

Giorgia Cozza

# Neononni è facile!

Suggerimenti per accogliere un nipotino  
e offrire un prezioso sostegno ai futuri e neogenitori

Illustrazioni di

Maria Francesca Agnelli

Il leone verde

Il bambino naturale  
*in tasca*

6

Si ringrazia per la supervisione scientifica Antonia Bollina, pediatra, dietologa, esperta in allattamento (nei lunghi anni di attività al Consultorio di Sondrio ha sostenuto migliaia di neomamme, aiutandole ad allattare e svezzare serenamente i loro bambini) e nonna di sei nipotini.



Questo libro è stampato su carta FSC®.

Ideazione illustrazioni: Giorgia Cozza  
Realizzazione grafica: Maria Francesca Agnelli

ISBN: 978-88-6580-117-8

© Copyright 2015

Edizioni Il leone verde

Via della Consolata 7, Torino

Tel/fax 011 52.11.790

leoneverde@leoneverde.it

www.leoneverde.it

www.bambinonaturale.it

## Introduzione

*Uno dei motivi per cui volete dedicare  
ai vostri nipoti tanto tempo e tante premure,  
è perché avete alle spalle un'intera vita in cui  
avete compreso l'importanza dell'affetto e dell'amore.  
Avete raggiunto un punto in cui la capacità di amare  
è maturata in disponibilità e generosità.*

Miriam Stoppard

Fortunati i futuri e neogenitori che possono contare su nonni partecipi e incoraggianti. I loro primi passi da mamma e papà saranno meno incerti e più sereni! Ebbene sì, cari nonni. Voi siete davvero delle figure preziose. E non perché, magari, quando i nipotini saranno un po' più grandi potrebbero essere affidati alle vostre cure. Non è questo, o non è soprattutto questo. Voi siete le persone più vicine ai genitori. Il vostro affetto, il vostro sostegno e la vostra fiducia in loro li aiuteranno ad affrontare con maggior sicurezza il passaggio epocale da figli a genitori. Ecco il primo importante regalo che farete al vostro nipotino, perché il benessere di mamma e papà è anche il suo benessere.

Oggi più che mai, in un periodo storico in cui la famiglia si riassume nella coppia e le neomamme sono troppo spesso molto sole, il ruolo dei nonni è quello di "esserci", di porsi al fianco della neofamiglia come presenze discre-

te e rispettose, pronte ad offrire il proprio supporto in caso di bisogno. E in molti casi il primo sostegno di cui ha bisogno la neomamma è quello emotivo: dei nonni che le ricordano che è una mamma molto in gamba e la incoraggiano a fidarsi di se stessa e delle proprie potenzialità di accudire, nutrire e crescere al meglio il suo piccino, rappresentano il miglior antidoto per qualunque dubbio, ansia ed incertezza.

E non preoccupatevi se negli ultimi anni, studi e ricerche hanno individuato modalità di accudimento del neonato differenti da quelle che erano state raccomandate a voi. Cambia la forma ma non la sostanza: per crescere felici i bambini hanno bisogno di tanto amore, oggi come ai vostri tempi, per questo la vostra esperienza è sempre utile e attuale. I vostri figli potranno aggiornarvi in merito alle nuove conoscenze scientifiche e in ogni caso voi siete pronti a sposare (o comunque rispettare) i loro metodi e le loro convinzioni. Anzi, scoprire che genitori diventeranno, fa parte dell'emozione che l'arrivo di un nipotino porta con sé. Ancora una volta sarete lì, ad osservarli e fare il tifo per loro – con un po' di agitazione e tanto orgoglio – come mille volte è accaduto da quando li avete stretti tra le braccia per la prima volta fino ad oggi, mentre li guardate stringere tra le braccia il loro bambino.

