

LA FAMIGLIA

parliamone

1

2026

calediòscopio

rivista d'esperienze, narrazioni collettive e autobiografiche

Indice

3

Parliamone

Mattia
Andrea
Marisa Elena
Max
Marco
Mauro
Giampietro
Cristiano
Andrea B.
Vincenzo
Alessandro
Cristian
Daniele
Elvis
A.S.
Andrea
R.P.
G.C.
Elena M.
Raffaella
R.P.
Lina

12

Lo sai che

"Punteggio di invalidità"
di gruppo CD "La Casa"

13

Trasfusioni

"Una serata milanese in occasione dell'inizio delle paralimpiadi" di Gruppo CD "La Casa"

14

Conversa con noi

Andrea B.
Elvis

17

Galleria poetica

"La famiglia" e *"Poesia"*
di Andrea
"Senza titolo" di A.S.,
Raffaella, G.C., Elvis,
Elena M., Lina
"Sono grata" di Lina
"Senza titolo" di R.P.
"Ideazione", *"Raggio di luce"* e *"Tunnel della salvezza"* di Mattia
"La fortuna di incontrare me", *"Senza titolo"* e *"Cantanti in bellezza"*
di Elma

21

Intorno al disagio

"Come definiresti il tuo disagio? raccontacelo" di Gruppo CD "La Casa"

22

Mosaico

"Gli accordi che adoro suonando e ascoltando la chitarra" di Mattia
"La mia passione per le donne che fanno bodybuilding" di Andrea M.
"Senza titolo" di Daniele e Marco
"Classifica dei 10 animali" di Max
"Senza titolo" di Alessandra
"La mancanza di papà" di S.A.
"Voglia di viaggiare" di Andrea M.

"Senza titolo"
di Andrea M., di R.P.,
di Elvis, di Raffaella
"Senza giudizio" di Lina
"Senza titolo" di M. Elena

Disegni

C.G.
Mauro
M.E.
R.P.
Mattia
Vincenzo
S.A.
G.R.
M.A.
M.E.
Max
Andrea B.
M. El.
Daniele

***“In ogni modo
immaginabile,
la famiglia è un legame
con il nostro passato,
un ponte verso
il nostro futuro”***

(Alex Haley)

parliamone

sto decisamente meglio. Avrei voluto mio papà più vicino fisicamente poiché da vari anni si è trasferito negli Stati Uniti, e poi



tre io ero una frana. Mi portava con lui in ditta e mi piaceva andare insieme in macchina, mi fece conoscere anche i suoi fornitori di materiali utili per le mansioni che doveva svolgere. Belle le esperienze vissute a casa dei nonni paterni con papà, i pranzi che nonna Regina e nonno Enrico organizzavano per tutta la famiglia con le varie portate gustose, e i vari manicaretti portati sulla lunga tavolata quando eravamo con tutti gli zii. Nonno Enrico pensava anche al divertimento esterno che aveva a casa sua, tra cui carte (scala 40), scopa 15, freccette, bocce di cui aveva il campo preparato e spianato da lui in persona e faceva le partite, ma il vincitore era quasi sempre lui in tutto, poiché quando perdeva si arrabbiava, anche con me, quando perdeva io mi dava la rivincita e facevamo la bella. Con il nonno, i miei ricordi sono molteplici tra cui i giri nel bosco in cerca di lumache in primavera e la raccolta dei funghi a ottobre; la sua passione per la pesca di pesci gatti nei laghi di Carpanea a Inverigo, il nonno era tesserato e portava la sua attrezzatura con il carrellino, con tutti gli utensili, due canne, i seggiolini, e naturalmente il beveraggio, veniva anche mia nonna Regina e a volte anche i miei zii, soprattutto Alex dato che il nonno gli ha trasmesso la sua passione per la pesca. Nominò anche il biliardo dove Enrico era un vero asso, aveva la sua

La famiglia rappresenta l'elemento più importante della vita di una persona. Per me è fondamentale porre la fiducia nei propri familiari che danno dei consigli utili per crescere e essere consapevole delle scelte che si fanno, lo si fa per il bene prima per sé stessi e anche per i propri cari. I miei genitori sono brianzoli e purtroppo si sono separati nel 2012, io ho sofferto molto quel momento per molto tempo, poi dopo vari momenti di tristezza e amarezza mi sono rialzato e ora

un padre presente è importante, dà sostegno, forza, non solo parole di conforto quando le cose non vanno bene. Tuttavia ci sentiamo con i messaggi ma ovviamente la presenza fisica è diversa. L'ho comunque vissuta in passato con mio papà, con lui ho bellissimi ricordi, quando andavamo al mare e fare il bagno insieme a lui mi divertivo a fare snorkeling nel mar rosso, mentre a casa quando ero piccolo mi aiutava a fare i compiti soprattutto di matematica che era il suo forte men-

parliamone

stecca personale e andava anche nelle salette a giocare sul tappeto verde sia con i miei zii e prima anche con suo cognato e se c'era qualche sfidante che trovava là che voleva farsi sotto, gli diceva di farsi avanti e così via, batosta uno, batosta due, alla terza batosta lo sfidante pagava a mio nonno partita e beverage della serata. Gli aneddoti di Enrico e le sue frasi sono ricordi che mai dimenticherò. Anche quando mio nonno Enry rimasto vedovo, andavo tutti i giorni a casa sua a pranzare, anche cenare e trascorrere il tempo con lui, gli facevo la spesa e a volte andavamo anche assieme al discount, negli ultimi tempi ho trascorso anche delle notti a casa sua, lo ricordo come persona molto generosa, saggio, grande lavoratore, tra cui oltre l'orto, si occupava di falegnameria con la sua circolare costruita da lui, e anche saldatore. Mia mamma la reputo il tassello basilare della mia famiglia, che porta avanti ogni cosa: la casa, con le varie spese che ne concernono, prendere gli appuntamenti per le visite mediche. Io faccio la mia parte aiutandola sia con i mestieri che nella spesa e nella benzina dato che uso la macchina per andare al lavoro e mi sembra giusto aiutarla in tutto quello che riesco. Quando la vedo serena e sorridente sono contento, lei vuole il meglio per me e viceversa. I miei nonni materni, si appoggiano molto su mia madre e su di me,



anche per la spesa settimanale al supermercato e gli acquisti da tenere monitorate la scadenza e la freschezza dei prodotti alimentari, inoltre la scorta di acqua di dieci pacchi da due litri in una volta sola, che comunque dura un po' di tempo e a me fa molto piacere aiutarli, perché mi rendo utile per loro, poi i nonni mi danno anche il pensiero in termini economici e fa sempre comodo e li ringrazio sempre di tutto quello che fanno per me e del tempo trascorso assieme sia nel presente che nel passato ma anche nel futuro che viene auguro a loro la massima salute per andare avanti il più possibile. Inoltre anche i

pranzi succulenti e appetitosi a casa dei nonni sono sempre conviviali e riunisce la famiglia soprattutto durante le festività e i compleanni, con annessa la tombolata natalizia. Con i nonni materni ricordo molto bene i giorni di Natale trascorsi al ristorante sin dal 1990 quando sono nato io che ero a capotavola nel seggiolone, da lì in poi il mio posto fisso è sempre stato capotavola quando sono con loro. Mia nonna Rosa di origini emiliane, il nonno Camillo di origini brianzole, tante le tradizioni e le storie raccontate apertamente anche della storia, dalla guerra degli anni 40, gli aerei di notte, i nascondigli e la liberazione del 45', i racconti del nonno riguardo il lavoro alla Singer e alla Falk, e la produzione, che era nel reparto attrezzeria mentre nonno Enrico era in officina come gruista, si occupava della produzione dei tubi; infatti i miei nonni si sono già conosciuti alla Falk. Anche i miei nonni paterni erano di origini brianzole entrambi, nonno Enry aveva edificato lui la sua storica villetta, disposto l'orticello, le varie piante da frutta, si occupava di tutto dalla semina all'irrigazione, alla coltivazione degli ortaggi, la manutenzione del giardino, al potare del kiwi e del prugno, al roseto profumatissimo che mi ricordo tuttora il profumo intenso. Dal canto mio non voglio avere dei figli, ma mi piacerebbe provare l'esperienza di ave-

parliamone

re una ragazza con la quale condividere non solo affetto ma anche le passioni in comune, soprattutto per la musica e magari di trovarne una da portare a vedere dei concerti e al cinema che sono due miei grandi momenti di svago, potrei acculturarla sulla musica, specialmente l'Hard Rock, infatti vado apposta a sentire i concerti Metal per conoscere nuove persone, ragazze comprese. Ho qualche amico che nonostante la lontananza ci sentiamo e ci vediamo anche, per cui guardo avanti con positività, il futuro potrebbe riservare anche belle sorprese.

