

---

UNO SPETTACOLO DELLA VITTORIESE KATIUSCIA BONATO SULLA DEPRESSIONE POST PARTO

## “L’ho uscito io!”

Cosa c'è di più bello che diventare mamma e vivere i primi giorni di una nuova vita?

È cosa c'è di peggio che sentirsi triste, fragile e nervosa proprio in quegli stessi giorni, senza riuscire a capire perché e con gli altri che se va bene non capiscono, e se va male ti disapprovano, perché sai essere triste di fronte a un tanto grande motivo di gioia?

Questo buio si chiama depressione post parto. Succede e di solito passa presto. Ma può durare troppo, può perfino degenerare in psicosi.

La vittoriese di Santi Pietro e Paolo Katiuscia Bonato l'ha incontrato, questo buio, sul cammino suo e di altre donne. E ha deciso di fare qualcosa.

Siccome di professione oltre che la mamma fa l'attrice, ha deciso di farci uno spettacolo.

Venerdì 24 maggio alle 17.30 al teatro Picrobion di Palane di Ponte nelle Alpi Bonato ripropone il suo “L’ho uscito io”, in cui usa l'ironia per raccontare il profondo senso di solitudine di tante donne

dopo il parto, e il loro tentativo di tornare a vivere, e a ridere.

In un contesto a misura di mamma: suono rispettoso, luci soffuse, fasciati a disposizione, orario adatto. Organizza la “Casa delle mamme” di Belluno, che a fine spettacolo propone l'intervento della psicologa



Katiuscia Bonato

Paola Vescovi sulla depressione post parto.

Informazioni e prenotazioni: [info@casadellemamme.it](mailto:info@casadellemamme.it), 333-4876972. Ingresso a offerta libera.

«È stata molto dura – racconta Bonato dei suoi primi giorni da mamma di due figli –. Non capivo cosa mi stesse succedendo. Altre mamme dicevano tutte di stare benissimo. Mi sentivo in colpa. Poi ho deciso di cominciare a dire la verità. Sono stanca, ho detto. A volte, ho aggiunto, mi sento un po' triste. Mi hanno guardato strano. Poi le altre mamme hanno cominciato a dire: sai, in effetti anch'io. Anche io. Anche io».

Da quei dialoghi è nato lo spettacolo. Bonato lo consiglia anche a chi mamma lo sta per diventare.

«Quando è capitato a me, avrei voluto che qualcuno mi dicesse: può accadere, è normale, se riesci a comunicare e a farti aiutare se ne esce. Io mi sono salvata grazie a mio marito. Perché mio marito è un papà: che cambia i pannolini, che prepara le pappe, che mi dice: se devi lavorare quando io i bambini...».

Tommaso Disegna