

GOOD MORNING

novembre - dicembre 2008

ARCA



SIAMO TORNATI!

GOOD MORNING ARCA! Il giornalino è tornato...

Insieme alla neve, pioggia e freddo torniamo anche noi a scaldare un po' l'inverno...

La redazione è cambiata: Beppe ci ha salutato per andare in gruppo appartamento e Martino ha preso un periodo di pausa visto che non è stato molto bene. Ma non vi preoccupate! Abbiamo ottime new entry: le nostre redattrici esterne Valeria e Gianna sono entrate in redazione insieme a Davide unendosi ad Amedeo, Rosi, Annarita e Valentina. Abbiamo anche un nuovo redattore, nonché grafico, nonché tecnico stampa: Roberto, ripreso dai suoi acciacchi e più in forma che mai. Speriamo che anche quest'anno il nostro giornale riesca ad interessarvi. Darvi qualche spunto di riflessione, strapparvi qualche risata. Ritroverete con la nuova impaginazione le rubriche ormai famigliari: vita di Comunità, Angolo donna, recensioni, attualità, note di pensiero... Abbiamo pensato di ampliare la zona interviste per conoscere meglio il lavoro e le opinioni dello staff, delle ausiliarie e in generale di chi lavora all'Arca e su cui ci sono molte curiosità. Sempre per aumentare la condivisione della vita di Comunità vi proporremo uno spazio in cui si parlerà delle varie attività e laboratori dell'Arca e di come si sviluppano. Vi ricordiamo che potete sempre scriverci per fare richieste, dare consigli, esprimere opinioni..

Intanto, sperando che vi piaccia, BUONA LETTURA!!

La redazione

HOTEL ARCA

Voglio raccontarvi la mia vita di ricca signorina ogni tanto sola, dopo i sei mesi estivi trascorsi in varie isole tropicali, fra party, grandi serate di ballo (insomma un'estate mondana!). L'anno scorso parlavo con degli amici dicendo che avevo bisogno di pace e di stare a contatto con la natura, perché dopo delle estati così sento proprio il bisogno di pace, così mi hanno consigliato questo hotel, ci ho trascorso sei mesi, ed anche quest'anno ho prenotato per altri sei mesi, sempre nella stessa suite con il letto con tanto di baldacchino. Voi vi chiederete! E' ricca ma non ha una casa? Sì ho una villa su a S.Vito in collina, vicino a quella degli Agnelli ma da quando Marella e Susanna



sono rimaste vedove sono diventate diciamo un po' bigotte, prima almeno ci scappava qualche partita a canasta o a bridge adesso neanche più quelle, così siccome ho una coppia di custodi più che affidabili, preferisco stare in hotel! Ora voglio raccontarvi le mie giornate: al mattino ci sono le colf che fanno a gara per portarmi la colazione che è di cornetti, biscotti, pane tostato, marmellata, ecc. ecc. Ma siccome non sono golosa bevo il mio solito caffè, al massimo doppio, tutto questo accompagnato da un'orchidea offerta dal direttore. Le colf Samantha, Luiza, Nela, Valeria e Luisa mi chiedono poi, con molta gentilezza, se possono rifare la stanza. A quell'ora, siccome l'hotel è dotato di un centro benessere, ho sempre degli appuntamenti: un giorno ho il massaggiatore (indiano), un giorno l'estetista, poi saune, bagni turchi, parrucchiere... Ogni quindici giorni viene anche un grande chirurgo estetico, Lorenzo Riva, e io colgo l'occasione per farmi fare qualche punturina magari solo alle labbra di botox. Qui ha molte clienti soprattutto quelle più vecchie di me; io anche se ancora giovane sono molto patita per queste cose. Arriva poi l'ora di pranzo e la cucina è dotata di ottimi chef: la capo chef si chiama Terry, una italo pugliese, poi ci sono Valentina, Denise Carmen e Manuela, per fortuna sto molto attenta alla dieta altrimenti in sei mesi non so quanti chili prenderei. Abbiamo anche il barman Roberto che mi attrae per la sua accurata pettinatura ed essendo biondo si nota la riga perfetta. C'è anche il sommelier, che essendo siciliano si chiama Alfio (Gregorio). Poi c'è Gianmassimiliano che porta le valigie dei clienti ed è anche addetto a portare i clienti su e giù in ascensore. Dimenticavo che al centro benessere le responsabili sono Anna Mezzano, Nella Rozio e ci



