



MAMME X MAMME ONLUS CARBONIA BILANCIO SOCIALE 2015/2016

Carissimi tutti

Abbiamo il piacere di informarvi della recente costituzione dell'Associazione di volontariato al sostegno dell'allattamento e della genitorialità denominata "Mamme x Mamme Onlus Carbonia".

Tale associazione voluta da un gruppo di madri con esperienza positiva di allattamento di oltre un anno, che grazie a questo requisito hanno desiderato e potuto frequentare un corso di formazione sull'allattamento materno per il sostegno "da mamma a mamma" organizzato dalla Asl 7 nei locali del consultorio familiare di Carbonia nel periodo di Luglio/Agosto 2014.

Questo corso nasce per offrire ai gruppi di mamme, strumenti per sostenere altre mamme nel loro percorso e per favorire la creazione di una rete accogliente rispetto a questa tematica e ai suoi risvolti umani, sanitari e culturali. Oltre a tale corso hanno potuto ampliare la loro formazione con un corso sulle abilità di ascolto e capacità di infondere fiducia estrapolato da quello di 40 ore rivolto agli operatori sanitari. Entrambi secondo il modello OMS/UNICEF.

L'associazione "Mamme x Mamme Onlus Carbonia", ha struttura democratica e non ha scopo di lucro, persegue esclusivamente finalità di solidarietà sociale.

L'associazione si propone inoltre di:

1. promuovere ed organizzare incontri, eventi, dibattiti, manifestazioni sull'allattamento al seno e su una genitorialità consapevole;
2. organizzare gruppi di auto-aiuto in linea con uno "Dieci passi UNICEF-OMS per la promozione dell'allattamento al seno" che prevede al punto 10 di "favorire la creazione di gruppi di sostegno alla pratica dell'allattamento al seno, in modo che le madri vi si possano rivolgere dopo essere state dimesse dall'ospedale o dalla clinica";
3. offrire spazi didattici sull'allattamento e sulla genitorialità in generale;
4. promuovere il riutilizzo e lo scambio tra famiglie di vestiti, oggetti, utensili per bambini;
5. promuovere una mentalità ecologica nell'educazione e nella cura dei figli;
6. organizzare momenti educativi e ludici per i bambini;



MAMME X MAMME ONLUS CARBONIA BILANCIO SOCIALE 2015/2016

7. promuovere un'evoluzione più armonica della vita familiare;
8. contribuire alla diffusione di una cultura per la maternità consapevole;
9. diffondere informazioni corrette sull'evoluzione della gravidanza, del parto e del puerperio, per consentire alle donne una gestione maggiore della propria salute e contribuire alla medicalizzazione dell'evento nascita;
10. favorire la ricerca e il confronto fra madri e coppie sugli aspetti relativi all'allattamento, allo svezzamento ed alla crescita del bambino;
11. collaborare con organismi pubblici e privati operanti nel campo della maternità e dell'infanzia, per ampliare le possibilità di intervento e scelta a favore delle famiglie;
12. produrre e distribuire materiale divulgativo e didattico in diverse forme;
13. promuovere tutte le iniziative che riterrà più idonee per la tutela della maternità e per la promozione dell'allattamento al seno;
14. formazione e auto-formazione;
15. organizzazione di eventi per l'infanzia;

Nel corso di quest'anno quasi passato, abbiamo sostenuto e consigliato tante mamme in difficoltà coinvolgendole nelle attività svolte all'Asilo Nido Comunale, nella sede sociale, al Consultorio Familiare, etc

Da Luglio a Dicembre:

- Ospitate al Consultorio Familiare ogni giovedì allo "spazio mamma" da quasi un anno. Luogo d'incontro con mamme, personale infermieristico e pediatrico. Inoltre laboratori come "scarpette rosse". Lo stare insieme per parlare e sapersi ascoltare, condividere e informare. Mamme con bimbi non più di un anno di vita, passano una mattinata al consultorio con persone qualificate e preparate come infermiera pediatrica, pediatra e peer counselor in allattamento. Inoltre laboratori come "scarpette rosse". La realizzazione delle bambole trae spunto dalle bambole Waldorf.