Mattia

Per me è importante e le molto bene ad esempio da piccolo mia nonna la chiamavo la nonna "Ge" "mi adorava mi dava di tutto e di più mi portava al mercato a prendere i dinosauri mi preparare le crepes con la nutella il budino e di tutto e di più poi ho mi por-

tava a Pinarella di Cervia al hotel Zeus oppure al Admiral anche i miei parenti di Bernate che mio zio ha un'azienda agricola un capannone con i dipendenti e mia zia che è sposata con lui ho anche le mie cugine uno di questi ha la ditta elettricisti un altro mio cugino adesso è assessore di Arcore con due figlie piccole dove le abbiamo portate a Movieland a divertirsi. Poi ho anche la sorella di mia mamma mia zia che mi fa fare un sacco di risate e siamo andati insieme a vedere i concerti poi i miei genitori che stravedono per me anche se però non gli ho mai ascoltati infatti mi sono trovato sempre male mio padre è un bravissimo chitarrista mi ha trasmesso la passione della chi-

tarra facendomi vedere un concerto dei Deep Purple dal vivo sulla videocassetta mia mamma è appassionata di pallavolo e giocava nella squadra del Velasca era fortissima e fa anche la parrucchiera da donna con i miei andiamo sempre in pizzeria a mangiare poi ho mio zio il fratello di mia mamma che è giovane che mi aveva regalato il Supernintendo con i giochi: Mortal Kombat, Biometal, Waterworld, che mi divertivo un casino. Poi aveva anche la playstation, con Crash Bandicoot uno dei miei giochi preferiti, Tekken 4. Mi ha fatto vedere i film di Van Damme e Bruce Lee e mi sono appassionato tantissimo. Poi c'era mio nonno Mimmo e mia nonna Lilla (da parte di mia mamma) che adesso purtroppo sono morti. Poi c'è anche mio zio acquisito che mi fa sbellicare dalle risate. Ho anche i parenti in Sicilia a Messina che sono i cugini di mio padre non ci frequentiamo molto spesso ogni tanto con i parenti andiamo a mangiare la pizza oppure mi regalavano sempre le mance ai compleanni e a Natale. Purtroppo i miei nonni sono tutti morti ma per fortuna ho ancora tanti zii e cugini e i genitori ancora giovani i miei mi portavano sempre a Gardaland una volta eravamo andati in Austria con mio zio e i miei e degli amici di famiglia siamo andati al Prater a Vienna dove mi ero divertito molto una volta avevo comprato un serpente lunghissimo giocat-



Disegno di P.P.: "La famiglia è amore e speranza"

parliamone

tolo e una signora al parco ha cacciato un urlo adesso mi vedete tranquillo ma da piccolo facevo un sacco di dispetti ero vivacissimo a mia nonna il cioccolatino nel sugo, le lasagne nel detersivo, i dinosauri nel videoregistratore, poi io vedevo il film piccola peste e prendevo spunto. Avevo bucato il quadro con il fucile ad aria compressa. Avevo le pistole da softair ho spaccato un bicchiere una volta mi avevano regalato anche xbox con i giochi, Turok evolution, Crash Bandicoot L'ira di Cortex, Batman, Spiderman, Goulies, Bloody Roar Extreme, mi avevano preso anche la Playstation con i videogiochi avevo anche God of war, Ninja gaiden, Lost planet, Tekken 6, One piece ma dopo non volevo più prendere più nessun videogioco e giocare più dopo la vacanza di Riccone perché pensavo che le persone che morivano nei videogiochi morivano veramente. Mia nonna mi aveva messo in testa l'inferno perché mi diceva che se non facevo il bravo arrivava il diavolo che mi prendeva per la forca e mi tirava giù per sempre all'inferno e da lì ho iniziato a volermi comportare bene sulla terra per non finire all'inferno per tutta l'eternità. Poi avevo la cassetta di Fracchia contro Dracula di Paolo Villaggio una volta con i miei a casa di un amico di famiglia c'era uno che assomigliava avevo detto: "Mamma c'è Dracula!".

Andrea

Per me la famiglia è unione, contare sull'altro, aiutarsi.

Famiglia per me è stare insieme.

La mia famiglia è mia sorella, mio cognato, le mie nipoti Letizia, Valentina, il cane Lello, il mio gatto Ginger.

La mia seconda famiglia è anche quella di mio cognato Lazzaro e quando ci incontriamo a Natale siamo sempre in tanti, all'incirca 30.

La mia famiglia ideale abita in uno scenario tipo "casa nella prateria".

La mia famiglia è io e il mio gatto.

Nel Centro Diurno La Casa che frequento tutti i giorni, ho trovato una grande famiglia ci sono le educatrici come mamme e gli utenti come fratelli. Ogni mese ogni utente fa un turno, fa il turno del caffè del mattino e dopo pranzo, il turno dei vassoi, la pulizia tavoli. Si fanno feste. Anche l'Associazione Asvap (che si trova a Monza in via Belluno, 10) è una grande famiglia ci sono tanti volontari e tanti amici che la frequentano la domenica pomeriggio dalle 15.00 alle 17.30. Si fanno giochi, vacanza a Costa Alta a Biassono. Io mi diverto in questa associazione, è stato bello quan-

do abbiamo giocato a tombola, domenica 11 gennaio.

Maria Elena

La famiglia è l'unione tra due o più persone, e per me una famiglia può assumere qualsiasi forma, non serve che sia quella classica, per me è famiglia ogni unione di persone in cui ci siano sentimenti positivi. Se potessi scegliere un posto dove far vivere tutti i miei famigliari sceglierei un luogo in collina ma vicino al mare e sarebbe bello rivivere gli anni 60/70 del secolo scorso... la mia famiglia è praticamente una comune: accogliente, disponibile ed unita! I valori che la sorreggono sono quelli basilari ovvero libertà, pace, giustizia, e uguaglianza. Famiglia ricapitolando = genitori, figli, nonni, parenti, zii, cugini, animali domestici, situazioni attuali e amicizie.

Max

La mia famiglia è composta da me, Ciro e Sandra che sono mio fratello e mia cognata. La mia famiglia d'origine era molto numerosa perché eravamo dodici fratelli e sorelle e poi mia mamma e mio papà. Il papà è mancato presto purtroppo, quando io avevo solo due anni e avrei voluto che stesse qui ancora un po' per potermelo ricordare. Tra tutti i miei fratelli sono affezionato di più ad Anna perché abita lontano, in Belgio e non la vedo da tanto. Mi spiace perché ha avuto

parliamone

un ictus che non le permette di camminare e di parlare. Secondo me, comunque, la famiglia può avere diverse forme: l'importante è che ci sia affetto che lega le persone che ne fanno parte anche gli animali. Il cane di mia cognata, per esempio, lo considero un membro della nostra famiglia anche se a volte non andiamo d'accordo. Mi piacerebbe che io, mio fratello e mia cognata vivessero al mare, così...tanto per cambiare zona..., però vorrei portarmi dietro anche il CD, perché per me anche lì è come una famiglia, lì ci sono degli amici e ho confidenza.

Marco

La famiglia è una sola e sacra. Ho due sorelle e una nipote che sono simpatici. Alle mie sorelle e a mia nipote Rebecca piace la musica italiana mentre io ascolto il Rock. Alla domenica a Mezzogiorno mi invitano a mangiare e

poi andiamo a bere il caffè in pasticceria. Io nella mia vita mi sono sposato, è durata due anni e poi abbiamo divorziato. Ho un figlio in Colombia che non vedo da tantissimo tempo. Si chiama Michael e sua madre è una donna colombiana, ci vediamo in video chiamata alla domenica. Il mio sogno è poter tornare a vivere in Colombia ma mi accontenterei di andare a vedere il mare, mia nipote la pensa come me mentre le mie sorelle mi dicono che non si può perché si deve andare a lavorare.

Mauro

Famiglia è stare in compagnia e volersi aiutare. Mia mamma non c'è più e allora deve fare tutto

mio papà e anche io un po'. Mia mamma la porterò sempre nel cuore ed è lassù in cielo con mia zia Mery, Giovanni, i miei nonni. Mio fratello lo vedo alla domenica. Anche Dio fa parte della mia famiglia perché mi aiuta a dormire e a non sentire la musica che ho nella mia testa. Mia zia mi fa sempre la ricarica del cellulare e anche lei è della famiglia.

Gianpietro

Unione, famiglia vuol dire amare. La famiglia per me è anche un gruppo di amici come venire al CD "La Casa", ma non per forza tutti i famigliari vanno d'accordo, ad esempio nella mia famiglia c'è anche chi non sopporto. Comunque io ci vedrei bene in un telefilm tipo "La casa nella prateria".

Cristiano

La famiglia sono persone che convivono e hanno radici in comune, e anche valori in comune, ma potrebbe essere anche una persona che vive sola. Nella famiglia si creano legami affettivi, ma il ricordo di chi non c'è più spesso mi fa sentire a disagio, perché queste persone stavano male.

Andrea B.

La famiglia la associo all'amore, un rapporto basato sull'affetto ma allo stesso tempo sul rispetto. La mia famiglia mi ha sostenuto economicamente da quando sono nato e supportato anche nella



parliamone

fase di decadenza della mia salute. La mia famiglia è composta da tre sorelle, mia madre, mio padre e i dodici zii con tanti conseguenti cugini. Mio padre e mia madre sapevano ballare, lo hanno insegnato (o provato a insegnare) alle mie sorelle e a me ma solo che io sono l'unico che non ha mai imparato, quindi la colonna sonora che assegnerai alla mia famiglia è una musica da ballo liscio, quella che i miei ballavano alla Festa dell'Unità e nelle sale da ballo.

Vincenzo

Un abbraccio, un dono, appartiene ad una famiglia, avere dei sentimenti per poterne creare una fatta di propri sentimenti, appartiene ad una famiglia, un abbraccio, un dono fatto non solo di sentimenti propri ma generoso anche per i sentimenti di ognuno che appartiene a questa grande famiglia chiamata genere umano.