sono due economie Rita e Francesca a cui per non avere fastidi ho dato carta bianca presso le mie banche Unicredit e San Paolo, così fanno tutto loro: io liquidi ne tengo ben pochi tanto ho il bancomat e le carte di credito. Al pomeriggio faccio lunghe passeggiate, poi visto che c'è una stalla piena di cavalli faccio lunghe cavalcate e molte volte quando torno trovo il direttore Claudio, così ci beviamo un the insieme nel salone e facciamo due chiacchiere. L'hotel è dotato anche di una grande infermeria gestita da tre chirurghi rumeni eccezionali, due dottori italiani e la primaria, che in confidenza chiamo Lalla; c'è anche una palestra dove ci sono i coach Gianfranco, Mauro e Natale che si danno anche il cambio alla reception. Tornando alle mie giornate molte volte scendo per pranzare ma c'è troppo silenzio, perché giustamente essendo un hotel a quattro stelle c'è un certo tipo di clientela molto silenziosa. Allora vado su in stanza e mi accendo la tv, così mangio ascoltando qualcosa. Al sabato il direttore mi ha messo a disposizione la sua auto con tanto di autista per andare in giro a fare acquisti. Al rientro faccio le mie cose e poi dopo cena scendo

a chiacchierare un po' con il barman e il sommelier. Io non bevo ma siccome Alfio è metà calabrese e metà siculo mi fa assaggiare qualche vino di quelle parti perché ne ha sempre qualche bottiglia in cantina! Spesso nel centro benessere mi capita d'incontrare qualche dipendente o responsabile, tipo Anna, che si fa fare molti massaggi ma non ho ancora capito se è perché l'indiano - il massaggiatore - è un bel ragazzo o perché ne hanno tanto bisogno, a volte trovo anche le colf e le cuoche: è vero che è un bel ragazzo ma Alfio mi ha detto un segreto, cioè che è gay. Strano che un indiano lo sia ma io non ho pregiudizi e continuo ad andarci tutti i giorni perché fa piacere anche solo a guardarlo! Poi Mauro, il direttore di sala, dice di essere molto più bello di lui e io gli ripeto sempre... tu sei una bellezza italiana mentre Pierre è una bellezza particolare appunto essendo indiano. Speriamo che il Direttore ne assuma ancora qualcuno, giusto per dare qualcosa al centro benessere! Vi starete chiedendo se ho tanta fantasia... No, sogno ad occhi aperti e non state chiedervi il perché. Basta crederci!

LA COMUNITA' COSA C'E' - COSA MANCA

Secondo me, all'Arca, ci sono tante attività molto produttive come il teatro

Che serve a stare insieme e cercare di comunicare ed esternare quello che si ha dentro attraverso piccole scenette ricreative; come anche ippoterapia serve secondo me, quando si va cavallo a scaricare il nervoso, ma anche

Come divertimento per passare il tempo insieme; anche mentelocale è una attività che serve a

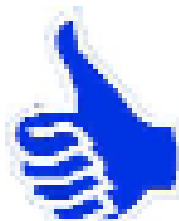
scrivere ed esprimere secondo diversi opinioni le sensazioni sulla comunità; poi; il giornalino è una attività che secondo me aiuta, in libera scrittura, a com-

porre delle cose insieme e trarne tanti significati positivi e creare altri argomenti vari. Arterapia, invece è l'arte del disegno lì bero dove ognuno esprime le sensazioni, i sogni e tutto ciò che riguarda l'essere della vita con le proprie emozioni. Penso che gruppo thè e la cura del sé sono attività come tempo libero da occupare.

Le gite invece, non servono solo come visite didattiche, ma anche per non stare sempre in un solito bar, anzi, si può passeggiare, anche, scoprire insieme, paesi nelle vicinanze del Canavese come gite turistiche. Ciò che manca di più adesso, sono le uscite serali invernali quando ci sono leste del borgo con le piccole balere dei paesi come Volpiano e San Benigno dove vengono organizzate. All'interno della comunità ogni tanto mancano serate divertenti

come vedere le videocassette su skyo sentire della buona musica e chi vuole anche può ballare.