Obbiettivi:

- 1 favorire il riconoscimento dei propri talenti;



MAMME X MAMME ONLUS CARBONIA BILANCIO SOCIALE 2015/2016

2 facilitare l'aggregazione;

3 fornire competenze manuali che rafforzano l'autostima;

4 nutrire la creatività come strumento di benessere. Durante i laboratori i genitori possono portare i bambini, sono pertanto graditi dei volontari che si dedichino a loro in modo sicuro, strutturato e condiviso.

- In collaborazione con altre associazioni di Carbonia, abbiamo provato in Network a partecipare al bando per l'assegnazione di un alloggio comune da destinare a sede sociale. Tentativo che ha visto coinvolte le socie delle diverse associazioni, dalla stesura di un progetto comune al confronto per eventuali collaborazioni future.
- L'associazione ha presentato un progetto con il nido comunale al fine di poter organizzare degli incontri informativi in collaborazione con il consultorio familiare di Carbonia e la asl n.7 così da sensibilizzare le famiglie ai seguenti temi: "Allattamento e asilo nido: protocolli asl per la conservazione e somministrazione del latte materno"; "Alimentazione complementare e svezzamento"; "Vaccini"; "Sicurezza e prevenzione degli incidenti domestici";
- Flash Mob, durante la settimana per l'allattamento materno dall' 1 al 7 Ottobre. Un appuntamento a cui sono invitate tutte le mamme per un allattamento collettivo. Sono invitati anche papà, future mamme, nonni e simpatizzanti di questo gesto così naturale, ma anche tutte le mamme che per qualche motivo non hanno potuto farlo. Infatti proprio le mamme che non hanno allattato confermano che se avessero avuto più aiuto e una cultura più amica di mamme e bambini probabilmente le cose sarebbero andate diversamente. Tutto nasce dalle mamme che chiedono aiuto perché allattare torni ad essere un gesto normale davvero. Come associazioni impegnate nel campo dell'allattamento riteniamo importante dare il nostro contributo affinché l'allattamento torni ad essere la norma nella nostra società. Perché l'allattamento risulti un'esperienza positiva, le madri ed i bambini hanno bisogno di un contesto favorevole, di non interferenza, di una cultura amica dell'allattamento e protetta dagli interessi commerciali. Il Flash Mob rivendica il diritto delle donne di sentirsi libere di allattare in qualsiasi luogo. Allattare è un gesto d'amore e di salute per la mamma e il bambino, fa bene a tutta la società perché permette di risparmiare energia e risorse preziose, l'allattamento è una pratica equa perché virtualmente disponibile per tutte le mamme e i bambini, indipendentemente dal loro status economico e sociale. Per questo, la società deve



MAMME X MAMME ONLUS CARBONIA BILANCIO SOCIALE 2015/2016

sostenere e incoraggiare le mamme che allattano, facendole sentire accettate ovunque! Il Flash Mob per allattamento è quindi un'iniziativa che vuole sgomberare la strada agli ostacoli dell'allattamento contribuendo a rendere questo gesto così "normale" normale davvero, cioè una pratica da inserire nella quotidianità, con facilità, senza timori di sguardi, commenti, consigli fantasiosi e fastidiosi, nel rispetto delle scelte di ciascuna madre, bambino, famiglia.