Alessandro

Amore e amicizia sono i valori che uniscono la famiglia. Ho dei ricordi di quando ero piccolo che ero andato con gli zii a Riccione o all'acquario di Genova, e inoltre di quando era ancora viva la nonna che ci trovavamo spesso a mangiare il tiramisù che faceva lei ma poi, da quando è morta ci siamo un po' persi di vista e ci riuniamo una volta l'anno coi parenti, cugini e zii e siamo 40 persone. Il mio nucleo familiare

stretto, comunque, è fatto da me, i miei genitori, mia sorella, mio cognato e i miei nipoti ma l'importante sono i rapporti di amore e amicizia tra i componenti, che possono anche essere animali domestici. Nonostante vedo poco i miei parenti, vado spesso al circolo con mio papà dove ci sono gli amici e loro sono un'altra famiglia.

Cristian

La famiglia è il luogo dell'accoglienza, del fare, dei miglioramenti e dell'interesse.

Mio papà mi odia per i reati commessi e le cose lasciate a metà, mia mamma ti risparmi e ti sento, mia sorella mi usa, io mi perdo, mio cognato mal accetto,



mia nipote mi da per morto, l'altra mia nipote mi ama, mio figlio non capisce il perché del mio malessere, mia figlia mi ama. Il mio ex cognato mi da dei paletti, la mia ex convivente mi credeva un Dio. Ci sono parenti che non vedo da tempo, la mia famiglia la farei vivere in Europa, il mio bandante mi cura e mi fa svagare facendo dei giretti.

Daniele

La mia famiglia sono i miei genitori e i miei fratelli, ovvero il nucleo in cui sono cresciuto, ma non sono stati solo loro ad essere la mia famiglia; nella vita ne ho avute altre, come i miei cugini, i miei zii, i miei amici o la mia squadra dello sport dove giocavo.

Con la famiglia si provano un sacco di emozioni, sia positive che negative, per esempio positive: abbiamo la felicità, l'allegria, la carica e la forza che vengono alimentate da piccoli gesti come la comunicazione, l'affetto e il desiderio, mentre per quelle negative come la tristezza, la nostalgia e la mancanza di un nostro caro, vengono alimentate da gesti come la lontananza, la mancanza di comunicazione o la morte di un membro di essa.

Perché considero la famiglia i miei genitori e i miei fratelli? Beh, perché sono la mia prima famiglia, dove sono nato e dove ho imparato a camminare, parlare, scrivere, correre, lavorare e

Disegno di R.P.

parliamone

momenti difficili, ma è quella cosa che permette di non avere questi momenti difficili, poiché dà spensieratezza e gioia già dalla mattina e regge fino a sera. La famiglia è quell'agglomerato di persone che si sorregge vicendevolmente. Ognuno vede la propria famiglia a suo modo, nel senso che c'è chi vuole un padre, una madre e due o tre figli (questa è solo uno dei tanti modi per averla), c'è chi inserisce anche gli animali come i cani e i gatti.

Ognuno ha la propria famiglia, un po' come viene e un po' come si vuole, questo è quanto.

Andrea

La mia famiglia è sempre aperta al dialogo, quando ho qualcosa da chiedere o da chiarire so che posso avere un punto di appoggio. In questo periodo non sono a casa con loro, ma so benissimo di avere due genitori che mi con-

siderano e mi supportano anche quando non ci sono.

A volte quando sono a casa vedo i miei genitori che litigano o si scontrano per delle banalità o per certi tipi di atteggiamento che uno ha nei confronti dell'altro. Per esempio: quando sono a casa e mia mamma deve fare le pulizie, non deve avere intorno né me né mio papà, quindi siamo costretti ad uscire di casa per non sopportarla mentre fa i mestieri. Quando va l'aspirapolvere che fa un po' di chiasso, mio papà ha sempre da dire su come mia mamma la usa. Poi ci sono i momenti in cui si pranza o si cena e diventa un modo per confrontarci guardando la tv su telegiornali,

televisione o giochi di intrattenimento serali. Non ci mancano le basi del vivere e del mantenere unita la famiglia. Io ho una sorella più piccola di me di quattro anni che ormai da diversi anni è sposata ed ha una bambina di 9 anni, mia nipote. Io e mia sorella abbiamo vissuto in casa assieme fino a quando non si è sposata; quando ho bisogno di qualcosa so che posso contare su di lei, è sempre molto gentile, educata e rispettosa nei miei confronti.

G.C.

La famiglia è un nucleo, un insieme di persone con un legame. Come mi ha insegnato la cultura cristiana la famiglia basilare Giuseppe, Maria, Gesù cioè padre, madre, figlio a cui poi si aggiungono altri soggetti come cugini, zii, nonni ecc.

Io personalmente, dal mio punto di vista, sono un po' ristretto su questo argomento; per me la famiglia è quella tradizionale.

Nel mio caso ho vissuto poco la famiglia perché mio padre è venuto a mancare presto e l'ho vissuto poco. Gran parte della mia infanzia l'ho passata dalla nonna materna perché i miei genitori lavoravano e mi ha cresciuto lei fino agli 11 anni, assieme al suo compagno e a cui ero molto attaccata. Fin da piccola vedevo mio papà come una colonna portante, forse perché ero più legata a lui rispetto a mia mamma. Dunque concludo dicendo che, comunque sia, non mi è mancato



Disegno di Vincenzo

l'affetto, almeno fino agli 11 anni; dopo ho perso la nonna e il papà e basta, da lì in poi si è sgretolata la base su cui si sosteneva tutto.

Elena M.

La famiglia: che dire della mia famiglia? Nella vita non ho avuto un grande amore ma sicuramente ho avuto e ho tuttora una grande famiglia unita, solida, di grandi valori e sani principi. L'infanzia è stata la tappa più bella della mia vita, fatta di gioco, amore, compleanni, passeggiate con papà sul Vesuvio, vacanze, uscite. Sono grata alla vita per aver avuto una famiglia così ed è l'augurio che faccio a tutti.

Raffaella

La famiglia dovrebbe e dico "dovrebbe" essere un porto sicuro, un legame d'amore che non si sceglie, quello dove nasci e i tuoi genitori ti insegnano tante cose: la tolleranza, il rispetto, la responsabilità e anche l'obbedienza. Famiglia è un gruppo di persone che si vogliono bene e che si aiutano l'un l'altro, è chi lungo il percorso della tua vita ti aiuta a rialzarti e ti fa sentire che c'è ogni qualvolta ne hai bisogno. Fa consolidare il proprio carattere, quello insostituibile di ogni persona.

Mi ricordo una frase di mia madre, un proverbio che recitava così: "La mela non può cadere tanto distante dall'albero." dun-

que ognuno di noi porta dentro di sé la propria famiglia o forse è meglio dire le proprie origini.

Quelle origini, forse quel DNA che ti accompagnano per tutta la vita, dall'infanzia fino all'età adulta.

La famiglia è importante sì, ma non a costo della nostra sanità mentale. Io per esempio non sono riuscita ad accettare talune ferite in nome di un legame che pretende riconoscenza ad ogni costo. La mia famiglia di origine si è sgretolata quando sono venuti a mancare i nostri genitori e anche i miei fratelli. Ognuno, me compresa, si è creato la "propria" famiglia con coraggio, perché la serenità personale vale più di qualsiasi apparenza.

R.P.

La famiglia è amore, speranza e futuro. Il mio rapporto con la mia famiglia è unico e speciale ed è sempre stato così sin da quando ero piccola. Per me, che sono meridionale, la famiglia è importante così come mantenere il legame con lei, perché la famiglia è amore ed è grazie a questo amore che sono diventata la donna indipendente di oggi.

Lina

“Punteggio di invalidità”

1. Cos'è il “punteggio” di invalidità.

Quando una persona richiede il riconoscimento di invalidità civile, una Commissione medico-legale (formata da medici dell'ASL e INPS) valuta la sua situazione clinica e assegna una percentuale di invalidità da 0% a 100%. Questa percentuale è ciò che spesso si chiama “punteggio” e serve a stabilire diritti, benefici, agevolazioni e indennità: sotto il 34% normalmente non si ha il riconoscimento come invalido; sopra il 34% si accede ad alcune agevolazioni; mentre percentuali più alte possono dare diritto anche a benefici economici.

2. Criteri base usati dalla Commissione.

a) Tabelle ministeriali

La Commissione usa delle tabelle ministeriali ufficiali (Ministero della Salute/INPS) che elencano le varie patologie o menomazioni e a ciascuna associano un valore percentuale o un intervallo.

Esempi: alcune menomazioni hanno un valore fisso (per es. 95%), altre hanno un intervallo dove la commissione decide entro quale punto stare (es. da 71% a 80%).

b) Valutazione clinica effettiva

Non basta leggere la diagnosi: la Commissione valuta lo stato reale della persona, cioè come la patologia influenza la funzione quotidiana;

se la persona usa ausili o protesi;
se la condizione è stabile o pro-

Lo sai che

gressiva; l'effettiva capacità di lavorare, camminare, curarsi da sola.

3. Quando ci sono più menomazioni.

Quando la persona ha più di una patologia o limitazione, non si sommano semplicemente le percentuali (es. 30% + 30%). Si applica un criterio chiamato riduzionistico o proporzionale per stabilire un'unica percentuale complessiva che rappresenti la gravità globale dell'invalidità.

4. Come la percentuale viene usata nei punteggi.

La percentuale di invalidità può essere usata in vari modi nei bandi o nelle graduatorie (ad esempio per concorsi o collocamento mirato). Un esempio semplice: per la legge sulle categorie protette (L. 68/99) spesso viene trasformata in punti secondo fasce:

91-100% — 28 punti

81-90% — 24 punti

71-80% — 20 punti

61-70% — 16 punti ... e così via fino al 34-40% che poi si sommano ad altri criteri (ad esempio anzianità, ISEE, età, ecc.) per formare una graduatoria finale.

