

Biblioteca comunale E. Balducci Montespertoli

leggendo si cresce



La mamma

Bibliografia



9 Maggio 2021

Per ulteriori informazioni:

Biblioteca comunale E. Balducci

Via Lucardese 74 – 50025 Montespertoli (FI)

tel. 0571-600228

e-mail biblioteca@comune.montespertoli.fi.it

PER ADULTI

L'alimentazione su misura per la mamma e il bambino / D'Adamo, Peter J.;



L'amore si moltiplica : tutto quello che ho imparato diventando mamma e che non ti ho mai detto / The Pozzolis family;

Una sera, poco prima di spegnere il computer, Alice riceve una mail dalla sua migliore amica Clara. Non c'è oggetto. Non c'è testo. Solo un allegato: un'ecografia. Clara, con cui Alice ha condiviso gli anni rock'n'roll, l'amica che conosce meglio di qualsiasi persona al mondo, quella che, quando viene presentata a uno sconosciuto, è definita "sorella" perché parlare di sola amicizia non restituirebbe la profondità e la bellezza del loro rapporto. Quell'amica che purtroppo da anni si è trasferita dall'altra parte del globo, perché in Australia ha trovato l'amore. Dopo qualche tentativo fallito di parlare al telefono, Alice decide di risponderle scrivendo, e questo testo è l'infinita, ricchissima mail che contiene tutto ciò che vuole trasferire a Clara. Perché una mamma sa benissimo quali sono le cose che una donna ha bisogno di sapere quando si presentano quelle due lineette rosa su un test di gravidanza. Cosa succederà al mio corpo dentro e fuori? E al mio cuore? Sarò una brava mamma? Cosa devo mangiare adesso? E quali esami dovrò fare? Come mi preparo all'evento che più di ogni altra cosa al mondo stravolgerà la mia vita (ma anche il culo e le tette?).

Aspettando te / Clerici, Antonella;

Tutto inizia con un incontro improvviso a Marrakech, di quelli che cambiano la vita. È amore e, insieme, nasce il desiderio di maternità, inaspettato e travolgente. La felicità sembra a portata di mano. Ma non è così. Per Antonella Clerici - ce lo racconta lei stessa in questo libro intimo - il confronto con la realtà è una doccia gelida. "Avrebbe dovuto pensarci prima", si sente rispondere dalla gran parte dei medici a cui si rivolge.



L'orologio biologico è spietato. Tuttavia, Antonella non si arrende. La gravidanza, un traguardo naturale e quasi scontato per tante, si trasforma per lei in una ricerca necessaria, inevitabile, una lotta contro il tempo, un percorso tra specialisti e cure costellato di delusioni, rischi, fallimenti. La sua determinazione, però, è incrollabile, così come l'ottimismo che la caratterizza. Nonostante le difficoltà, nel profondo del cuore lei non dubita per un istante che, prima o poi, riuscirà a stringere il suo piccolo fra le braccia. Oggi le donne tendono a posticipare il momento in cui diventare madri. Perciò si trovano spesso a fare i conti con le incognite della maternità dopo i quarant'anni, come è successo ad Antonella che, in questo libro, svela la sua storia personale, scandaglia senza reticenze paure e difficoltà, e descrive quella sensazione che nessun uomo potrà mai comprendere, quel misto di potere e fragilità, di grazia e commozione, di onnipotenza e terrore che prova una donna nel momento in cui ha un figlio.

Cara mamma : spunti per una maternità consapevole / Elena Balsamo;

Detto con il cuore : racconti autentici da mamma a mamma / a cura di Francesca Valla;

Di mamma ce n'è più d'una / Lipperini, Loredana;
Disperata & felice : diario segreto di una mamma / Julia Elle;



Esercizi di meraviglia. Fare la amma con filosofia / Baruffaldi, Vittoria:

Un bambino si può trasformare in un piccolo filosofo, basta osservarlo con attenzione mentre esplora il mondo. Basta ascoltarlo mentre con le sue prime parole semplici si interroga su ciò che lo circonda. Ogni sua domanda è un modo per dare un significato alle cose, e ne rivela quel lato stupefacente che da adulti purtroppo si dimentica. Un bambino non sa cosa sia la verità eppure la cerca sempre con ostinazione, facendoci riscoprire con i suoi dubbi il piacere e la felicità di quella ricerca. E ci costringe a capovolgere valori e direzioni, a osservare la realtà con uno sguardo diverso, più ingenuo, capace di illuminarla. Perché se il pensiero è l'esercizio continuo della meraviglia allora i veri filosofi sono i bambini. Vittoria Baruffaldi ci mostra, con intelligenza e leggerezza, tutta la gioia di essere madre, lasciando che ogni affanno si dissolva nello stupore degli occhi grandi e curiosi dei nostri figli.