Da Novembre a Dicembre:

- In collaborazione con l'asilo nido Comunale e il Consultorio familiare è stato organizzato il convegno tenutosi lo scorso 19 e 20 Novembre in occasione della settimana per i diritti dell'infanzia e dell'adolescenza. "DIRITTI ALL'INFANZIA: PERCORSI CONDIVISI DI ATTENZIONE ALL'INFANZIA NEL TERRITORIO DEL SULCIS IGLESIENTE". Il convegno si è svolto in due giornate, con la presenza e la partecipazione di pediatri (ZAIRA GAMBULA pediatra c/o consultorio familiare e dr MARIO BANDIERA pediatra c/o Ospedale Sirai- Carbonia, dr GIUSEPPE ORRU' pediatra di libera scelta e "nati per la musica"), AIMMF Associazione Italiana dei magistrati per i minorenni e la famiglia, servizio affidi del Distretto sociosanitario di Carbonia (NOA) "Scelte Minori", "il ruolo dei modelli culturali nell'infanzia sulla prevenzione della violenza di genere" (Maria Mameli, segretario e tesoriere dell'Ordine degli psicologi della Sardegna), "Gli interventi educativi precoci nella prima infanzia" (Carla Zurru, assistente sociale c/o Comune di Carbonia), le associazioni di volontariato "I gruppi volontari di genitori e il valore della partecipazione" Associazione Mamme x Mamme Onlus Carbonia e Centro Down Sulcis. L'evento è stato accreditato sul sistema ECM della Regione Sardegna ed erano previsti 10 crediti formativi. Con la presenza una ventina di mamme per questo evento, personale Asl e servizi sociali.
- Ospitate all'Asilo nido Comunale nei laboratori per la realizzazione di manufatti utilizzando materiali naturali o riciclabili: collane allattamento, bambole in stoffa, fasce porta bebè, vestiti di Carnevale. Laboratori come "Creando Imparo", "L'officina di Arlecchino", "Natale Ricreativo", "Conigli di Pasqua", "Antichi strumenti musicali". Almeno una decina di mamme e bimbi a laboratorio.
- Sempre nei locali dell'asilo Comunale "I Colori dell'Arcobaleno", si è svolto un incontro informativo sul "Portare i bambini in Fascia". L'ostetrica Marongiu S. ha potuto far conoscere alle mamme



MAMME X MAMME ONLUS CARBONIA BILANCIO SOCIALE 2015/2016

presenti e arrivate da diversi paesi del Sulcis l'arte del portare i bambini in fascia. Dell'importanza del contatto e della fisiologia del portare.

- Progetto fotografico con la fotografa, socia e mamma Francesca Pilleri. Da Gennaio è iniziato il progetto che vede coinvolte tutte le mamme socie in posa assieme ai propri bimbi. Inizia così la prima mostra fotografica all'asilo nido comunale con le prime sette fotografie "le mamme raccontano" che poi proseguirà nella sala Astarte della Grande miniera del carbone e al consultorio familiare. Una volta completate le foto necessarie al completamento del progetto, verranno esposte a Genova per una mostra a livello internazionale.
- 30 Dicembre 2015 29/a Marcia della Pace promossa dalla Diocesi di Ales-Terralba e dalla delegazione Caritas Sardegna. Al comitato organizzatore, composto da oltre 40 fra associazioni di categoria, confederazioni e organizzazioni sindacali e il mondo del volontariato sardo si sono aggiunti ancora adesioni di gruppi spontanei che nel pomeriggio invernale hanno sfilato dalla Grande Miniera di Serbariu fino a Piazza Roma a Carbonia. Lo slogan della Marcia ricalca il tema del messaggio di Papa Francesco per la 49/a Giornata mondiale della Pace "Vinci l'indifferenza e conquista la Pace", inviato a tutti i potenti della terra in cui l'incipit è quello che il Santo Padre chiama "Globalizzazione dell'indifferenza", un atteggiamento, quello dell'indifferenza, pericoloso e che mette a rischio la pace nel mondo.