Secondo me manca anche lo stimolo da parte dei ragazzi perché gli operatori sarebbero anche disponibili ma, se manca la voglia o per pigrizia o per noia o per chi sta proprio male veramente, tutte queste cose che si potrebbero organizzare in questo periodo triste e pieno di malessere generale, dopo un po' non ha più senso perché non si percepisce più l'atmosfera di festa. Però, i gruppi con Riva e Mezzano, le plenarie e tutte le riunioni con lo Staff, sono molto utili per confrontarsi tra noi e gli operatori e i dottori.



IMPRESSIONI SULLA Comunità

E' difficile avere dei rapporti in una Comunità che può anche sembrare un manicomio. Oggi si fa uso del termine Comunità per indicare i manicomi ma sono diverse; se stiamo a vedere nel lontano 1968/69 quelli che avevano

bisogno di una Comunità sono stati messi in posti tipo carcere, e alcuni proprio in galera.

Queste storie vanno un po' così e io provo da utente a dire la mia. E' chiaro che parlare di un luogo senza averlo conosciuto è un po' come parlare di una persona senza conoscerla, e sì!

Una comunità psichiatrica prima di diventare tale, nasce da un contesto sociale che ha stabilito che certi comportamenti delle persone sono da considerare non normali. Il punto quindi è chi doveva stabilirlo; ora qua io non ho il materiale per risalire alle origini ma lo psichiatra e la psicologa sono due persone che sono diventate fondamentali.

Non tutte le comunità sono come dovrebbero essere, perlopiù si copiano una con l'altra; un po' di novità viene portata da chi è nel settore. Sembra che non ci siano regole generali per tutti, quindi ogni comunità si organizza in modo autonomo a seconda di chi la gestisce.



vita di comunità

GITA ALLA MOSTRA DEL CARAVAGGIO

Domenica 26 ottobre io, Giampiero e Carlo siamo andati a Torino a vedere la mostra di Caravaggio. La mostra è stata interessante, soprattutto per un dipinto di cupido che è l'angelo che fa innamorare le coppie lanciando una freccia e che mi è piaciuto di più.

Gli altri dipinti erano un po' crudi e amari e si notava per i colori scuri, tra cui quelli più usati erano il bianco e il nero sotto sfondi di ombreggiature, lineamenti e luce bianca che risaltava il colore del volto delle persone di quel tempo.

Erano tanti i quadri di Caravaggio, ma ci hanno fatto vedere solo quelli riprodotti da immagini e computer.

Tutti erano basati sulla vita di Gesù (resurrezione, la passione, ecc...), anche di illustri nobili guerrierie, altri santi come i dodici apostoli di Gesù e...

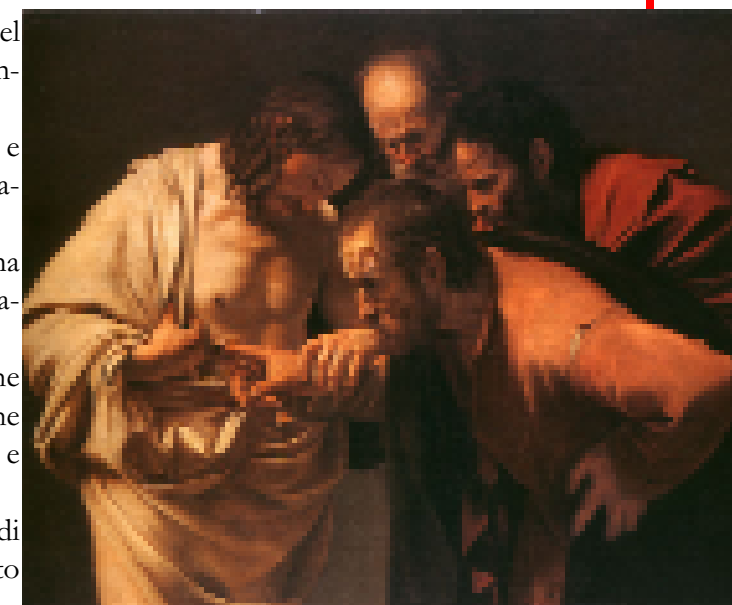
Michelangelo Caravaggio è il più grande pittore e scultore del periodo 1500-1600 e maggior parte dei suoi quadri sono conservati e famosi in tutto il mondo.