I nostri pensieri di seguito: “La commissione non cerca le motivazioni della disabilità ma fa una fotografia della condizione della persona e delle proprie limitazio-

ni e svantaggi”;

“Avere un'invalidità è un vantaggio o no?”

“L'invalidità non è un dato fisso ma nel corso del tempo e in base alle condizioni della persona può aumentare o diminuire”;

Andrea: “E' un vantaggio economico”;

Max: “Ad una certa età si dovrebbe avere maggiore indennità poiché si hanno meno possibilità di trovare lavoro”;

Ale: “Sono stata in commissione da poco e sono rimasta male per la percentuale alta che mi hanno dato. La volta scorsa stavo peggio ma la percentuale era più bassa”;

Vincenzo: “Io ricevo un'indennità che per me è molto utile e importante”;

Marco: “Io ho il 100% ma non sono contenta di averla però mi serve perché non riesco a lavorare. I miei soldi li gestisce mio fratello”;

Mattia: “Mi è utile avere quell'indennità per le mie spese e poi non mi piace la parola invalidità perché mi sembra svalutante della persona”;

“Quale nome sarebbe appropriato?”

Ale: “Agevolazione, supporto... anzi, assegno di compatibilità perché ti rende compatibile con il resto del mondo, con chi va al lavoro!”

Gruppo CD “La Casa”

“Una serata milanese in occasione dell’inizio delle paralimpiadi”

Il giorno 6 Marzo, in occasione dell'accensione del braciere paralimpico abbiamo deciso di andare a Milano per respirare un po' dell'atmosfera sportiva che permea la città in questo periodo. Molti di noi non frequentavano il centro di Milano da diverso tempo perciò prendere la metropolitana e trovarsi in Piazza Duomo è stata un'emozione forte! Il duomo ci è sembrato ancor più bello dopo il recente restauro e si vedevano tutte le sfumature rosate del marmo anche grazie ad una bella giornata di sole che ci ha accompagnato. Nella piazza del duomo c'era tanta gente, così come in Galleria Vittorio Emanuele. Siamo andati immediatamente a visitare lo store ufficiale delle olimpiadi allestito sul piazzale del Duomo, dove c'erano tantissimi gadget che però avevano prezzi molto alti! Abbiamo percorso Via Torino ammirando le luminarie olimpiche fino ad arrivare al Castello Sforzesco e lì abbiamo deciso di cenare in un chiosco con un enorme panino imbottito e una bibita. Ripreso il nostro percorso attraverso il castello, siamo arrivati al “Fun Village” ovvero una specie di piccolo luna park dove abbiamo potuto provare alcuni sport olimpici come il curling o lo sci o lo snowboard con la realtà virtuale. Abbiamo fatto fotografie sui bob e

trasfusioni

giocato a hokey da tavolo bendati! Infine abbiamo raggiunto l'Arco della Pace per ammirare il braciere paralimpico che si sarebbe acceso poco dopo.

Queste le nostre impressioni:

Oriana: “Per me visitare Milano è una cosa non scontata. Le sue bellezze architettoniche mi hanno colpito. Non mi aspettavo il Fun village ma è stata una piacevole sorpresa”;

Max: “Mi è dispiaciuto non assistere all'accensione del braciere ma era un po' tardi, per il resto ho gradito tutto...”;

Vincenzo: “Dall'arrivo al Duomo al braciere ... tutto bello, la passeggiata piacevole e ho rivisto cose che non vedevo da tempo. Milano è sempre una scoperta...l'ho trovata un po' cambiata”;

Cristian: “E' stato bello, soprattutto i giochi ... ho giocato a curling e l'esperienza di realtà virtuale mi è piaciuta molto”;

Carmen: “Mi è piaciuto il duomo, è stato meraviglioso l'impatto con questo grande edificio. Mi è piaciuto il Castello Sforzesco illuminato. Originale lo stand olimpico dei giochi!”;

Giampietro: “Mi è piaciuto anche se avevo fame all'inizio ma poi mi sono saziato con il panino!”;

Emanuel: “Emozionante e easy”;
Giulia: “Uscita interessante per gli edifici di Milano. Bello il Fun Village con i giochi, non mi sono sentita fuori posto, ero tranquilla. Un po' di paura ma poi ... meraviglia con il visore 3D!”.

Gruppo CD “La Casa”

ANDREA

conversa con noi

Chi sei? Ci racconti qualcosa di te?
Sono Andrea, vivo da solo, a volte faccio lavori di bricolage, mi piace trovare soluzioni o creare prototipi per le varie necessità, spesso con oggetti di recupero, sono creativo.

Scegli un animale, una musica, una fiaba che più ti rappresentano e perché.
Animale: mi piacciono i cani, perché ne avevo uno, sono animali amichevoli e leali. Mi piace il genere Pop, esempio Kylie Minogue, alcuni brani mi rappresentano perché sono allegri e un po' spensierati. Fiaba; Robinson Crusoe vive da solo su un'isola, è naufrago e riesce a sopravvivere grazie alle sue attività manuali.

Cosa ti piace fare nel tuo tempo libero?
Hai una passione?
Mi piace guardare la TV, film d'azione, oppure cerco nei negozi accessori e attrezzature per i miei hobby. A volte cammino e faccio qualche passeggiata.

Qual è stato il periodo migliore della tua vita?
Prima del 2000, circa gli anni '90 era un bel periodo: non avevo la terapia, avevo un lavoro come operaio a tempo pieno. Mi muovevo con l'auto e avevo maggiore autonomia. Ho fatto qualche vacanza.

Nella tua vita quotidiana di oggi cambieresti qualcosa?
Cambierei: farei più vacanze, se

avessi più tempo libero.

Cosa ti aspetti dalla tua vita futura?
Non rispondo. E' difficile pensare ai desideri...

Come definiresti il tuo disagio?
Raccontacelo. Se il tuo disagio avesse un colore, una forma, un sapore e fosse posizionato da qualche parte, come e dove sarebbe?

Disagio: è disagio psicologico e di conseguenza anche difficoltà nella vita. Mi è di aiuto stare da solo a fare le mie cose

Che mezzi usi per raggiungere il tuo benessere?
La terapia mi aiuta, ma anche fare le passeggiate e la spesa sono di aiuto. In particolare mi piace la pasta al pomodoro. I miei hobby mi fanno stare bene, ma sono stanco.

L'esperienza al Centro Diurno: perché lo frequenti? Ti è utile? Cambieresti qualcosa? Cosa ti aspetti?
Mi aiuta un po' perché mi solleva dall'impegno di dover cucinare ogni giorno. Incontrare alcune persone.

Qual'è la tua paura più grande? C'è qualcosa di te che ti fa paura?

Ho paura di essere chiamato dai vicini per i loro problemi, non essere coinvolto. Mi fa paura non essere in grado di fare qualcosa.

Cosa ti manca per essere felice e cos'hai che ti rende tale?
Mi rende felice avere una TV nuova e funzionante per vedere.

Che messaggio vorresti mandare alla società attuale?
Vorrei avere più libertà per poter decidere se partecipare a qualche manifestazione pubblica e a volte sono limitato perché ho dei lavori domestici da fare o non ho i mezzi di trasporto per muovermi.

ELVIS

conversa con noi

Chi sei? Ci racconti qualcosa di te?

Sono Elvis, ho 24 anni e vivo a Trezzo sull'Adda.

Scegli un animale, una musica o uno strumento musicale, una fiaba che più ti rappresentano e perché?

Scelgo un cavallo perché mi intravedo in questo animale perché è veloce, pulito ed elegante. La canzone è "Nel blu dipinto di blu" di Modugno perché il blu è il mio colore preferito e parla di una persona che è al settimo cielo. La fiaba è "Alladin" perché il protagonista deve esprimere tre desideri. Racconta un po' come funziona la vita. Alladin ha creato un rapporto di amicizia col genio e per me l'amicizia dovrebbe essere così.

Cosa ti piace fare nel tuo tempo libero?

Hai una passione?

Ascoltare la musica, leggere e dedicarmi alla cura della mia persona con lo sport e l'igiene. Sono la migliore medicina per lo stress. La musica mi fa provare emozioni, è uno sfogo. Leggere mi aiuta a concentrarmi.

La mia più grande passione è costruire, quando lavoravo lo definivo "arte". A casa mi occupo di aggiustare tutto perché sono molto preciso.

Qual è stato il periodo migliore della tua vita?

A 17 anni, andavo ancora a scuola e non pensavo al lavoro. Ho stretto molte amicizie e mi sentivo più grande rispetto a prima.

che non mi isoli. Vorrei avere una casa, una moglie e, in futuro, una famiglia.

Come definiresti il tuo disagio? Raccontacelo. Se il tuo disagio avesse una forma, un colore, un sapore e fosse posizionato da qualche parte, come e dove sarebbe?

Lo definirei intrusivo. Mi sto facendo i fatti miei e, all'improvviso arriva quell'ansia, che mi fa porre mille domande a cui non trovo risposta. Il mio disagio lo associo al viola che è un colore cupo e scuro. La forma che darei è un triangolo perché mi si forma un triangolo nella mente, dove c'è una parte di me che parla, una che ascolta e io in mezzo. Il sapore è un sapore amaro perché accade qualcosa di imprevisto che non vorrei. Il disagio lo sento, in maniera più forte sul petto, perché mi manca il fiato e l'ansia è come una morsa da cui cerco di proteggermi.

Grazie agli amici non mi "perdevo le cose".

Nella tua vita quotidiana di oggi cambieresti qualcosa?

Ad oggi vorrei avere un lavoro che mi rappresenti, che mi dia il tempo e la possibilità di fare le cose come dico io. Per il resto: col CD mi trovo bene. Vorrei anche trovare una ragazza.