Da Gennaio a Giugno:

- Ad Oristano presso il Consultorio familiare si è tenuto a Gennaio un incontro tra le rappresentanti dei gruppi di sostegno da mamma a mamma della Sardegna. Erano presenti pediatri, ostetriche, educatrici prenatali, peer counselor in allattamento e mamme che sono arrivate da Villasimius, Olbia, Nuoro, Sassari, Cagliari, Oristano e noi da Carbonia naturalmente accompagnate da numerosi papà e bambini. Il 14 Maggio si svolgerà a Sassari il secondo raduno di mamme della Sardegna. Da un'idea della Dr.ssa Maria Grimaldi, pediatra presso il consultorio familiare di Oristano, con la partecipazione di diversi gruppi di mamme che lo scorso anno ha raccolto ad Oristano numerose partecipanti. Quest'anno su richiesta della dr.ssa Leoni, pediatra presso il consultorio di Sassari e Filomena Cau del centro "Filomena nascita serena" e IBCL, si svolgerà a Sassari.
- Il 6 febbraio nella Biblioteca Comunale di Carbonia si è svolto un incontro con il gruppo di lavoro che ha operato per la realizzazione della Guida Bibliografica NPL e NPM 2016. Tale incontro



MAMME X MAMME ONLUS CARBONIA BILANCIO SOCIALE 2015/2016

organizzato da: Sistema Bibliotecario Interurbano, Comune di Carbonia Assessorato alla Cultura, Asl 7, Regione Sardegna Assessorato ai Beni Culturali, Nati per Leggere e Nati per la Musica. Obiettivi, conoscenza e divulgazione della guida e divulgazione nel territorio.

- A Febbraio, abbiamo organizzato una festa in maschera nella sede sociale. Le famiglie hanno partecipato con grande entusiasmo, balli in maschera, frittelle e stelle filanti per i bambini, si è potuta così far conoscere l'associazione.
- Laboratorio sulla creazione di manufatti realizzati con materiali riciclati. Diverse famiglie hanno partecipato, si sono realizzati conigli e pulcini con lana di recupero presso la sede sociale.
- Convegno nei locali comunali di Carbonia, con il patrocinio del Comune abbiamo invitato l'ostetrica Marongiu S. con il tema: "La ferita emotiva da cesareo ed episiotomia", quando la nascita va' come non avevi immaginato quanto tutto ciò può influire nella vita di donna e di mamma. Con la presenza di personale del consultorio, le istituzioni, due ostetriche appena laureate e alcune mamme di diverse età.
- 19 Aprile, nell'ultima giornata di uno dei Corsi di Accompagnamento alla nascita del Consultorio di Carbonia. Questa partecipazione è stata concessa dalla ASL 7 grazie ad un protocollo ottenuto durante la nostra partecipazione al corso di aggiornamento OMS UNICEF sull'allattamento al seno degli Operatori Sanitari, svolto a Carbonia; lo stesso Corso che ha permesso ad alcune di noi di diventare Peer Counselor, ovvero mamme con un'esperienza positiva di allattamento al seno, che aiuta altre mamme nel loro allattamento. Cosa ci sia di straordinario nella nostra partecipazione durante i corsi di Accompagnamento alla nascita è chiaro a tutte noi. Sappiamo bene quanto sia importante per una neo mamma essere sostenuta da una mamma che vive o ha vissuto le analoghe esperienze e che ci può stare vicino in un momento così importante. Non ci sentiamo più sole, e avere sostegno significa essere più forti e più consapevoli delle nostre competenze di mamme, al pari, ma in modi e competenze differenti, degli Operatori Sanitari. E' bene che ogni mamma sia informata sulla nostra volontà di essere presenti e a sostegno di ciascuna mamma, ancor prima che dia alla luce il suo pargolo, e i nostri canali il Blog, Facebook e What's up, ci permettono di comunicare in qualsiasi momento, non escludendo il contatto diretto, necessario per instaurare un rapporto di empatia e fiducia reciproca. Questo è un altro traguardo che tutte noi abbiamo raggiunto grazie al supporto di ciascuna, nessuna esclusa. Dobbiamo essere felici e orgogliose



MAMME X MAMME ONLUS CARBONIA BILANCIO SOCIALE 2015/2016

perché questo messaggio deve arrivare a tutte le mamme, stare insieme significa costruire un futuro migliore per i nostri figli. La condivisione e il sostegno sono la nostra forza.