Egli è nato a Caravaggio vicino a Bergamo in Lombardia e della sua vita sappiamo solo tutto quello che lui ha fatto, attraverso i suoi dipinti.

Vicino al museo dell'Auditorium della RAI, c'è la grandissima Mole Antonelliana dove venivano esposti quadri cinematografici del museo del cinema all'interno della Mole.

Lungo la via c'erano delle bancarelle interessanti e quella che mi ha affascinato di più è stata quella dove un ragazzo che lavorava anelli, braccialetti e altri lavorati con pezzi di ferro e plastica, fatti nel momento e che poi vendeva.

Insomma è stata una bella giornata, arricchita dallo scoprire di tutte quelle cose interessanti e, riviverle secondo ogni spirito della persona stessa.



GRUPPO ISTITUZIONALE



A chi non conosce che cos'è e di cosa si parla durante il gruppo istituzionale con la psichiatra Anna Mezzano, io lo presento così: il gruppo è costituito da otto o nove pazienti, ospiti della comunità, seduti tutti in una specie di cerchio dove in mezzo c'è la dottoressa Anna. Lì ci sono inoltre due educatori: Natale che scrive il succo della riunione del gruppo in un quaderno apposito e Gregari che fa da intermediario quando si parla tutti insieme facendo confusione e non si riesce a capirsi tra noi ragazzi. All'interno del gruppo gli argomenti sono vari, s'inizia con il "Buongiorno" e ci si dice chi manca e poi cosa è successo durante la settimana. Ognuno di noi espone non le cose personali, ma l'andamento della comunità e come si possono chiarire e risolvere certi problemi che accadono tra di noi, come ad esempio qualcosa che non va nell'organizzazione della comunità e del lavoro dell'equipe.

Alla fine del gruppo, che dura quarantacinque minuti, ognuno di noi esprime il proprio pensiero su come è andata la riunione e di come ci si sente e la dottoressa Anna dice come ha visto il gruppo secondo il suo punto di vista. Secondo me il gruppo a volte serve e a volte no, perché c'è troppa confusione e delle volte non si riesce a capirsi. Oppure in altri momenti c'è tanta agitazione se si parla di argomenti molto importanti che toccano nel profondo ogni persona. Il gruppo è molto forte e spesso compatto, solo che penso che quell'unione forte che abbiamo quando ci ritroviamo con la dottoressa Anna deve esserci anche nei momenti della giornata che passiamo in Comunità. E' come se ci fossero tante barriere tra di noi quando siamo fuori dal gruppo, che invece di abatterle con le nostre forze, si finisce per scontrarsi. E' questo che manca secondo me.

DAVIDE: il mio arrivo all'Arca

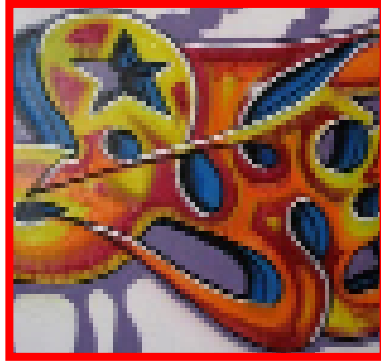
Ciao sono Davide il mio arrivo a l'arca verso la meta' di ottobre, inizialmente conobbi Gian Piero, ex compagno di stanza, Luca, Vincenzo, Pietro, Rosaria, Gianna, e gli altri tra loro gli operatori, Valentina, Roberto, Carmen, Manuela, Denise, Natale, Massimiliano, Gregorio, Gianfranco.

Il primo giorno mi assegnarono il mio gruppo per la stanza, il terzo giorno andammo a prendere il caffè al pit stop a S.Benigno poi siamo andati a Lombardore in chiesa, il quarto giorno siamo andati a Leinì. Dopo il 23 settembre iniziai a scrivere per il giornalino al mattino, gruppo fotografia il giovedì.

Al mattino ci si sveglia di solito alle nove poi c'è la colazione poi ci organizziamo con gli operatori per uscire al bar.

Dopo le prime tre settimane iniziai a lavorare in cucina .

Mi piacerebbe trovare lavoro lontano dalla mia famiglia e approfondire la professionale.



Beppe

Come è stato tuo percorso all'Arca?

