Essi hanno poi eseguito dei lavori scritti e dei disegni. Ecco una delle tante composizioni degne di nota.*

Amas Laetitia

Amas Laetitia è un'associazione cattolica di madri che allattano al seno.

Amas Laetitia trae il suo nome da due parole latine che significano "tu ami con gioia".

Questa associazione è nata nel 1995 e si è realizzata il 15.2.1997.

Tutti i volontari si incontrano una volta al mese per aiutare le mamme o le future mamme facendo capire loro se il latte è sostanzioso o nutriente.

Amas Laetitia organizza corsi di preparazione ad allattare.

Qui esperti aiutano, incoraggiano e danno consigli alle mamme che vogliono allattare ma non sanno come fare. Qui le mamme possono condividere esperienze e problemi.

Le volontarie che abbiamo conosciuto ci hanno raccontato la storia di una mamma e un papà che dopo la nascita del loro bambino vanno in crisi.

Ci siamo divertiti molto, ma abbiamo pensato a quando siamo nati, alla nostra mamma in crisi e al papà che non riusciva ad aiutare la mamma .

Un bel guaio!

Per fortuna c'è Amas Laetitia!

Non avevamo mai sentito parlare di questa associazione prima del quattro novembre, giorno in cui ce ne hanno parlato.

FINE

Autori Andrea e Alice 4<sup>a</sup> A



## Amas Laetitia



Amas Laetitia! Che lingua è? Arabo per noi!  
Venerdì 4 novembre però abbiamo scoperto che è un'associazione cattolica pensata nel 1995 e che si è realizzata il 15.12.1997.

È un'associazione di madri che allattano al seno, è formata da volontarie in Lombardia.

Organizzano un corso di preparazione ad allattare.

Tutti i volontari si incontrano una volta al mese.

Aiutano le mamme che vogliono allattare al seno, le incoraggiano e danno consigli alle mamme che non si

sentono capaci.

Durante gli incontri insegnano a capire le caratteristiche del latte, se è sostanzioso o poco nutriente.

Le mamme e le future mamme condividono esperienze, problemi, idee ed informazioni.

Le volontarie che ci hanno presentato l'associazione erano due, una abbastanza giovane e una un po' meno.

Ci hanno interessato raccontandoci di una mamma e di un papà che dopo la nascita vanno in crisi, e ci hanno detto che succede spesso dopo la nascita di un bambino.

Abbiamo riso molto perché abbiamo pensato a quando siamo nati, alla nostra mamma disperata e al nostro papà che volava felice e non riusciva ad aiutarla.

Allattare al seno rafforza anche l'affetto tra la mamma e il bambino.

Questa associazione ha avuto la fortuna di incontrare il Papa.

Amas Laetitia sono due parole latine che significano "tu ami" "con gioia".

A noi è piaciuta molto la storia che ci hanno raccontato soprattutto quando il bambino butta via il biberon e pensa "questo te lo ciucci tu, io voglio la mia mamma!"

Abbiamo conosciuto molte associazioni che non conoscevamo affatto e Amas Laetitia è una di queste.

Noi pensiamo che questa associazione è importante perché rassicura molte mamme e future mamme.

Sara B. e Valentino

4^ B Brescia

ma... che chiarezza!

e non è finita qui!

A.M.A.S. "Laetita"  
di Daniela e Jessica

Venerdì i volontari dell'Amas Laetita hanno raccontato una storia come tante, che parlava dei bambini piccoli e di come bisogna allattarli.

L'essenziale per i bambini è essere allattati, al seno o al biberon.

Se il bambino viene allattato al seno, però, resta più legato alla mamma, invece se usa il biberon di meno.

Perciò bisogna ascoltare i bisogni del bambino.

Una scatola di latte costa 40 euro invece il seno è gratis.

Tutte le persone possono allattare, come tutti i mammiferi.

La mamma dopo, il parto, sembrava più disperata, ma quando allatta il bimbo è serena.

L'alimento giusto per il bambino è il latte che fa diventare il bambino più sano e forte.

Secondo noi, Daniela e Jessica, fanno una cosa molto importante nel diffondere queste informazioni e nell'aiutare mamme che hanno problemi ad allattare.



Riccardo- Melkam  
Noemi g.- Noemi m.

Bravi, bambini!!!