Leggimi tra vent'anni / Lanzilli, Giorgia;
Mamma a modo mio : guida pratica ed emotiva per neomamme fuori dal coro / Elisabetta Ambrosi;
Mamma è bello! : imparare a coniugare figli, lavoro e vita di coppia / Jolanda Stevani Giunti;
Mammafelice : essere mamma senza rinunciare a te stessa / Barbara Damiano;

Una mamma lo sa / Elena Santarelli:

La lotta contro il cancro di Giacomo, dalla diagnosi alla remissione. Il coraggio e la dignità di una donna. La forza immensa dell'amore materno. Questa è la storia di una ragazza che nella vita aveva tutto ciò che si può desiderare: la favola e l'amore di suo marito, due figli meravigliosi, la popolarità, un lavoro gratificante nato per caso. Ma nella vita, un po' come a scuola, a volte arriva "l'interrogazione a sorpresa". E arriva proprio quando meno te l'aspetti. Il colpo che affonda il cuore e l'anima di questa mamma è una diagnosi terribile che riguarda il suo bambino di otto anni. All'improvviso, Elena Santarelli si trasforma semplicemente in "Mamma Elena". E deve imparare un nuovo modo per affacciarsi alla vita. Deve inventarsi come insegnare a Giacomo il significato di parole che nessun bambino dovrebbe ascoltare: "tumore" e "chemioterapia". Deve raccogliere i suoi capelli dal cuscino perché al mattino non li ritrovi, e trattenere fiumi di lacrime. Deve accompagnarlo in un inferno nel quale, però, si possono incontrare medici vestiti da orsacchiotti, piccole principesse bionde e magiche dottoresse dai capelli blu. Ma anche nelle difficoltà più imprevedute e dolorose una mamma lo sa, come prendersi cura di suo figlio. Questa è una storia di dolore, di fatica, di rabbia, ma anche di amicizia, di coraggio e solidarietà. Elena Santarelli ha deciso di raccontarla perché il tumore conosce anche la sconfitta. Il tumore può perdere. Il tumore se ne può andare. E attraverso i suoi pensieri, svela come una situazione inizialmente devastante può essere affrontata con determinazione e gentilezza. Si può vincere!



Mamma : pensieri, parole e ricette;

La mamma perfetta non esiste : 99 consigli per non impazzire e ritrovare la serenità in famiglia / Kristine Carlson;

Mamma in tre ore : come sopravvivere senza ansie alla nascita del bebè / Giuseppe Ferrari;

M'ammazza. Diario di una mamma politicamente scorretta / Raznovich, Camila;

Mamme cattivissime? La madre perfetta non esiste / Badinter, Elisabeth;

La mia mamma sta con me / Porta, Claudia;



Poi la mamma torna / Alessandra Bortolotti:

Tante volte avrete sentito frasi come "Se lo allatti così tanto, lo tieni sempre in braccio e dormi vicino a lui, crescerà viziato e dipendente da te! Non te lo staccherai più di dosso! Quando tornerai al lavoro o dovrai portarlo al nido come farai?". Questo libro nasce per provare a rispondere ai dubbi dei genitori sul momento del distacco dal proprio bambino. "Non è necessario allontanare da noi i nostri figli o frustrare i loro bisogni per renderli autonomi" spiega Alessandra Bortolotti. "A questo pensa già la vita di tutti i giorni, dal momento in cui vengono al mondo. E però necessario saper gestire i momenti di distacco quando sarà ora di lasciarli andare. Il distacco e il contatto sono due facce di uno stesso continuum di esperienza che, dal momento della nascita in poi, li porterà a ricercare la dipendenza dall'adulto per fare il pieno di sicurezza." In "Poi la mamma torna" Alessandra Bortolotti parlerà di educazione affettiva, di regole, di limiti, di capricci e di comunicazione efficace con i bambini di ogni età. Per comprendere come crescere insieme, al riparo dai pregiudizi culturali e nel pieno rispetto delle emozioni di grandi e piccini.

Sei una mamma meravigliosa / Brown, Pam;

Si fa presto a dire madre / Furlanetto, Valentina;

SOS mamma : [tanti consigli di salvezza per mamme super stressate] / Cristina Perrotti, Simona Rivelli;

Il tuo cuore è come il mare / Guaccero, Bianca:

Una donna di successo, bella e affascinante, con molto talento, sembra una donna irraggiungibile. E soprattutto invincibile. Sembra che niente possa turbarla, mai. Eppure la vita, con la sua altalena di occasioni e delusioni, insegna che non è così e che le star sono donne, o uomini, proprio come tutti. Insomma, la vita non è una fiaba, per nessuno, ma "le fiabe hanno lo stesso linguaggio dell'amore". Ed è proprio attraverso il linguaggio delle fiabe e del suo amore di madre che Bianca Guaccero si racconta a sua figlia in questa lunga, appassionata e spassionata lettera, intima ma in qualche modo universale – perché i suoi ideali destinatari sono tutte le madri e tutte le figlie – e che si fa vademecum tenero e sincero per affrontare a viso e cuore aperti le gioie e i dolori, le vittorie e i fallimenti, le scelte e le decisioni che la vita inevitabilmente ci riserva.





