



## SEI IN DOLCE ATTESA, O STAI ALLATTANDO IL TUO BAMBINO?

Vieni agli incontri organizzati  
da **La Leche League Italia!**

(Lega per l'Allattamento Materno - Onlus)

### Programma incontri 2014 - 2015

<b>Venerdì 19 settembre 2014 ore 10.30 - 12.30</b> I vantaggi dell'allattamento per mamma, bambino Famiglia e....pianeta	<b>Venerdì 20 febbraio 2015 ore 10.30 - 12.30</b> Genitori di giorno... e di notte. Come funzionano ritmi e bisogni notturni dei nostri bambini
<b>Venerdì 17 ottobre 2014 ore 10.30 - 12.30</b> Allattamento del bambino più grandicello: come affrontare le critiche	<b>Venerdì 20 marzo 2015 ore 10.30 - 12.30</b> "Aiutoooo..il mese prossimo torno in ufficio" strategie per conciliare allattamento e rientro al lavoro
<b>Venerdì 21 novembre 2014 ore 10.30 - 12.30</b> Quanti problemi! Superare le più comuni difficoltà e allattare serenamente...si può!	<b>Venerdì 17 aprile 2015 ore 10.30 - 12.30</b> "allatti ancora??" allattamento del bambino più grandicello.
<b>Venerdì 19 dicembre 2014 ore 10.30 - 12.30</b> Alimentazione e allattamento: cosa deve mangiare la mamma che allatta? Come introdurre i cibi solidi?	<b>Venerdì 15 maggio 2015 ore 10.30 - 12.30</b> I vantaggi dell'allattamento per tutti
<b>Venerdì 16 gennaio 2015 ore 10.30 - 12.30</b> Ecco, sono nato... e adesso? l'avvio dell'allattamento e le prime settimane a casa	<b>Venerdì 19 giugno 2015 ore 10.30 - 12.30</b> "ma sarà vero o sarà falso" Tutte le domande delle mamme

**Gli incontri, GRATUITI, si terranno presso: Associazione culturale  
"LA LUNANUOVA" via Settembrini 3 Milano (zona Stazione Centrale)  
Consulente responsabile Ketty Tripodi cell 340 5207560**

#### È GRADITA LA CONFERMA DELLA PARTECIPAZIONE



La Leche League (Lega per l'allattamento materno) onlus è un'associazione internazionale di volontariato, apolitica, aconfessionale e non a scopo di lucro, il cui obiettivo è offrire informazioni, sostegno e incoraggiamento alle mamme che desiderano allattare al seno i loro figli. Fondata nel 1956 negli Stati Uniti, è oggi un'autorità riconosciuta internazionalmente, ed è presente in 68 Paesi con circa 9000 consulenti. Esiste in Italia dal 1979, e conta attualmente più di 140 Consulenti, tutte donne che hanno allattato almeno un figlio e che sono state preparate con cura per aiutare altre donne nella normale gestione dell'allattamento. In tutto il mondo LLL aiuta le madri ad allattare fornendo un sostegno da mamma a mamma, incoraggiamento, informazione e promuovendo una migliore comprensione dell'allattamento come elemento fondamentale per lo sviluppo della salute dei bambini e delle loro madri e per consolidare il legame fra loro. Le Consulenti de La Leche League assistono gratuitamente le madri nella normale gestione dell'allattamento tramite i contatti telefonici, via internet, gli incontri periodici di gruppo e la distribuzione delle pubblicazioni.

Sito internet La Leche League: [www.lllitalia.org](http://www.lllitalia.org)

numero nazionale tel. **199.43.23.26**

Per informazioni su incontri e Consulenti attive in Lombardia, potete iscrivervi alla newsletter infoLLLombardia mandando una email vuota a [infoLLLombardia-subscribe@yahoogroups.com](mailto:infoLLLombardia-subscribe@yahoogroups.com)



*Agli incontri, gratuiti, le mamme possono trovare tutte le informazioni pratiche che occorrono per gestire al meglio l'allattamento e i primi mesi di maternità, ma anche e soprattutto uno spazio nel quale scambiare liberamente le esperienze, ricevere sostegno e trovare occasioni di amicizia; naturalmente sono i benvenuti anche i bambini e i papà.*

**BENVENUTI AGLI INCONTRI DE  
LA LECHE LEAGUE - LEGA PER L'ALLATTAMENTO MATERNO, Onlus**

*Gli incontri de LA LECHE LEAGUE non sono "lezioni" ma libere discussioni a partire dall'argomento segnalato, e importantissimo è il sostegno da mamma a mamma: anche se il tema del giorno ti sembra lontano dalla situazione che stai vivendo ora, la tua esperienza può essere di grande aiuto per chi ancora "non ci è passata" oppure darti spunti che potranno esserti utili in futuro.*