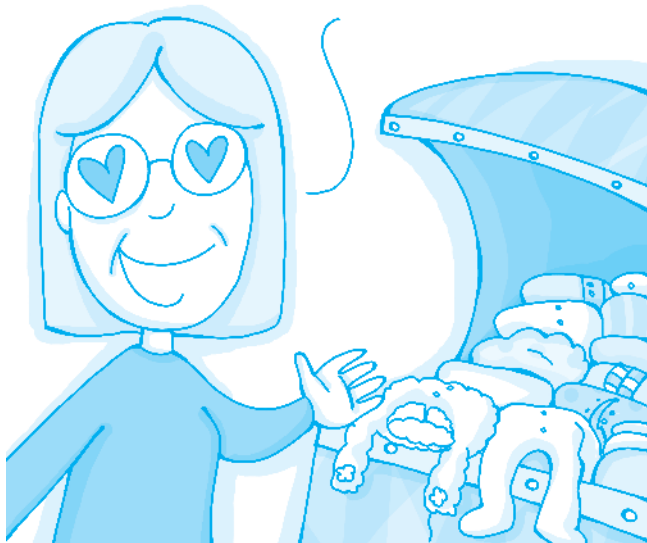
E voi? Voi che nonni sarete? Quando nasce un nipotino nascono anche dei nonni. E ha inizio una delle relazioni d'amore più intense della vita, perché il rapporto tra nonni e nipoti è qualcosa di unico e speciale. Un dono per i nipotini e... per i nonni.

Auguri e buona lettura!



C'è chi non aspettava altro...

FINALMENTE!  
HO GIUSTO QUI DUE COSINE CHE HO  
SFERRUZZATO NELL'ATTESA!

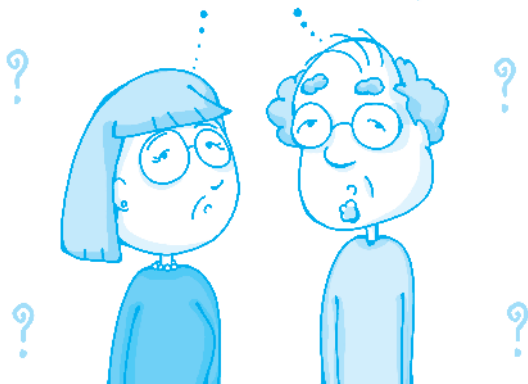


E chi invece ha bisogno di un po' di tempo per abituarsi a una novità così importante.



Nove mesi servono ai futuri genitori per fare spazio nella mente e nel cuore al bimbo che nascerà e nove mesi servono anche ai futuri nonni per prepararsi al loro nuovo ruolo. Quando il nipotino in arrivo è il primo, tutto è sconosciuto e da scoprire.

SARÒ CAPACE DI FARE LA NONNA?  
POTRÒ ESSERE D'AIUTO?  
DI COSA AVRÀ BISOGNO MIA NUORA?  
CHE NONNO SARÒ?  
COSA PROVERÒ QUANDO VEDRÒ IL PICCOLINO?  
NON VOGLIO RISULTARE INVADENTE!





Ci vuole tempo anche per abituarsi all'idea che i propri figli diventeranno a loro volta genitori. Cambiano gli equilibri e le relazioni familiari si arricchiscono.

MI SEMBRA IERI CHE ERA UNA BAMBINA  
E ORA STA PER DIVENTARE UNA MAMMA!

GIÀ...ANCORA NON MI ERO ABITUATO AL  
FATTO CHE SI FOSSE SPOSATA!



L'attesa di un nipotino rappresenta un'ottima opportunità per approfondire il legame tra genitori e figli e, se necessario, per comprendersi meglio e migliorare la comunicazione.

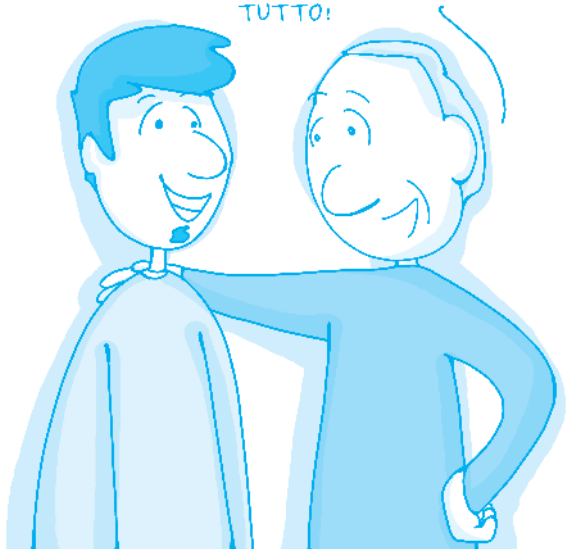


Se ad essere in dolce attesa è una nuora con cui l'intesa fino ad ora non è stata delle migliori, la gravidanza può essere l'occasione giusta per rinsaldare (o creare) un buon legame tra voi. Mettete in campo tutta la gentilezza di cui siete capaci per dimostrarle il vostro affetto e la vostra disponibilità.



