NUMERO 4 OTTOBRE 2014

FUORI SINCRO

Periodico di cultura, idee, informazione, attualità a cura
della redazione giornalistica delle strutture riabilitative Insieme

ANCORA UN PREMIO PER "MYSTERY HOTEL"

Ancora un riconoscimento per il film realizzato dai ragazzi delle Comunità Insieme, con la regia di Peter Ercolano. Il 18 ottobre il corto è stato premiato al Festival del Cinema Nuovo di Gorgonzola con una menzione speciale del direttore. Una delegazione di ospiti ha vissuto l'emozione di partecipare.

ALLE PAGG. 6 E 7

ARTE SENZA TEMPO, TATTOO NELLA STORIA

A PAGINA 23

ALL'INTERNO:

LA CRISI CHE SPAVENTA	PAG. 3
BARCA A VELA IN LIBERTÀ	PAG. 8
UN TUFFO NELLA NATURA	PAG. 10
IL VOLO DELLA MENTE	PAG. 14
TRE TAZZE DI THE	PAG. 19

MAGICA DJERBA

A PAGINA 5

EMOZIONI IN CANOA

A PAGINA 13

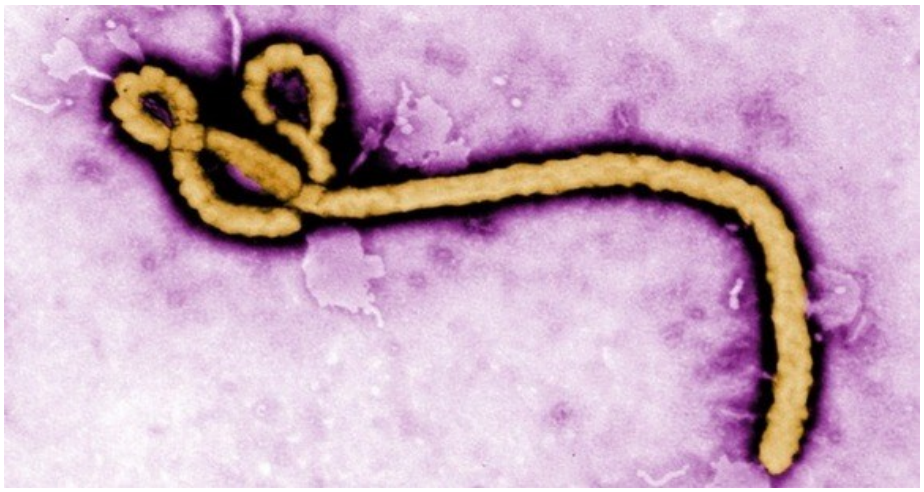
ATTUALITÀ

EMERGENZA EBOLA, TORNA LA PSICOSI COLLETTIVA

di Antonello Sogus

Da circa quindici anni si sta parlando maggiormente della diffusione di malattie come l'Aids, la Sars e l'Ebola e si muore ancora di lebbra in alcuni paesi del mondo. L'ebola è un virus molto aggressivo e ha dei sintomi specifici che si diffondono rapidamente che sono febbre, forte mal di testa, dolore muscolare, diarrea, vomito ed emorragie inspiegabili. Il periodo di incubazione del virus nell'organismo va da 2 a 21 giorni. All'uomo questo virus è arrivato attraverso il cibarsi di animali selvatici come antilopi e scimpanzé, i quali erano portatori sani della malattia. Il virus si diffonde molto rapidamente attraverso il muco, il sangue, la saliva, le lacrime, il sudore e le ferite. Attualmente non esistono cure o vaccini, ma si stanno studiando metodi avanzati anche se non si hanno ancora risultati clinici. In appena otto mesi il numero di casi di ebola è già arrivato a diecimila. Il conteggio ufficiale dell'Oms parla di 10.141 casi accertati con 4.922 deceduti. In Italia l'emergenza Ebola è più mediatica che sanitaria, a causa delle continue notizie che arrivano dai telegiornali. Al momento non ci sono casi accertati, il rischio di epidemia è basso, ma la pressione è incredibile. Si sta diffondendo una psicosi diffusa, tra la gente comune e persino nel personale sanitario.

Sopra una squadra di sanitari in azione in Liberia, sotto il virus dell'ebola al microscopio



ATTUALITÀ

CRISI TRA RUSSIA E UCRAINA, L'APOCALISSE DIETRO L'ANGOLO

di Amedeo Fanasca

Finita la seconda guerra mondiale, i cannoni non hanno mai smesso di tuonare. Con la caduta del muro di Berlino e la fine dell'Urss come potenza mondiale e la creazione dell'Europa Unita su basi economiche, si pensava di raggiungere una solida pace internazionale. Ma così non è purtroppo. Tra i tanti focolai di guerra che troviamo attualmente nel mondo, la disputa tra Ucraina e Russia fa pensare a scenari allarmanti di un nuovo conflitto mondiale, ovvero ad una nuova apocalisse. Ma veramente l'uomo è capace di enormi atrocità, l'Europa è stanca di una pace durata quasi 70 anni? Il nemico dell'occidente è sempre la Russia con il suo generale inverno, citato anche nelle profezie di Nostradamus. L'Ucraina è di fatto il fronte di un nuovo confronto tra est e ovest: l'Unione Europea contrapposta alla Russia, entrambe interessate a includere il Paese nella propria sfera di competenza, soprattutto economica. I politici ora devono necessariamente mediare per evitare che la crisi degeneri, soprattutto i capi di stato europei, i quali non debbono solo ascoltare l'amico americano, che preme per una guerra. Forse ci siamo dimenticati che abbiamo vissuto momenti difficili anche nel periodo della guerra fredda. Allora: sì alla mediazione, no alle armi.