Un figlio è poco e due son troppi : diario di una mamma / Angelica Massera:

"Diventare mamma ti porterà a scoprire di avere in dotazione alcuni superpoteri di cui prima eri totalmente ignara. Un bel giorno ti laverai i denti con una mano mentre con l'altra preparerai il biberon e con la terza (non si vede ma c'è) cambierai un pannolino. Scoprirai di saper dormire con gli occhi aperti e di avere uno spiccato senso dell'orientamento quando di notte i figli piangeranno in coro, e tu, come i pipistrelli, li raggiungerai senza incidenti di percorso, guidata da un radar invisibile. Sempre di notte, nell'istante in cui staranno per emettere un suono, nonostante tu sia a chilometri di distanza sorseggiando cocktail al party del Grande Gatsby, ti volterai di scatto e, senza far cadere il bicchiere, urlerai: 'Oddio si sono svegliati!' dileguandoti in loro soccorso come Batman sui tetti di Gotham City." La maternità è un viaggio faticoso e gioiosamente folle. Lo dice Angelica Massera, una donna che ha sempre sognato di diventare madre e che ha reso la maternità il punto di partenza per esprimere la sua creatività. Angelica è infatti il volto esilarante del web che con #vitadamamma descrive in tono ironico ma assolutamente realistico le situazioni e le battaglie quotidiane in cui le madri di oggi si trovano a combattere ogni giorno: la casa, la scuola, le feste di compleanno, il supermercato, il rapporto con gli altri genitori e soprattutto il racconto di quella fase in cui una donna è ancora nel pieno dei suoi anni e si ritrova a passare da donna a madre. Angelica si diverte a sottolineare alcuni comportamenti vagamente schizofrenici tipici delle madri, che le portano a fare certe cose e poi il loro contrario. Come ad esempio aiutare il bambino a compiere i primi passi, per poi sgambettarlo perché smetta di correre nelle corsie del supermercato; incoraggiarlo con suadenti «Dài, parla amore», per poi gridargli in faccia: «E zitto un attimo, per favoreee», oppure passare dal grande classico «Ti prego, di "mamma"» a «Smettila di chiamarmi per ogni cosa!». Un libro divertente e identitario, che svela quanta energia e quanto amore stanno dentro le giornate delle mamme italiane.

PER BAMBINI E RAGAZZI

Il bambino della mamma / Shalev, Zeruya (età 5/7);

Dov'è la mia mamma? / Wolf, Matt (età 0/5);



Lisa e il pancione della mamma / Slegers, Liesbet (età 0/5):

"Ciao, sono Lisa. Sono tanto felice perché nella pancia della mamma sta crescendo il mio fratellino... o sorellina!". Un libro illustrato sulla nascita di un fratellino.

Mamma, 6 trendy come 1 patata / Kimmel, Elizabeth Cody (età 12/15);

Mamma Bagthorpe alla riscossa / Cresswell, Helen (età 8/11);

Mamma canguro racconta... / (età 5/7);

Mamma e papà me ne vado / Nostlinger, Christine (età 12/15);

Mamma nastrino, papà luna / Nava, Emanuela (età 5/7)

Mamma non stressarmi...ho il piercing all'ombelico, non al cervello! / Hopkins, Cathy (età 12/15);

Mamma raccontami una storia! Mamma Riccio racconta... / (età 5/7);

La mamma tatuata / Wilson, Jaquelin (età 12/15);

La mia mamma è una bomba / Freeman, Martha (età 8/11);



Il pisolino delle mamme / Martin, Agnès e Tallec, Olivier (età 5/7):

A forza di correre dietro ai loro bambini senza mai fermarsi, adesso hanno un urgente, indispensabile, irrefrenabile bisogno di fare un pisolino. E così un giorno si ritrovano in una bella oasi.

Le scarpe della mamma / Vecchini, Silvia e Vicentini, Antonio (età 5/7);

Ti aspetto qui / Mazzoli, Elisa e Gestaldi, Michela (età 5/7):

Questa è la storia della promessa di un ritorno a casa avventuroso e pieno di imprevisti: e se la strada del ritorno fosse bloccata da un elefante? E se la macchina della mamma rimanesse sepolta sotto un mucchio di foglie? E se ci fossero una mucca e un camion dei pompieri da spostare? La mamma tira fuori tutta la sua forza, la sua pazienza e il suo coraggio per tornare dal suo piccolo che la aspetta. Missione compiuta, promessa mantenuta... e domani chissà quante cose avrà ancora da raccontare!

