

nerofumo

giornalino di CASARALDON

n° -8- marzo 2005

Casa Baldon via Pagan, 9 Baldon. Tel 045 8731833 fax 045 8731514
e-mail casaraldon@libero.it

SIRCHIARE: il nuovo sport nazional-popolare.

Interpretazione semiseria sulla nuova legge contro il Fumo.

Sembra che fumare sia uno degli sport migliori al mondo, pensate solo al continuo movimento che si fa con le braccia per portare la sigaretta alle labbra, e quante passeggiate per andare dalla Comunità alla tabaccheria e ritorno. Il cuore? Il cuore, ogni volta che si fa una boccata di fumo, viene invaso dall'Ossido di Carbonio e si mette a battere come se si facesse del sano footing. E poi, un pacchetto di sigarette costa quanto un'ora di piscina e due quanto un'ora di tennis. Certo non si suda come giocare a tennis ma il nostro fisico viene messo a dura prova e sotto stress proprio come quando si fa sport. Pensate, per esempio, al Beppe che è il responsabile di tenere in ordine la nostra sala fumo(o meglio il nostro bugigattolo del fumo), a quanto movimento deve fare per svuotare i posacenere. Se la media dei nostri fumatori è di due pacchetti di sigarette al giorno, uno pignolo come lui occupa gran parte delle sue ore libere a prendere i posacenere, svuotare, pulire, riporre, riprendere, risvuotare, ripulire, riporre...Una gran faticaccia.

L'ultima novità, e questo conferma che è diventato uno sport, ora non si deve più fumare negli ambienti chiusi. Ecco perché è stato coniato il termine "**SIRCHIARE**". Significa fumare fuori. Proprio come tutti gli altri sport che si fanno all'aria aperta.

Meditiamo gente, meditiamo....(Maurizio)

Auguri a tutti:

Buona Pasqua

In Breve dalla CTRP:

IL NOSTRO NATALE. *Il commento di Nicoletta.*

Il Natale finalmente è arrivato e tutti noi eravamo molto contenti. Il Natale è il giorno di Gesù Bambino ed è una bella festa. Noi lo abbiamo passato bene. Ci siamo alzati e preparati per andare alla S. Messa. Subito dopo la Messa siamo andati in un locale a prendere l'aperitivo. Dopo l'aperitivo ci siamo recati al ristorante Casablanca a pranzare tutti insieme in compagnia. Il ristorante si trova nel centro di Radon, non troppo distante dalla Comunità. Il cibo era molto buono ed abbondante: antipasto, gnocchi con la panna, risotto, carne, patate al forno e verdura. Alla fine c'era il dolce ed il caffè.

Subito dopo il pranzo siamo andati a Buttapietra a vedere il Presepe vivente.

Speriamo che il prossimo Natale sia bello come quello di quest'anno e così per cento anni.

Ringrazio gli Operatori che ci hanno accompagnato in questa bellissima giornata.



Che sfiga: una giornataccia.

Il 16 gennaio mi si è rotto l'orologio, la sera prima mi mancavano tante cose, soprattutto mutande, ad un certo punto mi sono accorto che l'orologio non funzionava, sono saltate le lampadine e c'era un gran casino sopra la mia schiena. In mattinata ho provato ad asciugare il quadrante annerito dell'orologio con il phon, ma si è rotto ancora di più: era incandescente. Allora sono andato con Elisa da Stevanella a Cadidavid, ma il negozio era chiuso. Al pomeriggio sono ritornato con Alessandro e l'ho lasciato là: sarà pronto tra due settimane. Non hanno voluto darmi l'orologio di cortesia in attesa di aggiustare il mio e io sono...disperato. (*Beppe*)

Il mio nuovo computer.

Vorrei andare al Cimitero Ebraico.

Sto meglio perché in questo periodo ho poche Clonie, ho il computer nuovo, ma preferivo quello che avevo prima. (Mark on Tour).

La noia!

Ci sono momenti della giornata in cui non sappiamo cosa fare.

Giovanni: io passo parecchie ore seduto sulle panchine e guardo le macchine passare, sto in pace e mi sento libero di pensare alle mie cose. Quando vado al giardinaggio mi diverto di più. Se vado al bar chiacchiero solo col barista.

Marco: l'amore è una cosa bella, ma i muscoli mi piacciono di più. Quando, durante il giorno non so cosa fare, faccio ginnastica, proprio per farmi crescere i muscoli. Qualche volta fra di noi c'è un po' di tensione, specie tra me e il Beppe, siamo stufi l'uno dell'altro. Sono convinto che bisogna essere più solidali nei momenti di noia.