- Progetto Mammexmamme in reparto.

Da giovedì 05 maggio 2016 le mamme "Peer Counselor" dell'associazione Mammexmamme Onlus Carbonia si recheranno nel reparto di ostetricia e nido dell'ospedale Sirai di Carbonia al fine di svolgere la propria attività di volontariato al sostegno "da mamma a mamma" dell'allattamento materno. Tale attività ha come obiettivo quello di collaborare con il personale infermieristico, ostetrico e medico in favore di una migliore qualità della degenza di mamme e bambini nel punto nascita; informare la madre sui vari servizi che il territorio offre e fare da anello tra questi ultimi e la madre stessa. Obiettivo primario rimane però quello di sostenere la madre in un momento così delicato che è quello del post parto, condividendo esperienze e rinforzandone le competenze.

- 7 Maggio, alla seconda edizione la festa della mamma al parco di Villa Sulcis in collaborazione con: Asilo Nido Comunale "i Colori dell'Arcobaleno", Sistema Bibliotecario Interurbano del Sulcis, Ludoteca Comunale, Centro cinofilo B&P asd, Canile Comunale Carbonia, Cooperativa S.C.I.L.A., Cooperativa Mediterranea. Partendo dal consultorio familiare attraversando il centro cittadino con mamme e bambini, in fascia o nel passeggino, per raggiungere altre mamme e bambini nel parco di Villa Sulcis. Una mattinata all'insegna dell'ecologia, del gioco e della lettura, in compagnia degli amici a quattro zampe per insegnare ai piccoli il rispetto e il gioco con amici pelosi. Quest'anno causa mal tempo non abbiamo potuto fare la passeggiata ma la manifestazione si è potuta svolgere nei locali dell'asilo comunale.
- 26 Maggio, la presentazione del libro "I bisogni di base di una donna in travaglio" dell'autrice Ruth Ehrhart e Hilda Garst e dr Michele Odent a Serdiana. Hanno partecipato all'evento Alessandra, Valentina e Serena.
- 29 Maggio, con il gazebo al centro di Carbonia alla "fiera del Sulcis Espone" per informare e far conoscere ad un pubblico più esteso le attività dell'associazione.
- 30 Maggio, sempre con il patrocinio del Comune di Carbonia nella sala Astarte alla Grande miniera del carbone, la presentazione del libro "I bisogni di base di una donna in travaglio" e tavola rotonda. Con la partecipazione delle autorità comunali, ostetriche dei consultori e personale ospedaliero di Carbonia e Iglesias. Hanno partecipato numerose anche le mamme e i gruppi di



MAMME X MAMME ONLUS CARBONIA BILANCIO SOCIALE 2015/2016

mamme del sulcis, Teulada e Cagliari, e le associazioni. Ha presentato l'evento l'autrice Ruth Ehrhart e Hilda Garst madre, co-madre e attivista da 18 anni per il recupero di una cultura custode dell'allattamento e dal 2014 attivista per la riscoperta e protezione per i bisogni di base del continuum madre bambino durante la nascita, l'allattamento e l'intero periodo primale.