I nonni sono una figura preziosa, il loro sostegno è importantissimo per i figli e per i nipoti. Cominciando già dalla gravidanza, quando sono chiamati ad incoraggiare e sostenere i futuri genitori.

IO AVEVO TANTE PAURE QUANDO TUA MADRE  
TI ASPETTAVA. MA APPENA TI HO VISTO HO  
SENTITO CHE PER TE AVREI FATTO DI  
TUTTO!



Negli ultimi decenni molte consuetudini legate alla gravidanza, alla nascita e all'accudimento del bebè sono cambiate. Per comprendere meglio il vissuto dei futuri genitori e per essere loro d'aiuto in caso di bisogno è utile essere ben informati. Ascoltandoli potrete scoprire diverse novità interessanti!

IN SALA PARTO? AI MIEI TEMPI  
DOVEVAMO ASPETTARE IN CORRIDOIO,  
UN'AGITAZIONE... E NESSUNO CHE CI  
DICESSE COME STAVA ANDANDO!



## Bibliografia

- Attias Donfut C., e Segalen M., *Il secolo dei nonni. La rivalutazione di un ruolo*, Armando Editore, 2005
- Balsamo E., *Sono qui con te*, Il leone verde, 2008
- Bortolotti A., *E se poi prende il vizio?*, Il leone verde, 2010
- Cesari Lusso V., *Genitori e nonni: alleati o rivali?* Centro Studi Erickson, 2014
- Cozza G., *Allattare e lavorare si può*, La Leche League, 2012
- Cozza G., *Bebè a costo zero*, Il leone verde, 2008
- Cozza G., *Me lo leggi?*, Il leone verde, 2012
- Cozza G., Paschetto P., *Allattamento al seno*, De Agostini, 2011
- De Fiore G., *Portare i bambini*, Coleman Editore, 2006
- Dichiarazione congiunta OMS/UNICEF, *L'allattamento al seno: protezione, incoraggiamento e sostegno. L'importanza del ruolo dei servizi per la maternità*, OMS, Ginevra, 1989
- Farnetani I., *Nonni autorevoli*, Mondadori, 2009
- Fearnley-Whittingstall J., *Il manuale dei bravi nonni*, TEA, 2008
- Ferland F., *Essere nonni oggi e domani*, San Paolo, 2009
- González C., *Bésame mucho*, Coleman Editore, 2005
- González C., *Il mio bambino non mi mangia*, Bonomi, 2013
- Gribble J., *Il libro del super nonno*, De Agostini, 2009
- Honegger Fresco G., *Essere nonni. Giochi, ricette e racconti per vivere con gioia accanto a un nipotino*, Red edizioni, 2003
- La Leche League International, *L'arte dell'allattamento materno*, LLLIt Editore, 2004
- Leboyer F., *Per una nascita senza violenza*, Bompiani, 1975
- Libanoro Ranieri P., *Nonnipoti. Un legame speciale*, Effatà, 2014
- Mannelli M., *Nonni al nido*, La meridiana, 2012
- Odent M., *Il bébé è un mammifero*, Red edizioni, 1992
- Oliverio Ferraris A., *Arrivano i nonni!*, Rizzoli, 2005
- Società Italiana Neonatologia, *Raccomandazioni relative all'allattamento materno per i nati a termine, di peso appropriato, sani*, 2001

- Ottaviano C., *Ri-nascere: nonni e nonne domani*, Liquori, 2012
- Stoppard M., *Diventare nonni*, DeAgostini, 2008
- Stramaglia M., *Una madre in più. La nonna materna, l'educazione e la cura dei nipoti*, Franco Angeli, 2013
- Vegetti Finzi S., *Nuovi nonni per nuovi nipoti*, Mondadori, 2009
- Weber E., *Portare i piccoli*, Il leone verde, 2007
- Williams P., *Nonni moderni*, Red edizioni, 2008
- Zattoni M. e Gillini G., *I nuovi nonni. Quando nasce un nipotino*, San Paolo, 2003

## INDICE

Introduzione	3
Un nipotino in arrivo	5
Che emozione: siete nonni!	24
Validi alleati per i neogenitori	30
C'è bisogno di voi	39
Errori da evitare	50
Sostenere l'allattamento	56
Viva la pappa!	69
Vizi e pregiudizi	72
Racconti, fiabe e filastrocche	82
Accudire i nipotini	85
Crescere insieme	94
Bibliografia	101