Hai un pregio, una qualità o un dono che ti riconosci?

Sono molto puntuale, preciso, ordinato e certe volte anche empatico.

Cosa ti aspetti dalla tua vita futura?

Vorrei ritornare alla vita di prima, con un lavoro che mi soddisfi e



Disegno di R.P.

conversa con noi

Che mezzi usi per raggiungere il tuo benessere?

A volte niente, basta solo avere pazienza e aspettare.

L'esperienza al centro diurno: perché lo frequenti? Ti è utile? Cambieresti qualcosa? Cosa ti aspetti?

È un percorso che non ho deciso io ma che mi hanno proposto in CRA. All'inizio ero un ero scettico ma poi ho capito che mi tiene occupata la mente e mi riempie la giornata. Non cambierei nulla. Le attività che faccio mi soddisfano. Mi aspetto di essere più libero e di poter raggiungere i miei obiettivi.

Qual è la tua paura più grande? C'è qualcosa di te che ti fa paura?

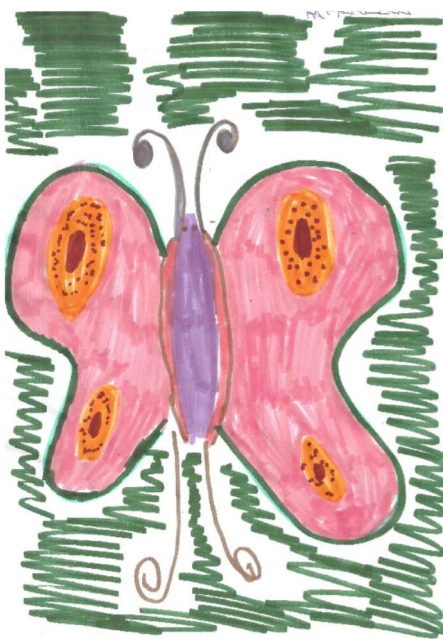
La mia paura più grande è di essere in ritardo rispetto agli altri della mia età. Mi fa paura quando non riesco a controllare quell'ansia che ho dentro.

Se dovessi andare su un'isola deserta, quali sarebbero i quattro oggetti che portaresti?

Un coltello che mi potrebbe essere utile, una collanina con Gesù, una radio finché va e un lenzuolo blu.

Cosa ti manca per essere felice e cos'hai che ti rende tale?

Mi manca una ragazza che mi sproni e mi sostenga e mi supporti. Sono felice dei miei fratelli che mi somigliano e mi capiscono.



Che messaggio vorresti mandare alla società attuale?

Usare con moderazione internet e l'intelligenza artificiale.

Come è andata questa conversazione?

E' stato un po' difficile trovare le risposte a tutte queste domande, ma scavando un po' le ho trovate.

galleria poetica

“La famiglia”

Famiglia solo a pronunciarla è
meraviglia,
è quella cosa che aiuta
a non cadere
o per lo meno a rialzarti,
fantastico no?
Andrea

“Poesia”

Difficile trovare le parole
e metterle giù in rima,
io ci provo
ma le parole non trovo,
questa è un'eccezione
poiché non trovo più le parole.
Andrea

La famiglia è
Amore, pace, serenità
unità, felicità,
la famiglia è tutto.
A.S.

Fratelli,
momenti insieme,
dove scherzi, giochi
e ti diverti.
A.S.

Quando il sole sorge, il mio
sguardo volge alle montagne.
Quando il sole sporge,
il mio animo si quietava
e raggomitolandomi nel letto al
calduccio,
penso al giorno che verrà,
pensando ai miei cari.
Raffaella

Se piango mi sento sola.
Se non piango mi sento triste.
Raffaella

Se una persona che saluto
non ricambia il mio saluto,
significa che è una persona sola.
Raffaella

La superiorità e il dovuto abuso
di potere,
porta una famiglia,
che sia di primo
o di secondo grado
a una tale mancanza di
comportamento corretto.
G.C.

Essere un individuo al centro del
nucleo,
dà irritazione e porta scompenso
al soggetto di chi lo vive.
G.C.

La famiglia è eredità
e va presa con bontà.
La famiglia è somiglianza
e va amata con costanza.
La famiglia è complicità,
dove l'amore diventa unicità.
Nella famiglia ci vuole pazienza
e del tempo prezioso non puoi
farne senza.
Elvis

La famiglia è fatta di aspettative e
presenza,
grazie all'infanzia puoi farne
esperienza.
Se con la famiglia
ci vai in vacanza,
imparerai poi a non sentirne la
mancanza.
Con costanza e con premura,
l'amore di una famiglia
per sempre dura.
Elvis

Nella famiglia bisogna amarsi,
volersi bene e poi supportarsi.
Nella famiglia c'è fratellanza,
si dice che si sente
anche in lontananza.
Nella famiglia ci vuole
educazione,
imparare a rispettarci diventa poi
un'emozione.
Elvis

galleria poetica

*La famiglia ti aiuta nella vita
ti sostiene in ogni salita
ti supporta in ogni dolore
con tanto amore,
ogni tanto qualche
incomprensione
ma tutto si risolve con impegno e
comprensione.*

Elena M.

*La famiglia può essere una catena
solida,
pronta a fortificarsi e consolidarsi
ma non sempre è così.
Pure le catene, anche le più forti,
possono sgretolarsi.*

Elena M.

*La famiglia è come un cuore
colmo d'amore
dove c'è allegria e armonia
che ti portano sulla retta via
e se ti capita di essere
giù di morale
un bel sorriso ti fa ritornare.*

Elena M.

*Tutto ciò che voglio e desidero,
è solo di essere amata e non di-
menticata.
Ti chiedo solo un po' di tempo
per pensare a ciò che
mi hai detto.*

Lina

“Sono grata”

*Sono grata a Dio per ciò che ho
e per questo dico grazie,
per il mio talento nello scrivere,
ciò che significa essere speciale.*

Lina

*La mia famiglia,
Io sono stata figlia;
chiusa in una grande
bottiglia;
quella bottiglia è stata
gettata nel mare e ancora
naviga sola e figlia....*

R.P.

*Conchiglia mi proteggevi
nel tempo che fu'
e che ora non è più.
Conchiglia avevi tu il
profumo inebriante
della famiglia...*

R.P.

*Le mie ciglia ora
non fanno nessun battito,
l'unica cosa che sento adesso
è ancora il battito
del mio cuore.
Ma io non batto
più ciglio.*

R.P.



Disegno di M.A.: “La famiglia”

galleria poetica

“Ideazione”

Anche di notte
La mente
è un labirinto
di pensieri
ed è sempre
in continua
elaborazione
di dati
che possono
tornare utili
per il nuovo giorno
Mattia

“Raggio di luce”

Tortorelle
e colombi
inneggiano
alla pace
con ramoscelli
di ulivo
nel loro becco
e portano
buoni propositi
e messaggi di speranza
e prosperità al mondo
Mattia

“Tunnel della salvezza”

Lungo il pendio
scosceso nelle vallate
potrai trovare
un rifugio sicuro
per ripararti dalla tempesta
dopo aver attraversato
le colline più a nord
della montagna
e dopo che ti addentri
resta all’erta
da qualsiasi insidia
Mattia

“La fortuna di incontrare me”

Per chi ha avuto la fortuna di
incontrare me
tanti auguri anche per tre
di solito faccio amicizia se sono
corrisposta
e non rispetto le ante dolenti
faccio mille complimenti in pro-
sa e in rima
e addolcisco le poesie
a cui dedico sempre in viuzzolo
lastricato
Evvive le caffè
Elma



Disegno di M.E.: “La famiglia!”

galleria poetica

Mi sono tolta uno sfizio ho
comprato un maglione
dal colore stupendo
e dal prezzo modico
Al gigante non avevo mai
comprato dell'abbigliamento
ma mi ha gratificata un sacco
siccome ero piuttosto giù con
tutti i suoni da lassù
e l'acqua trovata un po' schifosa
poi quando apro la finestra
entra puzza di gas
chissà come sarà il mio sangue e
sono giorni e giorni che sono
più stanca del solito
e dormo male o non dormo
adesso ho soltanto bisogno di un
po' di relax relax
E di solito le persone
a cui scrivo
mi tirano su il morale
anche solo una frase in
o molto più
quindi bau bau e cip cip
Elma

“Cantanti in bellezza”

Tante libellule
come giovani zanzare
ci vedrete in crinolina...
fa questa canzone
Rose rosse per te
ho comprato stasera
e il mio cuore lo sa
cosa voglio da te...
Il mio cuore invece
non lo sa
Aspettando primavera
e questa è una grande verità
Margherita non lo sa
che la vita è tutta qua
magari la vita
mi ricordo montagne verdi
e le corse di una bambina
con l'amico mio più sincero
un coniglio dal muso nero
magari si avesse dei veri amici
così con un orizzonte
così stregante dal cielo
ma tu vuoi i fiori di lillà
troppo bella
con il dondolio
della seggiola
Elma

INTORNO al DISAGIO...