Beppe: la noia è peggio che tradire le persone. Quando sono annoiato divento nervoso, mi viene male alla gamba e vado a letto. Mi innervosisco con Marco e con Nicoletta.

Bruno: è una brutta bestia che ci prende alle spalle all'improvviso. Non ci possiamo fare nulla, siamo impotenti. Il rimedio è inventarsi qualcosa invece di rifugiarsi nell'ozio cercando di sfruttare la presenza degli altri compagni e degli operatori.

Elisabetta: quando sono annoiata guardo un giornale, cerco di darmi da fare e ci riesco. Apprezzo questi momenti di "libertà" perché sto un po' con me stessa.

Dora: Durante la giornata ho parecchi momenti di noia perché mi alzo presto e non so cosa fare. Allora ascolto la musica, ma ho paura di disturbare. La noia è come una malattia che ti prende piano piano. Meno fai e meno faresti. Bisogna inventarsi qualcosa altrimenti la noia ti soprafà e ti vengono brutti pensieri: penso anche ai miei genitori, a mio figlio, a Vilmo. Però mi stanno bene dei momenti così, al limite ascolto la musica.

Niki: la noia per me è una brutta cosa. Mi fa soffrire molto, quando sono annoiata mi viene voglia di fumare e di mangiare. Aiuto le persone a fare le faccende,

perché quando si è annoiati si è tristi e svogliati e non si ha voglia di fare nulla. Speriamo che la noia vada via dalla mia mente, col divertimento e la compagnia.

Messaggio di Marco.

Non capisco perché quando mi avvicino a Giovanni lui si ritrae come se avesse paura di me.

La cosa mi fa star male perché io gli voglio bene e non gli farei mai del male, quindi caro Giovanni io ti invito ad essere mio amico.

La risposta di Giovanni: a volte io ho paura di te, perché mi ricordi Giovanni da giovane, ma ti ringrazio del tuo invito.

Aspettative di Leonardo.

Faccio fatica ad esprimermi, anzi mi sembra di non aver nulla da dire perché io sono un tipo che non ha mai parlato tanto. In comunità mi trovo bene e così come sono organizzate le giornate mi va bene. Faccio qualche giro a casa e in città e a volte vado in palestra. Partecipo alla vita di comunità partecipando ad alcune uscite col gruppo e questo per me è sufficiente. Non ho grandi aspettative e mi accontento di come sono e di quello che faccio e voi accettatemi così.

Turisti per caso: Viaggio a Mantova

Il 25 marzo siamo stati a visitare la città di Mantova, ecco il diario della giornata.

Quello che mi è piaciuto di più della gita a Mantova è stato il Palazzo Ducale, mi sono reso conto di come vivevano i Signori una volta. Mi ha molto colpito scoprire il loro tipo di ascensore: i signorotti si facevano portare ai piani superiori a cavallo attraverso a delle scale speciali. Mi ha fatto piacere vedere la stanza degli sposi, piena di affreschi e col soffitto decorato. Il Palazzo aveva 500 stanze ed è uno dei più grandi del mondo, ma ne abbiamo visitato solo una parte. Mi sarebbe piaciuto visitare anche il Palazzo Te, che era la residenza estiva dei Gonzaga, ma purtroppo non abbiamo fatto in tempo. **Bruno.**

Mi è piaciuto poco, questo è il mio pensiero: non mi interessavano i quadri, perché a me piacciono i quadri dell'orrore. Siamo andati col treno, ma in treno non abbiamo mangiato nulla, mentre al bar ho bevuto caffè di orzo. L'unica cosa bella è stato il mega panino che ho mangiato al Mc Donald's, perché era come i panini che mangiava Elvis Presley. Ho spedito una cartolina alla mia ragazza e ai miei genitori. Mi piacerebbe andar a visitare Padova perché è la città dei miei nonni. Vorrei anche sapere se il panino con Hamburger e insalata era buono come quello di una volta, buono come quello che mangiava Elvis in America. **Mark on Tour.**

Quel palazzo con 97 scalini era molto affascinante. Io non ho voluto salire sul treno perché avevo paura che deragliasse e poi nei bagni del treno c'è troppa poca carta igienica. La sala era bella, ma la piazzetta era piena di ciottoli. Ho ritrovato in piazza a Mantova una vecchia amica: la Clara. **Beppe.**