E' stato un percorso che mi ha insegnato molto , grazie all'aiuto di me stesso e di chi mi stava vicino.

Che effetto ti ha fatto lasciare l'Arca?

Mi è dispiaciuto molto, però la vita continua e così anche i percorsi.

Come è stato l'impatto con il gruppo appartamento all'Arca e i nuovi compagni?

L'impatto è stato molto facile perché i compagni come Francesco e Ivan già li conoscevo, solo Carlo no , ma sembra molto tranquillo e simpatico.

Cosa ti porti dall'esperienza dell'Arca?

Il saper controllare le emozioni.

Ora che sei andato via, come vedi l'Arca da fuori e come sono i tuoi rapporti con gli ospiti?

L'arca la vedo come una comunità molto lucida, gli ospiti sono stati molto estroversi, chi era mio amico o mia amica. Si sa che gli ospiti sono fatti anche a modo loro!

TERESA

Come stai in cucina quando lavori tra i fornelli?

Pensando che lavorando per gli ospiti , lavora bene

Come hai visto cambiare la comunità da quando lavori?

L'ho vista cambiare in meglio. Sono cambiate tante cose in positivo: la cucina è diventata più esigente ora.

Cosa ne pensi della comunità (ospiti e operatori)?

Gli ospiti come Valeria in particolare, si è dimostrata sempre disponibile e molto brava .Se dovessi dargli un voto le darei un 10 e lode e gli altri ospiti abbastanza collaborativi. Certi operatori, invece, bravi e altri meno.

Cosa cambieresti del tuo lavoro e del menù?

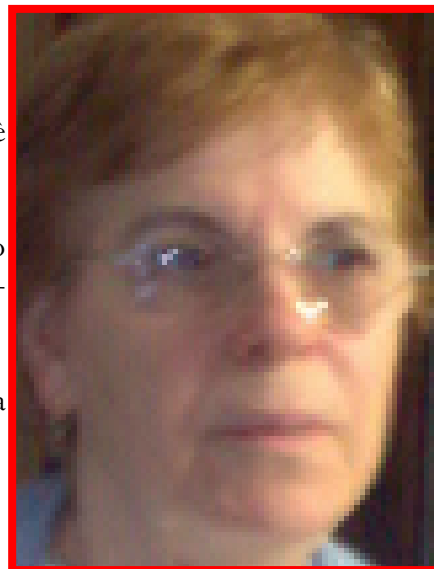
Cambierei molte cose, come: che non si può adoperare il burro, la besciamella e la panna!

Come ti trovi con le tue colleghe e operatori?

Mi trovo bene con tutti.

Cosa ne pensi del tirocinio in cucina degli ospiti?

E' una bella cosa il tirocinio, ma, ci vorrebbe più ordine da parte dei tirocinanti.



GIANFRANCO



Come ti trovi in comunità?

Bene con i colleghi e con voi e anche il lavoro.

Cosa ti piace e cosa non ti piace della comunità?

Non mi piace che gli utenti fumano troppo e ovunque e questo mi induce a fumare di più. Mi piace l'atmosfera che si crea fra di noi quando qualcuno è sofferente.

Hai qualche novità da proporre?

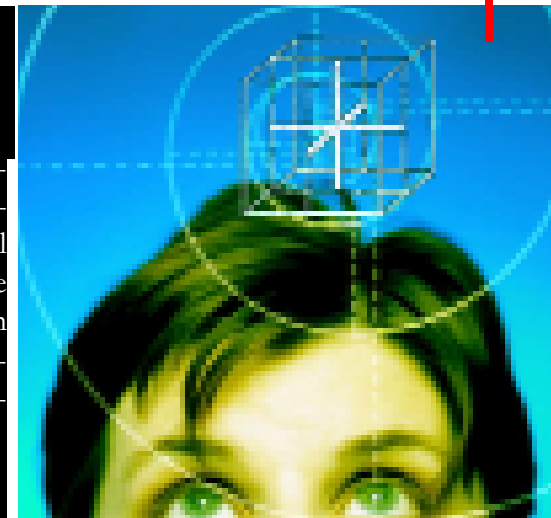
Sarebbe carino fare qualche torneo di calcio balilla, ping pong e di carte.

Cosa intendi per comunità?

Il vivere comune e condivisione di spazi e affetti che si creano.