“Come definisci il tuo disagio? Raccontacelo”

Per la rubrica intorno al disagio siamo partiti dalla domanda presente nella rubrica conversa con noi: “Parlami del tuo disagio, descrivicelo”. Ci siamo accorti che è molto difficile per qualcuno descrivere a parole il proprio disagio, quindi abbiamo deciso di facilitare la cosa con delle domande:

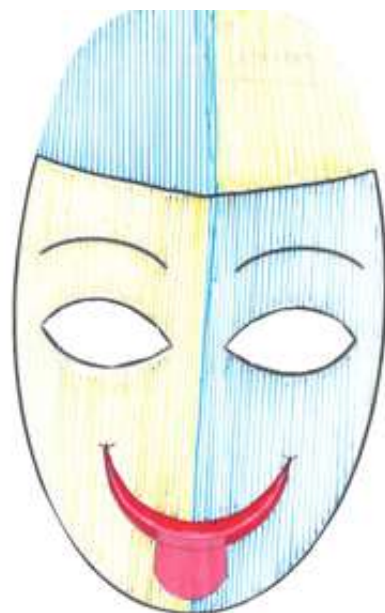
1. Se il tuo disagio fosse un colore di che colore sarebbe?
2. Se il tuo disagio avesse un gusto, che gusto o che odore sarebbe?
3. Se fosse un animale che animale sarebbe?
4. Se fosse un oggetto che oggetto sarebbe?
5. Se fosse un paesaggio che paesaggio sarebbe?

Queste le nostre risposte:

Daniele: “Nero, nicotina, un capricorno marrone, come oggetto le manette e come ambiente la galera.

Andrea: “Nero, un sapore amaro metallizzato, bocca asciutta, balena, un acciappasogni. Orecchini, sciarpe, coltello, droga, discoteca con gente che si droga”;

Alessandro: “Grigio, limone acidulo, canguro con la testa di struzzo, è cocciuto e ogni tanto nasconde la testa. Salta ed è altalenante, temperino per matite con lama non affilato che spacca la mina, un parco pieno di inquinamento, di spazzatura sparpagliata, con materassi ed elettrodomestici buttati in giro. Un luogo



con escursione termica estrema: molto caldo o molto freddo”;

Marco: “Bianco, amaro, cacca di cane pestata, cane bastonato che piange, un posto freddo all'aperto, è inverno con la neve, in una cascina diroccata”;

Christian: “Grigio, menta e odore di rosa, orso, vaso di vetro trasparente e vuoto, in montagna col freddo, è inverno e c'è neve e ghiaccio”;

Mauro: “Grigio e nero, mente, lepre-grigia, carriola, all'aperto con il sole ed è tutto fermo”;

Andrea B.: “Giallo, menta, mucca, spugna, cielo nuvoloso”;

Alessandra: “Giallo, con sfumature marroncine, incenso, panteira, forbici, sotto la pioggia senza ombrello ad aspettare l'autobus”;

Max: “Verde, con tonalità grigio

e nero, amaro, odore disgustoso, orco, attrezzi e utensili, deserto artico un'infinita distesa di neve”;

Cristiano: “Grigio, amaro, coltello, in mezzo alla gente, all'aperto in una città”;

Vincenzo: “Bordeaux, banana marcia, avvoltoio, trappola, frutteto con alberi che devono dare i frutti”;

Elena: “Grigio, amaro, straccio sporco, leone in gabbia, nuvoloso in casa da sola in inverno”;

Mattia: “Incolore, trasparente, un sapore neutro e odore di fumo di sigarette forte, ghigliottina, polpo, estate molto calda all'aperto sotto il sole”.

Ci siamo confrontati molto sui nostri disagi, e abbiamo capito che:

-Nominare ed esprimere le nostre difficoltà le riduce;

-Se le ho identificate, posso affrontarle poco per volta;

Se le conosco le evito;

-Possiamo scegliere se affrontarle o nasconderle col rischio che crescano a dismisura.

A conclusione dell'attività abbiamo utilizzato le parole emerse per comporre una poesia con una forma particolare: “Petit onze”, una forma poetica surrealista, attribuita ad André Breton, composta da sole undici parole distribuite su cinque versi con una struttura a “piccolo albero” (1-2-3-4-1 parole per verso).

Gruppo CD “La Casa”

INTORNO al DISAGIO...

Disagio
Faccia bordò
Disgusto banana marcia
Avvoltoio sgranocchia mie ossa
Trappola
Vincenzo

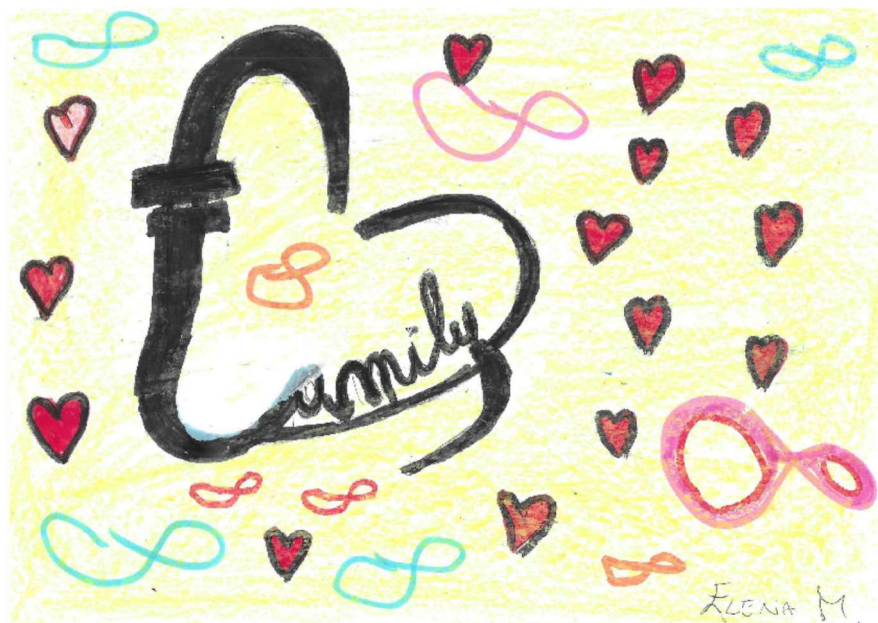
Soglia
Sopportare mentre
Disagio, ogni mente
Forte come una foglia
Fragile.
Alessandro

Disagio
Colore nero
Sapore di menta
Carriola nel prato assolato
Mauro

Disagio
Giallo marrone
Profumo d'incenso
Sotto la pioggia aspettando
Autobus
Alessandra

Disagio
Menta verde
Mucca nera grigia
Spugna sporca gialla verde
Nuvola
Andrea B.

Un
Orco nero
Verde e grigio
Che ha un pessimo
Odore con attrezzi e utensili
In un paesaggio desertico e artico
Dove c'è solo una infinita distesa
di neve.
Max



Euforia
Nelle serate
Concerti con tanta
dose energica suono elettrizzante
Adrenalina
Mattia

Disegno di M.E.: "Family"

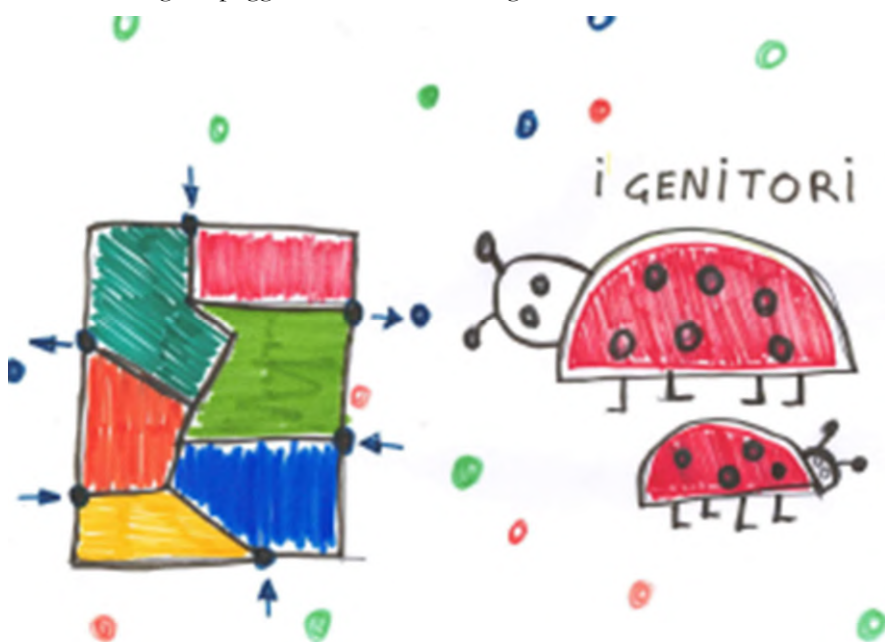
“Gli accordi che adoro suonando e ascoltando la chitarra”

Mi piacciono molto gli accordi di chitarra elettrica. Il LA suonato a vuoto e veloce, mi piace con la tecnica del palm muting perché stoppando la quinta corda, ovvero quella del LA, sento quella energia sprigionata da tanti chitarristi che apprezzo molto, tra cui Rhandy Rhoads, Eddie Van Halen, Jake E. Lee e Adrian Smith che nei loro pezzi, i riff prendono vigore. Il LA ripetuto con una doppia pennata in giù con gli accordi di due note prese contemporaneamente, tipo al quinto e al settimo tasto delle corde a vuoto di RE e SOL, si ottiene più di un brano heavy metal. Il LA è la nota dell'accordatura e mi piace tanto abbassato di mezzo tono, che si ottiene un LA bemolle o SOL diesis, che quando si abbassano le sei corde di mezzo tono si ottiene la classica accordatura tipica nella musica hard rock negli anni ottanta, infatti si ottiene un suono brillante e aggiungendo gli effetti è molto bello da sentire, come il chorus con reverbero e delay che dominava negli arpeggi clean utiliz-

mosaico

zati nelle ballads che mi fanno venire i brividi. Il LA mi piace sia negli arpeggi, moltissimo il LA sus due, e il LA minore, infatti una sequenza arpeggiata unendo gli accordi di RE minore e SOL maggiore si ottiene Don't Cry dei Guns n Roses e molti altre ballads sono state riprodotte con la nota dominante di LA minore e maggiore. Nomino anche la ballad del 1986 dei Cinderella, “Nobody's fool” che viene arpeggiata da Jeff la Bar con tre accordi, LA minore, Re minore e SI. I maestri degli arpeggi, ovvero gli Scorpions, hanno suonato una marea di ballate in Re e Re minore, e toccando sia le corde a vuoto, che dando la pennata con il plettro alle note più basse sulla scala scelta per la tonalità delle canzoni; hanno regalato ai loro fan emozioni infinite, infatti delle perle come Still loving you, Holiday e Send me an angel sono loro classici da brivido. Il