Mantova è una città bellissima, piccola, ma vale la pena visitarla. Mi è piaciuto molto il palazzo Ducale con tutti quei quadri bellissimi e quei soffitti meravigliosi. A me è piaciuto molto il caffè di Mantova e, dopo aver camminato tanto per la città, con la fame che avevamo, siamo andati al Mc Donald's. C'era un gran casino dentro, ma era affascinante. Ho mangiato hamburger e patatine fritte con la maionese, poi ho spedito delle cartoline in cooperativa e a mia sorella. Il viaggio in treno è stato bello, mi ha entusiasmato. Al ritorno è partito in ritardo perché avevamo perso la borsa della Marisa. Angiolino è corso a cercarla in sala di attesa e dopo averla recuperata, il treno è partito. Il macchinista è stato molto gentile e paziente ad aspettare. Siamo stati fortunati perché anche se c'era freddo è uscito il sole a rasserenare gli animi. Speriamo di andare ancora a Mantova, perché è una bella città. **Nicoletta.**

Siamo andati a Mantova col mio compagno Vilmo, che è stato promosso volontario della Comunità. Siamo statia palazzo Ducale dei Gonzaga. Avevamo la guida che ci illustrava le varie opere. Dopo siamo andati mangiare qualcosa e poi abbiamo preso il treno di ritorno. Io ero serena e mi sembrava anche tutti gli altri. **Dora.**

Abbastanza a posto, mi sembra che anche il viaggio in corriera e in treno sia andato bene. Mi è piaciuto anche il ristorante, ma non si sa.

Il palazzo era bellissimo con tutte quelle stanze e quei quadri. Ho visto un signore che stava restaurando un affresco, c'era un odore acre di vernice.

Ero abbastanza sereno. **Giovanni.**

C'era un gran profumo di dolci, nel centro di Mantova e mi era venuta l'acquolina in bocca, ma siamo andati in un bar grandissimo e ho preso un caldo cappuccino. La città era piccolina e non abbiamo camminato tanto. Ottima l'idea

di andare a mangiare al Mc Donald's. Io ero stata ancora in posti del genere e l'idea di andare lì mi è molto piaciuta perché è un posto speciale, diverso dagli altri, dove ci si sente bene in mezzo a tutta quella gioventù. **Gigliola.**

Mi è rimasta impressa la chiesa, perché da giovane, quando ero in collegio a Mantova andavo alla Via Crucis. Mantova è inondata da un buon profumo di pane e di dolci. Io ci sono stata 10 anni.

Mi sono molto divertita, a parte un piccolo episodio di malinconia quando ho visto Marco che ha scritto una cartolina alla sua morosa. Mi è scesa una lacrima di delusione. Poi Maurizio mi ha confortata e mi è passata. In treno mi ha voluta

vicino e io ero felice, gli ho offerto dei cioccolatini e lui li ha accettati. **Elisabetta.**

Sono stato colpito dagli affreschi della stanza del palazzo Ducale. Ho visto gli arazzi fatti su disegni di Raffaello, la grande stanza dove ballavano. Mi è piaciuto andare al Mc Donald's perché era un ambiente giovane e pieno di giovani, che mi sono sembrati tutti educati. Il viaggio in treno è stato bello, anche se breve perché da Verona a Mantova il tragitto è breve. Alla sera ero stanco, però sereno e dopo cena sono andato a letto e ho dormito tutta la notte. Non so se ci ritornerei perché è un po' difficoltoso muoversi. **Dario.**

Le nostre poesie

Domani... Felicità

*La felicità interiore si conquista
vivendo giorno dopo giorno.
A volte si sta male, a volte bene,
basta un sorriso da chi ti vuole bene.
Un uomo, le donne che lavorano
guadagnandosi il pane quotidiano,
hanno più probabilità di essere felici
e contenti.
Ma ci chiediamo: sarà proprio vero?
Se si guarda, si corre
incontro al sole, dopo possiamo
correre incontro alla luna.
Per essere felici sia interiormente
che fisicamente.*

Paola '68 – Elena '58.

Invito:

Invitiamo tutti i nostri amici che ci leggono a mandarci i loro scritti, i loro pensieri, i loro commenti. Li pubblicheremo.



Dora e le regole.

Faccio una gran fatica a rispettare le regole della Comunità, anche se spero di migliorare. Quelle più dure sono quelle che riguardano la dieta, il fumo e le uscite.

Dovrei rispettare le regole ma io non riesco a non fumare in stanza, soprattutto al mattino appena sveglia; quando gli operatori mi riprendono, io mi sento in colpa e capisco che hanno ragione. Per aiutarmi dovrebbero farmi vedere di più il mio amico Vilmo. Per quanto riguarda la dieta, in questo periodo sono diminuita di ben 5 kg. Mi sto controllando il peso sulla bilancia del CSM. Tutte le settimane mi peso per vedere come va. Per le uscite, mi ripropongo di rispettare gli orari e di andare da Vilmo solo negli orari concordati.