MENTE LOCALE

Ogni venerdì pomeriggio viene in comunità Gino Pugliese che è un educatore dell'Asl 2 e con lui e Denise o Natale alcuni di noi fanno il gruppo di Mente locale. Siamo io, Annarita, Maurizio, Roberto, Sergio. Il gruppo consiste che Gino ci fa leggere un brano, ci fa delle domande e noi scriviamo i nostri pensieri. L'anno scorso per concludere l'attività un giorno prima dell'estate siamo stati a Torino a vedere una mostra di quadri e a me è piaciuta molto. Quando finiamo l'attività si fa una breve uscita e si va al bar per una pausa caffè.



TEMPO LIBERO

La maggior parte delle mie giornate le passo in camera mia a letto ad ascoltare la radio dove ascolto musica ed anche notizie alcune mi lasciano stupite perché di tragedie altre sono buone notizie.ascolto musica italiana ho una stazione preferita ed è radio cuore la preferisco alle altre perché trasmette solo musica italiana e preferisco la radio ai cd perché nei cd c'è la solita musica.



UN'ESTATE ALL'ARCA



A giugno siamo partiti per il mare destinazione Varazze in Liguria. La mattina si andava al mare e anche al pomeriggio.

La sera si faceva una passeggiata e siamo stati anche a Finale Ligure e a Celle. Oltre che a Varazze come gite siamo andate all'acquario di Genova e alle grotte di Borgo Verezzi. E ci siamo divertiti un sacco. L'albergo era molto accogliente e si mangiava bene.

Quando siamo rientrati l'organizzazione era questa: una volta alla settimana si andava in piscina, a turno si faceva l'uscita serale, eravamo divisi in gruppi due

maschili e uno femminile. Inoltre gli operatori stavano in giro fino alle undici e si organizzava la gelatata e tre volte alla settimana l'anguriata, (ogni tanto per fortuna il melone).

L'estate è finita, si riprende la vita di tutti i giorni e riprendono le attività: giornalino, mente locale, teatro, gruppo tè, gruppo parola ippoterapia ecc.....e purtroppo niente uscite serali! Due volte alla settimana c'era anche il bar interno aperto. Ci siamo dimenticate!! Al mare abbiamo fatto una cena tutta a base di pesce e abbiamo mangiato veramente tanto perché per un'altra occasione così bisogna aspettare...

I GIOVANI E LE DROGHE

Fin da giovani i ragazzi d'oggi fanno abuso di droghe e di alcool soprattutto al sabato sera in discoteca le droghe sono pericolose perché danneggiano il cervello. Quando i ragazzi sono in stato di ebbrezza e vanno in macchina a forte velocità succedono gli incidenti ahimè dove ci lasciano le penne. Tutta colpa dell'alcool e delle droghe e poveri genitori se li piangeranno tutta la vita. Secondo me se non esistessero le droghe ci sarebbero meno incidenti e i ragazzi non rischierebbero di morire di overdose e non sarebbero in giro persi e confusi. Io sono contraria a tutte le droghe, anche agli psicofarmaci e per l'alcool penso che uno possa bere un bicchiere a pasto ma senza esagerare.



angolo donna

CONSIGLI DALLA NATURA



Questo numero abbiamo pensato di descrivere le caratteristiche e le qualità di alcune piante che possono aiutare a stare meglio per rendere più chiaro l'elenco li abbiamo in tre grossi gruppi che rappresentano le loro proprietà principali.

Espettoranti

L'eucalipto utilizzato per la sua attività balsamica fluidifica il catarro e seda la tosse. E utilizzato in numerosi farmaci come sciroppi, gocce nasali e unguenti balsamici. Qualche goccia nella vaschetta del calorifero aiuta a respirare meglio. L'essenza viene estratta dalle foglie.

Il pino diffuso nell'ambiente ha un effetto fluidificante, sedativo della tosse e antinfiammatorio. Dieci gocce da aggiungere nella vasca da bagno sono efficaci per rinfrescare la pelle e per favorire la circolazione si può massaggiare la parte con olio di mandorle con cinque o sei gocce di essenza di pino che si ricava dagli alberi. Il ginepro ha attività espettorante e antisettica (contro le infezioni) specialmente se diffuso nell'ambiente, si ricava dalle bacche.