RE abbassato di mezzo tono diventa DO diesis o RE bemolle, usato spesso dal chitarrista dei Poison nel brano “Ride the wind”. Il MI minore, un classico per iniziare gli arpeggi ma anche con la distorsione e il muting alternato con la pennata mi piace molto, chiedete a George Lynch dei Dokken che ne è un artefice con la sua sei corde. Il MI sceso di mezzo tono diventa MI bemolle o RE diesis e a me piace molto suonare gli arpeggi con il MI accordato in qualsiasi modo. Il FA e il FA diesis, classiche note di apertura nei riff veloci accompagnati anche da fraseggi e assoli ultra melodici e anche graffiati, infatti le note del FA e FA diesis sulla sesta corda, la più grave, danno un tocco ottantiano a tutti gli effetti, usato tantissimo con i power chords e con riff che culminano con gli accordi aperti come RE e SOL. Dal SOL suonato aperto o con note stoppate e unendo gli armonici artificiali si ottengono molti riff, chiedete conferma a Zakk Wylde, chitarrista di Ozzy Osbourne. Il SI e anche SI bemolle, altro accordo che mi piace parecchio, negli arpeggi la nota SI viene toccata spesso, infatti il risultato è limpido. Gli accordi con il barrè dove con l'indice si tiene tutto un tasto e le altre dita formano l'accordo, talvolta allargando le dita danno sonorità che adoro. Anche con la nota DO, il suo power chord è una scarica di energia; molto affascinante e nostalgico il suono del DO diesis, infatti la power ballad “18 and life” degli Skid Row ha questa tonalità e prima di andare in distorsione il chitarrista Snake Sabo arpeggia prima il LA e poi il SI con le corde a vuoto. I bicordi, ovvero due note in diagonale su due corde diverse in posizioni differenti danno



Disegno di Andrea B.

un sapore musicale che resta ancorato al passato utilizzato negli Eighties in quantità dominanti e i vari sound mi elettrizzano di gioia. Concludo con le accordature in Drop D ovvero con il MI sceso di un tono che diventa RE e le altre corde standard è bellissimo, ed è una classico stile dei chitarristi hard rock ottantiani, ne sa qualcosa il chitarrista dei Ratt che quando sento You're in Love, Lack of communication e Lay it Down, posso dire che il Drop D mi lascia estasiato di magia e spesso lo utilizzo come accordatura.

Mattia

“La mia passione per le donne che fanno body-building”

Ogni tanto su Internet cerco sempre le donne muscolose su You Tube e mi piacciono parecchio... le guardo da quando ho 12 anni mi piacerebbe toccare quei muscoli pettorali e addominali o le gambe. Ricordo che da piccolo avevo il gioco di Mortal kombat e c'era Liu kang con il fisico muscoloso e esplodeva contro un nemico! Mi immaginavo sempre una

donna con il suo fisico! Un'altra che mi piaceva molto era Jackie Martin, la immagino con la camicia aperta con gli addominali e i pettorali in bella mostra. Anni fa mi bastava vedere le donne con il seno grosso ma dopo un pò non mi davano più piacere.

Nei miei rapporti con le donne ho sempre preso 2 di picche sia da tutte le donne a Velasca, che alle superiori al Floriani che alle medie, in discoteca e ai concerti ... insomma ovunque sono stato sempre rifiutato e questa cosa mi fa stare molto male. Ho sempre pensato di essere io sbagliato perciò non ci ho provato più con nessuna ragazza e purtroppo mi sono rassegnato. Pensavo di essere troppo brutto e sfigato, questa cosa ha fatto sì che avessi anche l'autostima sotto i piedi. Una volta, ho avuto la fortuna di incontrare una ragazza ad tributo hard rock che aveva questo fisico, ma non le ho chiesto il numero, non ho avuto il coraggio e anche un'altra volta in discoteca ne avevo conosciuta una che faceva la cubista ma poi non l'ho più vista! Nonostante questo, mi

piacerebbe conoscerne qualcuna che fa body building ad alto livello e che abbia quel fisico.

Andrea

Io e il mio badante, che frequento da ormai 6 mesi, abbiamo condiviso e tuttora condividiamo tutti i giorni ma soprattutto il sabato un pomeriggio di svago in cui ci rechiamo nella città di Milano dove di solito noi due con l'aiuto dei soldi che mia mamma ci dà per sostare e gustare in città al ristorante aperitivi o andiamo in musei o giriamo spesso per la città e vediamo diverse attrazioni turistiche. Penso spesso al badante come diversivo e parzialmente da parte dei miei familiari che lo trattano come un figlio.

Lui è del Peru' e ha una macchina rossa Alfa Mito col turbo ed ha da poco installato i led rossi all'interno dell'abitacolo.

La sua passione è la sua auto e fa forti investimenti sulla macchina.

Fa le pulizie e riordina la casa che noi lasciamo in disordine quindi lo ringrazio sempre quando torno a casa dal Centro e lo invito a bere fuori un caffè.

Inoltre, insieme a lui mi sono dato al riarmo andando con lui al mercatino dell'usato e li ho acquistato 3 pistole giocattolo e un modellino di formula uno che a me piaceva molto, poi mi ha aiutato portandomi a Piazza Affari a Milano e facendomi vedere il monumento che rappresenta una mano mozzata che solo col dito medio. E' un pò provocante e in sostanza fa: “ficcatelo in culo”. Io ho preso il soggetto e l'ho riposto in camera assieme le altre statuette che ho comprato da un po'.

Daniele



Disegno di M. El.

Chissà perché ci sono delle cose che uno fa con impegno, mettendoci intelligenza, volontà e fatica e altre che proprio non ha voglia di fare. A me capita, ad esempio di fare molta fatica a leggere e scrivere: forse gli occhiali mi aiuterebbero, ma leggere e scrivere non sono tra le cose che preferisco fare. Ci metto molto impegno a lavarmi perché mi interessa essere pulito: è un modo per stare meglio con gli altri. Di solito sono disponibile a fare piccoli lavori come ritirare i vassoi e lavare i piatti e questo non mi pesa! In realtà ho pensato che non esiste una cosa che non ho proprio voglia di fare!

Marco

“Classifica dei 10 animali di Max”

Nella mia personalissima classifica dei 10 animali da compagnia, al primo posto metto il cane, in particolare il collie, perché ha uno sguardo maestoso. Al secondo posto c'è il cavallo Aveglinese perché è molto docile, al terzo posto metto il gatto, siamese per il colore del manto e degli occhi. Al quarto posto c'è il delfino per la sua intelligenza. Al quinto posto metto l'elefante per la sua memoria e la sua potenza muscolare. Al sesto posto c'è lo scoiattolo, per la sua agilità. Al settimo posto metto i piccoli volatili per le loro livree molto colorate. All'ultimo posto ci sono i pesci.

Max

Come tutti io sono un miscuglio di male e di bene, di solito non ci rifletto molto ma oggi voglio provare a guardare da vicino alcuni miei comportamenti. Generalmente mi riten-

go una persona comprensiva, con una buona capacità di ascolto e talvolta empatica. Il problema si presenta quando mi arrabbio perché nella mia impulsività spesso dico frasi offensive anche nei confronti di chi non lo merita. Non penso tanto prima di agire, a volte dovrei contare fino a dieci. In passato non ero così. Subivo di più le ingiustizie, adesso con i vari percorsi ho imparato a difendermi. Se dovessi mettere sulla bilancia il bene e il male in me vince il bene e ne sono comunque orgogliosa perché le persone cattive non fanno male, sono gli altri ma si autodistruggono.

Alessandra

“La mancanza di papà”

Siamo ad aprile del 2015 quando arriva mia sorella a darci la notizia che dovevamo partire per l'Italia per problemi di delinquenza nel nostro Paese.

A me questa decisione non è piaciuta tanto perché non volevo allontanarmi da mio padre, non volevo lasciarlo perché sentivo che avrei avuto una mancanza nel mio cuore.



Disegno di Daniele

Mentre mia sorella e mia mamma sistemavano la documentazione per poter lasciare il nostro Paese, io avevo sempre l'idea di non voler partire perché sentivo un vuoto a lasciare mio padre e chissà quando l'avrei rivisto.

Da quel momento in poi e ancora oggi, quel vuoto resta e, anche se il papà lo sento tutti i giorni, non è la stessa cosa perché esiste ancora la mancanza di non poterlo riabbracciare o potergli dire quanto gli voglio bene. Dovevo essere forte e non piangere; adesso tutti mi vedono allegro ma dentro di me sento ancora tanto la mancanza di papà.

S.A.

