

Tutto il lavoro "pesante" è sulle mie spalle

FRANCESCA CAMEROTA, 34 ANNI, LIBERA PROFESSIONISTA, CON CAROLINA, 5 ANNI, E UNA DELLE IDEATRICI DI MAMMA CULT

Descrivi la tua giornata tipo.

«La mattina parto all'addio le mie bambine, Carolina di 5 anni e Michela di 2, poi torno a casa e mi metto al lavoro. Il pomeriggio le vado a prendere e svolgiamo insieme attività all'aria aperta o a casa. La sera mi occupo della cena e le preparo per la mamma».

Quanto tempo libero hai?

«Lavoro da casa e questo mi permette di essere abbastanza flessibile. Ma il tempo libero è comunque poco».

Tuo marito ti aiuta nella gestione della casa e dei figli?

«È un manager e spesso è fuori città, tra quando c'è sì dedica molto alle bambine. La verità è che tutto il lavoro "pesante" grava sulle mie spalle».

Cosa ti piace fare nel tuo tempo libero?

«Attività tranquille come giocare al parco o fare una passeggiata. Non ho mai del tempo libero solo per me. E forse nemmeno lo voglio».

Cosa vorresti fare, ma non riesci?

«Un viaggio avventuroso come faccio prima di diventare mamma».

Come è nata l'idea di Mamma Cult?

«Nel 2011, ho aperto con due amiche un'agenzia che si occupa di servizi a 360° genitori: un progetto che permette a donne e bambini di passare del tempo libero di qualità e di confrontarsi. L'adesione è stata immediata e noi siamo molto soddisfatte».



I pochi momenti di pausa li dedico ai figli

IRENE IMPROTA, 34 ANNI, AVVOCATO, E CATERINA, 8 MESI

Descrivi la tua giornata tipo.

«Sono appena rientrata al lavoro dopo la maternità e ho ancora formato ridosso. Alle 15 torno la piccola Caterina nel maneggio e cerco di prendere Paola, 4 anni, all'addio. Poi mi distraigo tra pappi, giochi, baci e cena».

Quanto tempo libero hai?

«Pochissimo e quello che ho lo dedico tutto ai figli».

Tuo marito ti aiuta nella gestione della casa e dei figli?

«Molto, pur lavorando tutto il giorno, soprattutto con i bambini. Il sabato, per esempio, posso proprio lamentarmi».

Cosa ti piace fare nel tuo tempo libero?

«Andare dal parrucchiere o dall'amatrice. E visitare mostre come ho fatto oggi».

Cosa vorresti fare, ma non riesci?

«Un corso di cucina o di fotografia».

Questa iniziativa che cosa ti dà in concreto?

«L'occasione di fare qualcosa per me senza togliere tempo ai miei bambini. In più, incontro altre mamme e ho la possibilità di confrontarmi sui problemi e sulle soluzioni adottate. È molto utile».

Ho fatto amicizia con tante altre mamme

GIOVANNA TOMASSINI, 41 ANNI, LAVORA IN BIANCA, E MARIANVITTORIA, 2 ANNI

Descrivi la tua giornata tipo.

«Sveglia alle 6,30, colazione, aiuto mio e corsa in ufficio. E alle 17,30, quando smetto di lavorare, tragitto inverso. La sera cena, giochi, bagno e nanna».

Quanto tempo libero hai?

«Durante la settimana non ne ho. Nel weekend cerco di organizzare le cose al meglio per ritagliarmi qualche spazio. Diciamo che, quel poco tempo che ho, sono molto brava a sfruttarlo».

Tuo marito ti aiuta nella gestione della casa e dei figli?

«Con la bambina parecchio, con la casa per niente. A sua difesa, però, devo ammettere che è molto

lusingato con il lavoro».

Cosa ti piace fare nel tuo tempo libero? «Fare passeggiate tutti insieme in bicicletta e vedere gli amici. Ogni tanto penso anche alla mia cara concubina il parrucchiere».