Complimenti!!!

Ringraziamo Daniela e Jessica che si sono rese disponibili a presentare l'associazione nelle scuole elementari.

Se anche voi voleste farvi promotori di iniziative simili contattateci!!!



# Madre in Arte

Madre di Dio, Madre della vita

Di Luca Frigerio

tratto da: "L'Angelo in Famiglia", sett-ago 2005

Una madre che allatta al seno la propria creatura è l'immagine stessa della tenerezza. In ogni epoca, in ogni civiltà, ad ogni latitudine. A maggior ragione nel mondo cristiano, che basa il suo credo su una verità straordinaria e sconvolgente, quella di un Dio che si è fatto uomo per amore.

Se ci si pensa un attimo, ciascuno di noi, probabilmente, ricorderà una qualche raffigurazione di Maria col Bambin Gesù sulle ginocchia che si nutre al suo petto, scorta magari in una chiesa di campagna o in una cappella alpestre. **Madonne del latte**, così le chiamano. Immagini di struggente, popolana bellezza, capaci di tradurre in un linguaggio immediato e universale l'impenetrabilità del dogma. Testimonianze figurate di un miracolo quotidiano e condiviso, quello della nascita e della crescita, emozionante e stupendo, eppur non esente da rischi e pericoli. Quanti sguardi di madri, riconoscenti o supplichevoli, si saranno levati nei secoli verso queste Madonne dipinte? Quante mani tremanti avranno sollevato al loro cospetto pargoli in fasce, implorando la divina protezione?

Il tema è quanto mai affascinante, sia che lo si consideri sotto la prospettiva religiosa e devozionale, o quella artistica e iconografica, o ancora quella tradizionale e popolare. Ed è proprio quanto ha fatto Natale Perego, scandagliando borgo dopo borgo, frazione dopo frazione, un territorio che ben conosce, quello della Brianza, del lecchese e del Triangolo lariano, sulle tracce del culto alla **Virgo lactans**. Ne è risultato uno studio ben documentato, esemplare per l'attenzione interdisciplinare e il rigore

scientifico, confluito infine in un volume ricco di immagini e in una mostra allestita presso il Museo Etnografico dell'Alta Brianza di Galbiate.

Nell'ambito territoriale da lui preso in esame, Perego ha individuato oltre cinquanta raffigurazioni relative alla Madonna del latte, databili tra il XII e il XIX secolo, ma concentrate per lo più tra il Quattro e il Cinquecento.(...)

In realtà quella della Madonna del latte è un'immagine che conosce una fortuna grandissima in gran parte della cristianità d'Occidente, dal meridione d'Italia alla Toscana, dalle regioni francesi alle Fiandre. Anche nella vicina terra bergamasca, la concentrazione di Vergini allattanti è davvero notevole. (...)

Nonostante la maggior parte di queste Madonne che offre il seno al Bambin Gesù è realizzata da anonimi artigiani del pennello, dotati spesso più di buona volontà che di autentico talento artistico, non mancano gli esemplari firmati da grandi maestri come Ambrogio Lorenzetti e Leonardo da Vinci, Raffaello e Lotto, Tiziano e Van Eyck, segno di una devozione che si sviluppava inarrestabile e partecipata nelle piccole comunità, ma che trovava riscontro anche nelle grandi corti e tra gli esponenti dell'alta società.

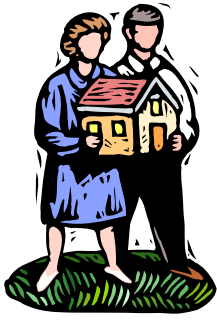
Immagini, tuttavia, che oggi non sono sempre facilmente individuabili, sia per i guasti del tempo, ma anche per i "ritocchi" dell'epoca della Controriforma, quando non parve più conveniente che Maria mostrasse il seno, fosse anche per allattare il piccolo Gesù. Quelle Madonne furono intese spesso come imbarazzanti e da nascondere: da qui il titolo provocatorio dell'opera di

Natale Perego,  
**Una Madonna da nascondere**

Cattaneo Editore

228 pag., 20 euro

*Buona lettura e buona visione!*



# Associazioni per la famiglia

1^ parte

## UFFICIO NAZIONALE PER LA PASTORALE DELLA FAMIGLIA

È stato istituito dal Consiglio episcopale permanente nel 1986. Promuove e coordina, a servizio delle Chiese particolari, l'azione pastorale a favore del matrimonio e della famiglia e l'evangelizzazione della cultura della vita umana, con speciale riguardo alla procreazione responsabile e alla difesa della vita fin dal concepimento.

