

I quaderni del bambino naturale

1

© 2010 Edizioni Il leone verde
Via della Consolata 7, 10122 Torino
www.leoneverde.it
leoneverde@leoneverde.it
www.bambinonaturale.it

Ideazione e Testi: Elena Balsamo
Fotografia in copertina: Tess Savigear
Progetto Grafico e Videoimpaginazione: Girotondo snc Torino
Illustrazioni: Silvia Forzani

Elena Balsamo

il Quaderno del Neonato

La storia dei miei primi due anni di vita

Il leone verde

Benvenuto tra noi!

Eccomi qui, mi presento: mi chiamo

.....

che vuol dire

Vengo da molto lontano e ho fatto un lungo viaggio per arrivare tra voi.

Sono atterrato a

.....

il giorno alle ore

La mia nascita è avvenuta dopo mesi passati nella pancia della mia mamma.

Era bello stare lì al calduccio, a fare capriole e nuotare nell'acqua della mia piccola piscina ma poi ho sentito che era arrivato il momento di lasciare quel nido protetto e così mi sono dato da fare per uscire fuori dal mio guscio e scoprire il mondo.

Ecco come la mia mamma ricorda i momenti che hanno preceduto la mia nascita:



A series of 15 horizontal dotted lines, evenly spaced, intended for writing a narrative or list of memories.

Sono nato in

e la prima persona che mi ha accolto è stata

Pesavo ed ero lungo

All'inizio mi sembrava tutto strano,
proprio come se fossi un extraterrestre
giunto su un altro pianeta, ma poi,
quando mi hanno messo tra le
braccia della mia mamma,
mi sono sentito subito a casa.
Che bello ritrovarla dopo
il lungo viaggio!



Ecco, a questo proposito, i ricordi della mia mamma e del mio papà:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

E questo sono io!

Guardate come sono bello!

Pensate: non c'è nessun altro bambino uguale a me in questo grande mondo, non c'è mai stato prima d'ora né mai ci sarà... Non è fantastico?

foto

Ricordo dei primi giorni di vita: quando sarò grande credo proprio che sorriderò nel rivedere una mia ciocca di capelli o il braccialetto dell'ospedale...

busta

L'annuncio

I miei genitori hanno subito voluto annunciare la mia nascita a parenti e amici.

I primi ad essere al corrente della grande notizia sono stati:

.....

.....

.....

Così sono cominciate le visite....

Sono venuti a trovarmi:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Ecco cosa mi hanno portato in dono:

A series of 15 horizontal dotted lines for writing.

Tutto quello che dovete sapere su... i primi giorni a casa

I primi giorni dopo la nascita di un bambino sono i più faticosi ma anche i più importanti per instaurare una buona relazione con lui e per avviare in modo ottimale l'allattamento..

Ecco un piccolo promemoria da tenere sempre a mente:

- 1 Difendete il vostro diritto all'intimità almeno nella prima settimana dopo il parto: i primi momenti insieme a un neonato sono magici, speciali e non tornano più!*
- 2 Filtrate le visite: evitate il via-vai di parenti, amici e conoscenti e le continue telefonate perlomeno nei primi giorni. Il papà può spiegare gentilmente che "mamma e bambino hanno bisogno di riposare".*
- 3 Dedicate il tempo che avete a disposizione a rilassarvi e godervi il vostro bambino: la casa e gli ospiti possono aspettare. La neomamma dovrebbe cercare di riposarsi quando il piccolo dorme: può approfittarne per farsi una doccia, un bel bagno caldo o farsi massaggiare dal partner.*
- 4 Parlate, all'interno della coppia, di ciò che provate in questi momenti così delicati ed emozionanti della vostra vita, ditevi sinceramente ciò che sentite e cosa vorreste che ognuno facesse per l'altro.*

4 *Non sentitevi in colpa se avete bisogno di chiedere aiuto all'esterno: rivolgetevi ad una persona di cui vi fidate e con cui siete in sintonia.*

Se volete fare un vero dono di benvenuto al vostro bambino, regalategli un fiore! Si tratta di *Walnut*, uno dei 38 fiori dalle miracolose virtù terapeutiche, scoperti dal medico inglese Edward Bach. È il fiore del noce, che aiuta nei momenti di cambiamento, facilitando l'adattamento a situazioni nuove. Permette al neonato di compiere più agevolmente e con meno fatica il passaggio dalla vita intrauterina a quella extrauterina. Potete metterne 4 gocce nell'acqua del bagnetto (insieme a 4 gocce di Crab apple per purificare e smaltire eventuali farmaci) o anche 2 gocce nell'olio che usate per massaggiarlo: donerà al vostro bambino una sorta di guscio energetico che lo proteggerà dalle influenze negative esterne.

UNA FINESTRA SUL MONDO

- ◆ **In Cina** il neonato sta in casa vicino alla mamma per un mese intero dopo il parto, al caldo e al riparo da ogni corrente d'aria.
- ◆ **Presso i Mossi del Burkina Faso**, dopo circa una settimana dalla nascita avviene la cerimonia dell'imposizione del nome: il bambino viene presentato agli elementi cosmici e portato in giro per tutto il villaggio passando di braccia in braccia come segno di benedizione.
- ◆ **Gli indiani Omaha** regalavano al neonato un paio di mocassini con un buco nella suola in modo che se il Grande Spirito lo avesse chiamato per portarselo via, questi avrebbe potuto rispondere "Non posso viaggiare ora, i miei mocassini sono bucati".

Annuncio di nascita

Poi i miei genitori hanno organizzato una grande festa per me, per assegnarmi ufficialmente il mio nome e presentarmi alla comunità in cui vivrò insieme a loro. Ecco qui l'annuncio della mia nascita.

annuncio di nascita

La cerimonia è avvenuta alla presenza di

.....
il giorno È stato bello per me, mi sono
sentito importante, ma la sera ero proprio stanco. Eccomi qui in quel giorno speciale.

foto