Cosa vorresti fare, ma non riesci? «In aperitivo con le amiche per chiacchiere tutta la sera come ai vecchi tempi».

Questa iniziativa cosa ti dà in concreto?

«Anche mia madre mi portava da piccola nei miei. Poterlo fare ora con mia figlia è importante. Senza contare che fare amicizia con altre mamme è utilizzazione preziosa».



Sono sempre di corsa. È bello staccare

BARBARA ALEO, 39 ANNI, CASALINGA, E ILARIA, 8 ANNI

Descrivi la tua giornata tipo.

«Mi sveglio presto, preparo Ilaria, 8 anni, e suo fratello di 5 e li porto a scuola. Poi mi dedico alla spesa e alla pulizia della casa. Nel pomeriggio mi trasferisco in tasche li vado a prendere e li accompagno alle lezioni di sport o dagli amici. È una corsa continua».

Quanto tempo libero hai?

«Non tanto, anche se non lavoro. Io e mio marito, però, abbiamo stabilito degli orari: i bimbi vanno a letto alle 20, così abbiamo tutta la serata per noi».

Tuo marito ti aiuta nella gestione della casa e dei figli?

«Con la casa poco, con i figli molto».

Cosa ti piace fare nel tuo tempo libero?

«Stare con la mia famiglia, andare in piscina e uscire con le amiche».

Cosa vorresti fare, ma non riesci?

«Ho lasciato il lavoro per seguire i miei figli. Ora mi piacerebbe trovare un posto part time».

Questa iniziativa cosa ti dà in concreto?

«Ho conosciuto altre mamme con le quali mi sono confrontata. A volte è più facile ricevere un consiglio da persone che non conosco rispetto a quello dato da chi è emarginato coinvolto nella tua vita. Poi è un modo per staccare la spina».

Abbiamo poco tempo libero, ma lo sappiamo sfruttare bene

Le mamme italiane sono sbracciate dai doveri. De lavorino o no, hanno pochissimo tempo per sé: in media meno di un'ora al giorno. In gruppo di donne romane ha trovato un modo intelligente per stare con i bimbi e coltivare le loro passioni: vanno al museo e si divertono insieme

di Sara Mori e foto di Barbara Capriotti per **L'**

Una recente indagine Istat ha evidenziato che la giornata tipo di un italiano cambia a seconda di età, occupazione e sesso. Da questa fotografia emerge che le donne con figli che lavorano sono oberate dalle faccende domestiche e dalla cura della prole: dedicano tre ore e mezzo in più al giorno rispetto a quanto facciamo gli uomini. Il tempo libero a loro disposizione è, quindi, ridotto all'osso. Lo conferma anche una ricerca di Procter & Gamble secondo cui le italiane hanno solo 48 minuti al giorno per sé (contro, per esempio, 169 minuti a disposizione di una finlandese). Come sfruttare al meglio le (pochissime) ore di pausa? Con

soluzioni intelligenti. Come quella proposta da Mamma Cult, un progetto che prevede visite guidate a mostre e musei in molte città d'Italia organizzate per donne in gravidanza, con passeggiate o con bambini piccoli al seguito (per partecipare ci si può prenotare su www.mammacult.it pagando circa 3 euro in più rispetto al prezzo del biglietto d'ingresso). Alla Galleria nazionale d'arte moderna e contemporanea di Roma abbiamo incontrato una delle ideatrici di questo iniziativa e tre mamme che hanno aderito. Sono riuscite a ritagliarsi un po' di tempo libero e lo hanno trascorso con i figli e con altre mamme con cui sono nate anche delle belle amicizie. Ecco cosa ci hanno raccontato.

Da sinistra, Giovanna Tomassini con la figlia Mariavittoria, Francesca Carneota e la sua Ciroliana, Barbara Aligi con Isabella e Irene Improta con la piccola Caterina. Mamme e figli hanno aderito all'iniziativa di Mamma Cult visitando tutte insieme la Galleria nazionale d'arte moderna e contemporanea di Roma.