*Una parte dell'incontro è sempre aperta a qualsiasi quesito sull'allattamento; infatti incoraggiamo sempre chi partecipa a non andare via senza una risposta alle proprie domande, anche se esulano dal tema specifico del giorno.*

*Sentiti libera di condividere le tue esperienze e di accettare solo le informazioni che si adattano alle tue esigenze.*

**GLI INCONTRI SONO GRATUITI,  
NATURALMENTE SONO BENVENUTI I BAMBINI, ma anche i papà, i nonni ....**

**Come possiamo aiutarti**

- Offrendo materiale di stampa che ti fornisca informazioni e faciliti la comprensione dell'allattamento del tuo bambino/a.
- Rispondendo alle tue domande ed aiutandoti a superare le eventuali difficoltà
- Rassicurandoti nei confronti di pregiudizi e informazioni scorrette e mettendoti in contatto con altre mamme che allattano.
- Mettendo a disposizione delle mamme abbonate alla nostra rivista trimestrale "Da mamma a mamma" una **BIBLIOTECA** sui temi: gravidanza, parto, allattamento, educazione, ecc.

**Come ci puoi aiutare**

- Partecipando ai nostri incontri e condividendo con noi la tua esperienza.
- Abbonandoti alla nostra rivista trimestrale "Da mamma a mamma" con le esperienze delle mamme e moltissime info sull'allattamento

**COS' È LA LECHE LEAGUE?**



La Leche League (Lega per l'allattamento materno) onlus è un'associazione internazionale di volontariato, apolitica, aconfessionale e non a scopo di lucro, il cui obiettivo è offrire informazioni, incoraggiamento e sostegno alle mamme che desiderano allattare il proprio bambino. Esiste in Italia dal 1979, e conta attualmente più di 140 Consulenti, tutte donne che hanno allattato almeno un figlio e che sono state preparate con cura per aiutare altre donne nella normale gestione dell'allattamento. In caso di necessità può avvalersi del parere del suo Comitato di Consulenza Scientifica, che si compone di medici, ostetriche ed altri professionisti.

È nata nel 1956 negli Stati Uniti, dall'intuizione delle fondatrici, 7 donne che si resero conto che i problemi che le mamme incontravano al momento di iniziare l'allattamento erano piuttosto diffusi e comuni, e che con le informazioni giuste ed il sostegno reciproco all'allattamento di tante donne avrebbe potuto avere successo. La Leche League riconosce l'importanza unica del sostegno che una madre porge ad un'altra, aiutandola a percepire i bisogni di suo figlio e ad apprendere i modi migliori per soddisfarli, e accompagnandola mentre trova il suo stile personale di essere madre.

La Leche League ritiene che l'allattamento al seno, con i suoi numerosi benefici fisici e psicologici, sia il modo ideale per iniziare e favorire la relazione fra madre e bambino.

Oggi, La Leche League è un'autorità riconosciuta a livello internazionale nel campo dell'allattamento materno, ed è presente in 68 Paesi con circa 9000 Consulenti. Le Consulenti de La Leche League assistono gratuitamente le madri nella normale gestione dell'allattamento tramite i contatti telefonici e per e-mail, gli incontri periodici di gruppo e la distribuzione delle riviste *Da mamma a mamma* e *L'allattamento moderno* pubblicazioni, i libri "L'arte dell'allattamento materno", "Svezzamento passo dopo passo", "Genitori di giorno e di notte", "Il Libro delle Risposte", "Allatti Ancora? - Allattare ed accudire un bambino ai primi passi", "Crescerli con amore - l'avventura della disciplina dolce", il libro fotografico "Obbiettivo tenerezza2 e il DVD "Kangaroo Mother Care" riferito ai neonati prematuri a basso peso.

- Per ricevere maggiori informazioni su incontri LLL e Consulenti attive in Lombardia, nuove pubblicazioni, seminari, è possibile iscriversi alla NEWSLETTER InfoLLLombardia mandando una email vuota all'indirizzo [infoLLLombardia-subscribe@yahoogroups.com](mailto:infoLLLombardia-subscribe@yahoogroups.com)
- Inoltre dalle ore 8 alle ore 20 tutti i giorni della settimana per ricevere una consulenza è disponibile anche il numero nazionale 199432326