“Voglia di viaggiare”

In questo articolo esprimo il forte desiderio di fare un viaggio, staccare un po' la spina e concentrarmi più su me stessa. Non è un periodo facile! Vorrei prendere un biglietto aereo o treno che sia e fare un bel viaggio ristoratore che mi ricarichi un po'. Le mie mete le ho già in mente: Lourdes (Francia) perché vorrei andare a visitare la Madonna di Lourdes oppure una bella crociera e gustarmi il viaggio su una nave, godermi un po' di relax e non sentire sempre il telefono squillare. Non voglio sfuggire ai problemi ma ritengo sia utile per me stessa! Non lo faccio mai per non spendere soldi. Per ora resta un progetto che sto seriamente valutando di fare con mio figlio o anche da sola.

Elena M.

Vorrei tanto andare in vacanza, cosa che feci per l'ultima volta nel luglio del 2016; ci andai con mia madre,

mio padre e mio fratello con la sua famiglia (moglie e due bambini). Adesso che sono solo in famiglia, a parte mio fratello con moglie e figli che va in vacanza per i fatti suoi, devo muovermi da solo e per questo motivo non mi avventuro e anche per cause di forza maggiore che riguardano il mio stato psichico. Comunque la vacanza è un sogno da avverare e spero magari di andare in ferie con amici o conoscenti.

Andrea M.

Poco fa sono uscita dallo studio del Dott. A.; sì perché una volta al mese, ogni mese, facciamo un colloquio/psicoterapia.

Io entro, mi siedo, lui è di fronte a me e finalmente io riesco a raccontare le mie emozioni, riesco a parlare senza alcun tipo di timore o pregiudizio.

Il Dottore mi ascolta, non parla, tranne qualche volta quando asserisce con parole sue, il suo pensiero. Scruta nei miei occhi e capisce, annuisce; è una pratica che a me fa stare bene, soprattutto mi fa sentire a mio agio.

E allora in quei momenti io mi rendo conto di essere tanto fragile quanto libera di poter esternare tutta l'angoscia, tutto il dolore che ancora mi porto dentro. Malgrado l'apparenza, voglio dire, anche oggi sto combattendo con il mio passato; strascichi di dolore e forse rimpianto che sono intrinseci nel mio cuore! Non è giusto (mi ripeto!) perché il mio passato, malgrado cerchi ad ogni costo di buttarmelo alle spalle, ritorna ancora e ancora imperturbabile a segnare la mia giornata. Sempre. Come oggi per esempio una giornata qualunque, normale, dove

mi sono alzata e ho rifatto subito il letto, poi mi sono lavata e sono uscita per recarmi dal Dottore. Tuttavia sono certa che porterò a termine anche questa giornata, ma sarà inevitabile, quando tornerò a casa anche stanca, pensare a quanto tutto questo misto di emozioni e, allo stesso tempo, contraddizioni facciano scaturire in me pensieri. Sì, sono certa, anche oggi tornerò a casa con una sola differenza: quella di essere riuscita nel cosiddetto "colloquio" a parlare e a non mentire spudoratamente.

R.P.

Era l'estate del 2018, mio fratello giocando a calcio si ruppe il braccio, inciampando sul pallone e cadendo per terra.

Inizialmente non avevo capito, ma poi i ragazzini che stavano giocando con lui mi avvisarono e vidi il braccio di mio fratello rotto a metà.

Fortunatamente quel giorno era atterrato un elicottero proprio vicino al parco dove c'eravamo noi, allora presi il mio fratellino e lo portai lì.

Gli fecero un'anestesia totale e aspettammo l'arrivo dell'ambulanza.

Ai tempi ero un adolescente a tutti gli effetti, e seppi da una nostra amica, della quale il mio migliore amico era innamorato, che io le piacevo.

Mi diede questa notizia proprio il giorno prima di partire per l'Albania con mio padre e suo cugino.

Io non le diedi una risposta immediata, perché nella mia testa ero abbastanza confuso, non sapevo che fare, se rispettare il mio amico e lasciarla perdere o provare a vedere come sarebbe andata con lei, pur sapendo di ferire lui.

Arrivammo in Albania, finalmente

dopo 24 ore di viaggio in macchina, ci ritrovammo nella nostra terra di origine.

Io e la nostra amica, arrivato lì, ci sentimmo con i messaggi, condividevamo foto e audio di quelle belle giornate di estate che stavamo vivendo.

Dunque passando questi giorni di vacanza chattando con lei, decisi che avrei fatto un tentativo, sperando che il mio migliore amico non se la sarebbe presa con me e che avrebbe provato a capire.

Una sera decisi di uscire con il figliastro di mia zia e andammo a piedi in città.

Andammo alle giostre e salimmo sui vari giochi: ruote, montagne russe e autoscontri, ci divertimmo un sacco. Finita la serata incontrai mio cugino e mi disse che mi avrebbe dato uno strappo a casa.

Allora andai con lui, salutammo il figliastro di mia zia, salimmo in macchina ed arrivammo davanti a casa.

Appena arrivati aprii la porta e vidi mio padre che subito mi aggredì ed inizio a discutere con mio cugino, invece a me disse di chiudermi in bagno che altrimenti mi avrebbe picchiato.

Non capivo cosa stesse succedendo, poi mia zia mi spiegò che mio padre mi aveva chiamato al cellulare più e più volte e io non gli avevo mai risposto.

Ma cos'era successo, perché non avevo sentito le sue chiamate?

Praticamente prima di uscire con il figliastro di mia zia, mentre mi stavo preparando, mi era caduto il cellulare per terra e gli si era staccata la batteria, allora io la raccolsi e la rimisi dentro al cellulare dimenticando però di accenderlo.

Poi spiegai tutto a mio padre e lui

comprese di aver sbagliato e si tranquillizzò.

Così si concludono alcuni dei miei ricordi di quella estate del 2018, un'estate che non dimenticherò mai.

Elvis

In appartamento dove abito c'è aria tesa, mi sento come se avessi dei crampi che partono dalla testa e mi catturano anche le gambe. Non so da cosa sono dovuti, penso che arrivino da una forte pressione che mi fa sentire nel corpo come se qualche presenza mi schiacciasse. Non riesco a essere me stesso, sono rigido e non sto bene. I ragazzi con cui divido l'appartamento sono molto isolati nel senso che c'è poco dialogo tra di noi. Il fatto di condividere l'appartamento con due persone che magari uno ha comportamenti di superiorità, nel senso che tiene il timone della barca occupando lo spazio degli altri, non mi permette di avere un buon rapporto con lui, questa cosa mi dà fastidio e mi fa innervosire per cui spesso esco di casa, vado a bere un caffè, faccio due passi e mi fermo al bar. Nonostante questa situazione mi dia fastidio non mi interessa risolverla ma evito il conflitto e cerco anch'io di adattarmi per arrivare a una situazione di equilibrio.

Anonimo

In questi giorni ho festeggiato il mio compleanno (53 anni). Per me è un motivo di gioia ma anche di rimpianti; gli anni che passano per le persone che non ci sono più, i tanti amici che non ci sono più e penso molto al passato, ai bei momenti quando si festeggiavano a casa con i

regali e la torta. Da diversi anni non è più così, il mio compleanno è un giorno come gli altri, ogni anno che passa di salute non sto bene va sempre peggio e la cosa che mi fa male è non avere la mamma vicina anche se ancora viva. Ho pochi motivi per gioire, spero che quest'anno mi porti delle novità importanti perché ne ho tanto bisogno e non sorrido più.

Raffaella

“Il giudizio”

Chi giudica gli altri senza conoscere la loro storia è una persona fredda, distaccata e narcisista. Tutti coloro che giudicano gli altri per i loro difetti, non si rendono conto che causano dolore e tristezza e provocano un senso di inferiorità. Lasciati la cattiveria alle spalle, vivrai molto meglio con te stesso e con gli altri, che ti accetteranno senza giudizio e senza chiederti nulla.

Lina

Il mercoledì pomeriggio da un paio di mesi lo passo da mia mamma che risiede in casa di riposo a Monza in Casa Cambiagli. Le è venuto un ictus, è rimasta paralizzata, è in queste condizioni dal 2012. Con i volontari dell'Avo dico il rosario assieme a mia madre poi cantiamo una canzone alla madonna, poi leggiamo una preghiera del papa dedicata agli anziani. Quando arrivo alle 15.40 porto mia madre nel salone grande dove si dice il rosario. Prima di dire il rosario le assistenti che cambiano gli anziani servono il tè a tutti gli anziani.

M. Elena

Recapiti:

c/o Centro Diurno "La Casa" ASST Vimercate
via Cavour 42, 20881 Bernareggio
tel. 039 6902054
E-mail: centrodiurno.bernareggio@asst-brianza.it

c/o Centro Diurno "L'Aquilone"
ASST Melegnano
Via Don Moletta 22, 20069
Vaprio d'Adda
tel. 02 90935465
E-mail: cd.vaprio@elleuno.it

Da questo numero
Caleidoscopio è scaricabile
dall'homepage del sito
dell'Asst Brianza
nella sezione "eventi"

2° copertina di Max

I VALORI DI UMANITÀ, UNO
SPIRITO CHE POTREBBE ABBRACCIARE
IL MONDO E LE GENTI
COME UNA GRANDE FAMIGLIA



Nel prossimo numero...

L'infanzia è il periodo della vita che va dalla nascita fino all'inizio della pubertà, sono i primi 12/13 anni di vita. Il momento del gioco, delle scoperte... cosa ricordi della tua infanzia? Cosa pensi di questo momento della vita? Come vedi i bambini di oggi rispetto al bambino che sei stato tu? Raccontaci...

"La nostra vita

***non è determinata tanto dalla nostra infanzia,
quanto dal modo in cui abbiamo
imparato a immaginarla"***

(James Hillman)

L'INFANZIA

parliamone