- Incontro informativo sulla pelle. Si è svolto il 9 Giugno nella meravigliosa cornice della sala Astarte alla Grande Miniera di Serbariu, grazie al patrocinio del Comune di Carbonia il primo di tanti incontri informativi ad ingresso libero denominato "I bisogni della pelle di mamme e bimbi e prevenzione degli effetti del sole sulla pelle". Grazie a Daniela che a nome di Formamentis ci ha permesso di intraprendere questo viaggio alla scoperta del funzionamento dell'organo pelle, importantissimo ma spesso sottovalutato. Grazie anche a tutte le socie di Mammexmamme Onlus Carbonia e a tutte le altre persone che hanno aderito con entusiasmo partecipando attivamente all'incontro con domande e riflessioni. Cosa rimane di questo incontro: il bambino ha una pelle simile a quella dell'adulto ma diversa per alcuni aspetti, occorre prestare particolare attenzione nella frequenza e modalità riservate alla sua pulizia e cura e nell'esposizione al sole che deve essere fatta con tutte le precauzioni del caso. Prevenzione e protezione degli effetti negativi del sole per tutta la famiglia: un investimento importante per il futuro della nostra pelle
- Da Giugno inizia un cerchio mensile di incontri tra mamme peer counselor in allattamento al consultorio familiare, uno spazio tutto nostro.<In consultorio, mi sono ritrovata parte di un cerchio...a guardare negli occhi le mamme presenti, ho riscoperto il bisogno di uno spazio da dedicarmi. ..in cui sono ascoltata, un cerchio di energia ed empatia, un momento di condivisione importante, un momento utile per ricaricare le energie ed essere ascoltata, coccolata, perché una "mamma peer" deve poter ritrovare un momento in cui sia lei, la parte di un cerchio che spero diventi sempre più grande.>..... Valentina
- 15 luglio 2016 abbiamo avuto l'onore e il privilegio di essere ospiti di Gianluca Olivieri nella sua trasmissione Voce Libera...è stato molto emozionante poterci raccontare in un clima di famiglia accoglienza e vera e autentica venerazione verso il lavoro di un gruppo di madri accanto alle altre madri...abbiamo conosciuto persone speciali che speriamo presto di poter incontrare di nuovo...ringraziamo le nostre socie che ci hanno sostenute in diretta e sono state, seppur non fisicamente, con lo spirito di sorellanza che ci contraddistingue, emotivamente accanto a noi.



MAMME X MAMME ONLUS CARBONIA BILANCIO SOCIALE 2015/2016

- Il 18 Luglio al Parco di Villa Sulcis in collaborazione con la Biblioteca di Carbonia si è svolto il Flash Book nel Sulcis. Un evento che raccoglie tante famiglie una sera al parco seduti sull'erba, due le mamme hanno letto ad alta voce i libri scelti in biblioteca. Hanno partecipare numerosi bimbi di ogni fascia d'età. Motivo d'incontro e socializzazione ma anche di stimolo alla lettura. Ripeteremo l'evento anche in spiaggia il prossimo 29 Luglio a Calasetta.
- Festa di fine anno sociale, parco VillaSulcis, a Carbonia.

Allo stesso tempo l'associazione offre la disponibilità a collaborare nelle iniziative per le quali le Istituzioni Sanitarie ritenessero opportuno avvalersi dell'esperienza dei propri operatori.

Presenti nel Web le mamme si raccontano e chiedono aiuto e sostegno:

- ❑ *Facebook*: Mamme x Mamme Onlus Carbonia, pagina e Gruppo chiuso con oltre 300 iscritti in meno di un anno;
- ❑ *Instagram e Twitter*: #mammexmammeonlus ;
- ❑ *Blog*: MammexmammeonlusCarbonia.blogspot.it

Tante le idee dell'Associazione Mamme x Mamme Onlus Carbonia per coinvolgere le mamme nel prossimo anno sociale.

Spero con tutto il cuore che il lavoro svolto dall'associazione di madri, realizzato nella stagione 2015/2016 possa aver dato tanto. Nella speranza di poter allargare questa nostra "famiglia" e di continuare ad abbracciarvi numerosi, vi saluto tutti/e con tanta stima e affetto.

arrivederci a Settembre

Alessandra Secci

Pesidente "Mamme x Mamme Onlus Carbonia"