Collabora con la Commissione episcopale per la famiglia, con le Chiese particolari, come pure con istituzioni e organismi cattolici che operano per la famiglia.

Ogni diocesi ha un Ufficio Famiglia cui ci si può rivolgere per conoscere attività e possibilità di partecipazione.

*L'Ufficio Nazionale per la Pastorale della Famiglia ha sede in Roma, Circ. ne Aurelia 50 - tel. 06. 66.39. 81.*

## IL MOVIMENTO PER LA VITA ITALIANO

Si propone di difendere la vita umana fin dal suo concepimento e in tutto l'arco del suo sviluppo fino alla morte naturale e promuove una mentalità aperta all'accoglienza ed alla protezione di ogni essere umano.

Questa è la realtà quotidiana dei quasi 600 tra movimenti locali, Centri e Servizi di aiuto alla vita e case di accoglienza, che fanno parte o sono collegate al Movimento. Il Movimento è presente nel dibattito culturale ed in quello politico.

*La sede è in Roma, via Cattaro ,28 - 00198 telefono 06.8632.1901*

## I CENTRI DI AIUTO ALLA VITA-CAV

Nei 250 CAV di tutta Italia lavorano stabilmente oltre 1500 volontari mentre almeno altri diecimila vi prestano la loro opera saltuariamente. Qui la difesa della vita non si limita alle paro-

le ma va ai fatti: grazie all'azione diretta dei CAV, hanno visto la luce almeno 5000 bambini.

Le donne che si presentano al Cav sono per lo più coniugate (55%), di età variabile dai 25 ai 34 anni (49%), senza lavoro (35%) o casalinghe (34%), e denunciano difficoltà economiche (31%). A loro viene offerto ascolto, sostegno, aiuto psicologico, sanitario, sociale ed economico.

*Per conoscere il CAV più vicino e disponibile il numero verde 8008.13000. Risponde "Sos vita" la linea telefonica gratuita aperta, 24 ore su 24 e 365 giorni l'anno per accogliere e soccorrere le donne che si trovano in difficoltà a causa di una gravidanza.*

## PROGETTO GEMMA

Nel 1994 è stato creato questo servizio per l'aiuto a distanza di madri in difficoltà. Attraverso questo servizio si può aiutare per 18 mesi una mamma ed il suo bambino. Questa opera del Movimento per la vita italiano ha realizzato più di seimila adozioni.

Progetto Gemma si basa su un aiuto di 160 € che gli "adottanti" versano ogni mese durante la gravidanza e poi per altri dodici mesi dopo la nascita del bambino, a quelle madri che - per vari motivi - si trovano in difficoltà. Gli adottanti possono essere famiglie, gruppi di amici o di colleghi, associazioni, parrocchie, diocesi, persone singole di ogni fede, condizione e professione, donne che hanno conosciuto il dolore della perdita di un figlio o di un aborto. I casi più tipici consistono nel rifiuto da parte della famiglia di origine della ragazza-madre, oppure nell'abbandono della donna da parte del fidanzato o marito alla notizia di una gravidanza. O anche in situazioni di reale povertà.

*Vita Nova Centro Adozione Prenatale, via Tonezza 3, Milano tel/fax 02.4870.2890.*

# Riepilogo 2005

ENTRATE	EURO
Avanzo anno precedente	939,95
Giroconto da altra assistente	150,00
Abbonamenti	1788,00
Donazioni/contributi/offerte*	1314,00
Pubblicazioni/incontri	80,00
Interessi ccp	2,34
Varie	0,00

USCITE	EURO
Disavanzo anno precedente	2,27
Giroconto da altra assistente	150,00
Decima	102,00
Spese postali	472,19
Spese telefoniche	134,65
Spese cancelleria	138,58
Spese per fotocopie e stampati	236,90
Spese ccp	161,55
Trasferte per incontri	920,80
Donazioni/contributi/offerte	100,00
Varie	5,00