Antinfiammatori

Agiscono sulla pelle attraverso il bagno, con 5 o 6 gocce da aggiungere alla vasca o mediante il massaggio con 10-15 gocce da diluire con l'olio. In particolare hanno effetto antinfiammatorio: la camomilla aiuta anche le difese immunitarie. Si ricava dai fiori. Molto usato nelle acque del bagno, se si imbeve del cotone nell'acqua e camomilla e si mette sugli occhi per 10 minuti ha proprietà decongestionanti (toglie il bruciore). La zagara, olio essenziale derivato dai fiori d'arancio, decongestionante e lenitivo delle infiammazioni della pelle. E' un olio molto concentrato, utilizzato nel massaggio migliora le cicatrici, le smagliature, la pelle secca. La menta piperita, anestetica, rinfrescante, antiprurito. Può essere utilizzato durante il bagno o per massaggiare la parte da trattare si ricava dalle foglie. La rosa, l'olio estratto dai petali profumati ha proprietà lenitive, antinfiammatorie e rilassanti. Nell'acqua del bagno 5 o 6 gocce a fine giornata rilassano e allontanano lo stress. Poche gocce (1 o 2) su un fazzoletto riducono il fastidio al naso durante il raffreddore. Nel diffusore 3 o 4 gocce favoriscono il sonno. Gli oli essenziali stimolano una reazione dell'organismo sia per inalazione sia per frizione sulla pelle sono utilizzati per il loro effetto energizzante. Basta mettere in un diffusore 5 o 6 gocce oppure 2 o 3 gocce su un fazzoletto per essere più vigili, attenti e attivi. Si può ottenere un effetto tonificante anche con un massaggio utilizzando 10 o 15 gocce di una di queste essenze diluite in olio di mandorle. Tra gli oli essenziali con funzione stimolante ci sono: la canfora da usare con frequenza nell'ambiente. Utile anche contro il mal di testa da stress. La cannella che diffusa nell'ambiente o aggiunta all'acqua della vasca 2 o 3 gocce hanno un effetto energizzante. Il rosmarino che diffuso nell'aria favorisce la memoria. Utilizzato per il massaggio è efficace contro l'affaticamento, la debilitazione e lievi depressioni. Il limone che diffuso nell'ambiente ha un azione antidepressiva e stimolante. Nel bagno 5 o 6 gocce hanno un effetto rinvigorente e rinfrescante. Lo zenzero che stimola la digestione e riequilibra le funzioni intestinali. Se inalato in un diffusore migliora la respirazione e trasmette energia.



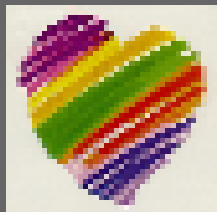
Poesie e Recensioni

L'AMICO E'

L'amico è qualcuno che non ride di te
L'amico è una persona che c'è sempre,
quando tu lo cerchi
L'amico è una stella che veglia su di te
E non ti lascia mai sola
L'amico è un sorriso che non ti fa mai piangere
Ma ,che ti emoziona ogni volta dentro di te
L'amico non è una corrente d'acqua
Che passa ,ma è una sorgente che ti alimenta
Per non lasciarti senza di lei
L'amico quando ti guarda ti parla sinceramente
e non come chi butta fuori menzogne.
L'amico è come un pozzo sempre ricco di consigli
L'amico è come un fratello che ti guida come un libro aperto
L'amico però non vuole essere tradito,
non vuole che tu lo lasci solo
L'amico è sole e cielo
Mare e terra
Dove nell'infinito ci sei anche tu
L'amico è amore dove non porta mai rancore.

L'AMORE E'

L' amore non si sa cos'è...
Forse è un brivido che senti nella pelle
Forse è un battito più forte del tuo cuore
All'amore non c'è sempre un sì o un no
L'amore quando c'è è una cosa che ti prende e non sai dove va
a finire
L'amore è lo scoprire l'altro aspetto nudo di se stesso
L'amore è un fuoco che ti coinvolge passionalmente tutto il
resto non conta
L'amore non è solo sesso sfrenato
L'amore non è solo un gioco di parole
L'amore spesso è quasi confusione
L'amore diventa vero solo con un sì e due cuori che si amano
L'amore a volte è quello sbagliato
Che forse ti fa più soffrire
Ma quando finisce una storia e se ne inizia un'altra,
proprio quell'amore che ti ha fatto più soffrire,
ma quando finisce una storia e se ne rinizia un'altra,
proprio quell'amore che ti ha fatto più soffrire
adesso ti aiuta a crescere
L'amore è anche pianto e dolore
Ma, quando c'è lui
Tutto il resto non conta
L'amore è un viaggio continuo
Dove a ogni meta
Non si smette mai di sognare.