Ora c'è questa novità che non si può fumare negli ambienti pubblici chiusi, sono sicura che saprò adattarmi. (*Dora*).

Io non sono d'accordo con la legge antifumo, io avrei messo qualcosa in tutti i bar e avrei lasciato liberi di fumare a quelli che lo vogliono. (*Elisabetta*)

Nei bar adesso non posso più fumare, ma a me mi sta bene. Ora non posso più fumare negli ambienti pubblici e nemmeno nei cessi. (*Beppe*)

Sono abbastanza d'accordo e fumo sempre fuori. Io cerco sempre di rispettare le regole. (*Giovanni*)

Io mi trovo d'accordo con la legge antifumo. (*Bruno*)

L'angolo del lotto.

L'esperto consiglia:

20-25-27 Terno secco su Bari

87- 89 su Ve e su Tutte

12- 29- 89 ambo e terno su Roma

A Silvia

Silvia ha cambiato Comunità, si è trasferita dalla nostra a quella di via Capodistria.

Dopo qualche giorno che era andata via gli abbiamo fatto festa in una pizzeria di Radon, c'eravamo tutti: operatori ed ospiti. Gli abbiamo donato un piccolo ricordo. Unico assente il Beppe che non ha voluto venire in pizzeria. Era pronto anche lui, ma all'ultimo momento non ha voluto saperne di uscire con noi. Finita la pizza Alessandro è rientrato in Comunità e ha tentato di convincerlo ma lui è stato irremovibile, così insieme sono andati a fare un giro. Al rientro gli ho chiesto dove fossero andati e mi ha risposto che erano stati al bar "Dai fradei". Ma dov'è il bar "Dai fradei"? Mi ha risposto: "dopo il bar Dalle sorelle". E dov'è il bar "Dalle sorelle"? Risposta: "Prima".

Mi dispiace che Silvia sia andata via, lei era una bella ragazza per noi. Io penso che sia la donna più brava fra tutti noi, lei aiutava tutti come Elisabetta. Ma Silvia fuma tanto con il tabacco speciale, anche lei è una ragazza speciale, si arrotolava le sigarette come i Caw boi nel Far west. Secondo me Silvia è troppo speciale per noi, ha un cuore d'oro, ma non lo so come faccio a pensare a Silvia. **(Mark on Tour)**.

Sono stato contento di averla conosciuta, ma lei deve guardare al suo futuro, al suo lavoro. Si è comportata bene con noi. A volte mi manca un po'. Forse più avanti torna indietro, sarebbe bello mangiare ancora una pizza con lei. **(Giovanni)**.

Mi è molto dispiaciuto che Silvia sia andata via. Era una brava ragazza, sensibile. Mi sono accorto che è andata via perché l'appartamento è un po' più ordinato. Lei era un po' casinista nel tenersi le sue cose. Qualche volta ci scambiavamo delle opinioni e lei era positiva. **(Dora)**.

Silvia con me era sempre disponibile a darmi una mano quando dovevo apparecchiare le tavole. Pensavo: ma guarda come è buona, ed ero contenta. Era brava anche a tagliare le cipolle quando facevamo da mangiare insieme. Gli piaceva "Buona notte fiorellino" di De Gregari e lo faceva suonare quando era di

buonumore. Per me era una ragazza positiva, molto gentile e buona e mi piacevano i suoi capelli lunghi. Era bella quando si faceva le trecce. **(Gigliola)**

Gli auguro buona fortuna, era una ragazza bella e dolce dentro e fuori. Poi non so. Aveva dei gusti musicali simili ai miei: i Genesis e le Orme. Non riesco a pensare ad un difetto su Silvia, forse l'ho conosciuta poco. Lei era generosa e a volte mi arrotolava qualche sigaretta anche per noi. **(Bruno)**.

Come ragazza è molto giovane e molto bella, ancora una bambina. Era una persona molto dolce, bella fuori e bella dentro, disponibile a far da mangiare, una brava cuoca. Sportiva perché giocava a pallavolo e girava sempre col suo vecchio motorino giallo e col casco nero, proprio una giovincella. I suoi disegni erano belli anche se strani. Mi dispiace che sia andata in via Capodistria perché non è più tra noi, ma spero che si trovi bene come quà a Radon. Era un po' "sbrindolona", usciva spesso la sera, con la mamma, col papà, con la zia e con lo zio. Spero che ritorni trovarci in Comunità. **(Nicoletta)**.

E' da poco che la conosco, con lei ascoltavamo musica dalla tivù, video music e fumavamo insieme. Mi ha lasciato un ricordo di simpatia e mi hanno colpito i suoi occhi. **(Elisabetta)**.

Ciao silvia.