VOCI PER DECIMA	EURO
abbonamenti	1788,00
Donazioni/contributi/offerte	1314,00
Pubblicazioni/incontri	80,00
Interessi ccp	2,34
Varie	0,00
Calcolo per decima*	318,00

ENTRATE	4274,29
SBILANCIO	1850,35

Le entrate per donazioni/contributi/offerte dell'anno 2005 sono incrementate notevolmente grazie alla vincita di un premio in denaro, donato ad AMAS Lætitia dall'ASL di Bergamo nel mese di novembre 2005. Di conseguenza anche la decima è risultata molto superiore al solito ed è quindi stata suddivisa tra la parrocchia dell'Assistente di turno e l'Obolo di S. Pietro, accompagnato da richiesta di preghiere al Santo Padre in favore di tutte le famiglie dell'associazione.

*Ringraziamo di cuore tutte le mamme che ci sostengono !!!*

CONVEGNO ORGANIZZATO DA AMAS Lætitia:  
**“Allattare oggi; ha ancora senso?”**

Brescia, 30 settembre dalle 15 alle 18  
 (luogo da definire) con interventi specialistici e  
 delle Assistenti di AMAS Lætitia.  
 Vi terremo informate!

# Lettera a Karol

Quanti anni passati insieme!  
 Discreto e vigile  
 Ci dettavi la fede e...  
 Abbracciavi il mondo.  
 Sei tornato al Padre  
 E ci siamo accorti che avevamo bisogno di te.  
 Non ricordo di aver versato mai tante lacrime!  
 Ero là, sotto la tua finestra,  
 Per le ultime ore di quella breve ma intensa agonia.  
 Non sapevo di amarti tanto!  
 Padre di tutti e di ognuno,  
 Sostegno severo e amorevole  
 Per quei figli tutti diversi, così complicati, così...persi!  
 Il perdono, la generosità, l'umiltà  
 Furono cornice del tuo coraggio.  
 Sempre forte e fiero fino alla fine,  
 Incurante del male che ti ha sconfitto.  
 Compagno di ogni età...dell'umanità.  
 Ci hai resi testimoni del più grande miracolo  
 Compiuto dinanzi al tuo corpo esanime...  
 Il mondo ha conosciuto l'utopia;  
 Abbiamo visto la Pace Universale,  
 Quella che i potenti riuniti,  
 Amici e nemici, per poche ore,  
 Hanno realizzato dinanzi alle tue spoglie.  
 Oh candida colomba!  
 Sento che non ci lascerai mai.  
 Il coro planetario ti ha mostrato il suo amore  
 E tu hai scalfito questo mondo malato  
 Nel nome di Dio...senza avere paura!  
 Angela Astone

**Grazie, Angela,  
 per aver condiviso  
 con noi i  
 tuoi moti di spirito e**

Lettura consigliata da Monica:  
**L'Uomo del Secolo**  
 di Jonathan Kwitny  
 a cura di Marco Tosatti  
 Ediz. Piemme  
 Per scoprire i disegni di Dio nella  
 vita dell'uomo Karol Wojtyla,  
 perché nulla accade per caso.

## LE ASSISTENTI DI AMAS LAETITIA

<http://www.amaslaetitia.jimdo.com>  
 e-mail: [amaslaetitia@gmail.com](mailto:amaslaetitia@gmail.com)

### LOMBARDIA

Daniela Taglietti Gatti Via A. Trebeschi, 9  
 25030 Roncadelle (BS) tel. 030/2583482  
 c/c postale 35341767

Monica Brena Marchesi Via Monte Grappa 3/G  
 24020 Villa di Serio (BG) tel. 035/655554

### PIEMONTE

Rosanna Piano Crossetto Viale del Sole, 15  
 12058 Savigliano (CN) tel. 0172/711373

### EMILIA ROMAGNA

Adelina D'Onofrio Giva Via Caravaggio, 151  
 41056 Savignano (MO) tel. 059/732080

Gioia Montanari Frascaroli Via Pasteur, 15  
 41100 Modena tel. 059/356812

### ABRUZZO E MOLISE

Maria Luisa Giangiulio Palumbo Via N. De Fabritiis, 1  
 64018 Tortoreto Alto (TE) tel. 0861/788355

### PUGLIA

Angela Astone Gallo Via Aldo Moro, 1  
 74023 Grottaglie (TA) tel. 099/5665107