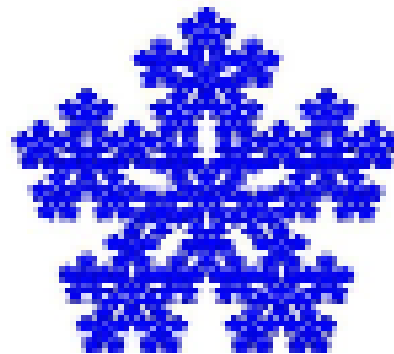
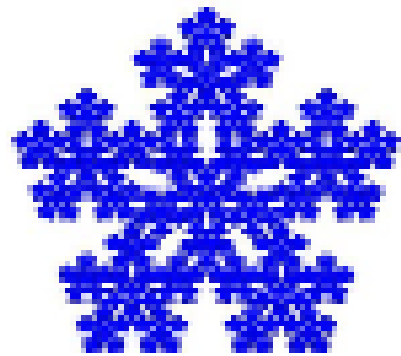


C'era una volta in una immensa foresta un orso di nome Polly che andava in cerca di cibo ma ahimè non ne trovava. Un giorno vide un ragazzo che pescava e il pescatore chiese a Polly se aveva fame e lui disse di "Sì!" e il ragazzo gli regalò dei pesci. Da allora Polly e il pescatore divennero amici.



La storia inizia quando lui, Scamarcio che interpreta Step, un ragazzo ribelle di famiglia benestante, s'innamora di una ragazza Baby, anche lei di famiglia agiata. Lui la incontra ad una festa a casa di lei e se ne innamora subito. Da qui iniziano disavventure e mille contrasti tra i due. Però l'amore tra loro è più forte di ogni barriera e nascono incontri segreti molto dolci, soprattutto quando si trovano da soli in un castello abbandonato sulla spiaggia. Il dramma inizia quando lei vede l'amico di Step, soprannominato Pollo, morto in un incidente di moto. Da lì la ragazza non ne vuole più sapere di lui. Così alla fine Step parte con il fratello in moto, avendo anche lui perso la ragazza, e mentre superano il ponte si vede incisa la frase che Step stesso aveva scritto "IO E TE TRE METRI SOPRA IL CIELO". Secondo me la storia è un po' fuori dalla realtà e dall'altra parte è molto intensa nelle scene d'amore molto dolci tra i due ragazzi; anche se alla fine è una storia d'amore vissuta per troppo poco tempo e finiscono per separarsi per un tragico evento, ovvero quelle corse clandestine in moto fatte per stupidità.

LA RICETTA DI NATALE



Dolcezza d'inverno.

Ingredienti per 6 persone 24 savoiardi g. 200 di mascarpone un bicchiere di marsala secco , 1/ 2 bicchiere di brandy g.75 di zucchero g. 300 di lamponi g.150 di acini d'uva bianca , 2 o 3 tuorli .

Disponete i savoiardi in un piatto allineandoli in modo da formare un rettangolo, lavate e asciugate l'uva, lavate i lamponi e fateli asciugare su un telo .

Mettete in una ciotola il mascarpone , lo zucchero e i tuorli , lavorate questi ingredienti fino ad ottenere una crema liscia e omogenea e infine profumatela con il marsala e il brandy mescolando bene.

Ricoprite i savoiardi con metà della crema di mascarpone stendendola delicatamente con una spatola .

Posatevi sopra i lamponi e l'uva formando file alterne , ricoprite con i savoiardi rimasti premendo leggermente , spalmate su questi la crema e completate con file d'uva e lamponi . Mettete il dessert in frigo per almeno due ore prima di servirlo.

LA REDAZIONE

Responsabile di Redazione: Valentina

Grafica e Impaginazione: Roberto

Redattori: AR, AM, M, R, D, G, V

Collaboratore esterno: S