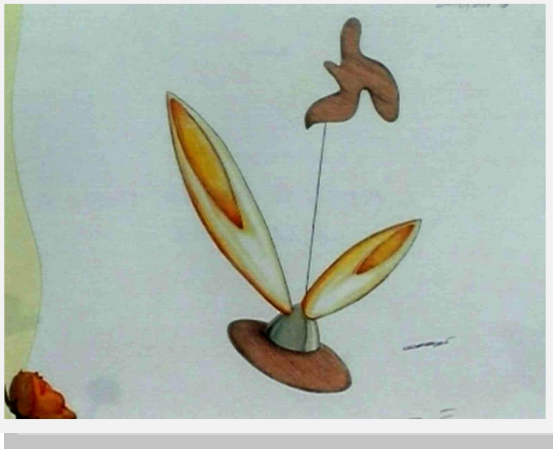
Manifestazione pro Russia a Donetsk

La crisi è scoppiata nella penisola della Crimea, la cui popolazione è per maggioranza di etnia russa. I disordini sono iniziati nel febbraio 2014, quando il presidente e il governo ucraino regolarmente in carica furono esautorati dal parlamento ucraino in seguito ai fatti dell'Euromaj-dan. Il governo locale della Crimea ha rifiutato di riconoscere il nuovo governo e il nuovo presidente ucraino, sostenendo che il cambiamento sarebbe avvenuto in violazione della costituzione ucraina vigente, mentre la legittimità del nuovo governo è stata riconosciuta dalla gran parte degli stati, eccetto la Russia ed alcuni altri. A fronte della nuova situazione politica delineatasi, il governo locale ha dichiarato la propria volontà di separarsi dall'Ucraina chiamando a referendum la popolazione di Crimea: l'esito della consultazione ha visto realizzarsi un'altissima maggioranza sull'opzione autonomista (con oltre il 97% di consenso sul totale dei votanti) ma la legittimità di tale referendum, tuttavia, è respinta dall'Unione europea e dagli Stati Uniti d'America, che la ritengono in violazione del diritto internazionale e della Costituzione dell'Ucraina, mentre il referendum è ritenuto valido dalla Russia. Per mesi si è combattuto al confine tra Russia e Ucraina, dove i ribelli filorussi si sono auto-organizzati nella Repubblica Autonoma di Crimea, a Sebastopoli e nel Sud-Est del paese. Tra promesse di tregue mai mantenute e continui bombardamenti, la crisi non accenna a rientrare ed ha pesanti ricadute a livello internazionale.

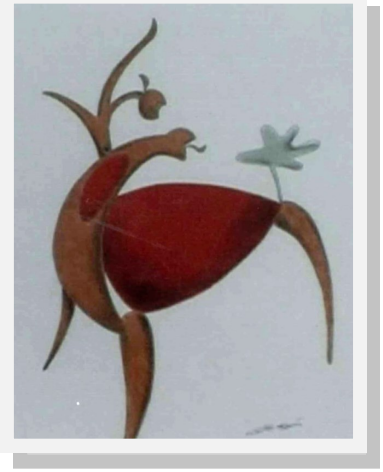
DESIGN

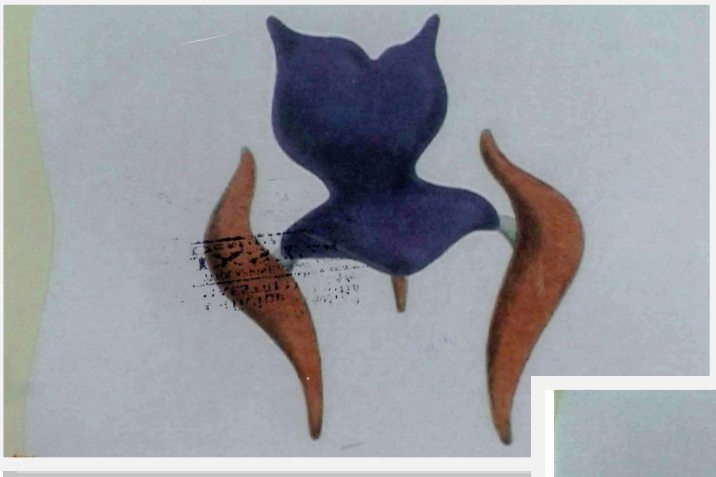
VISIONARIO ARREDARE

di Carlo Campi

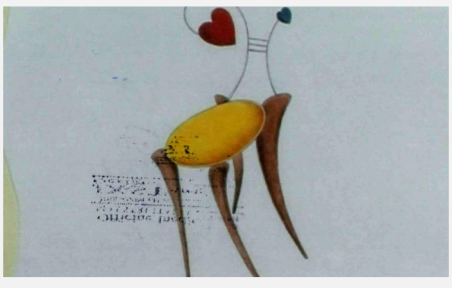


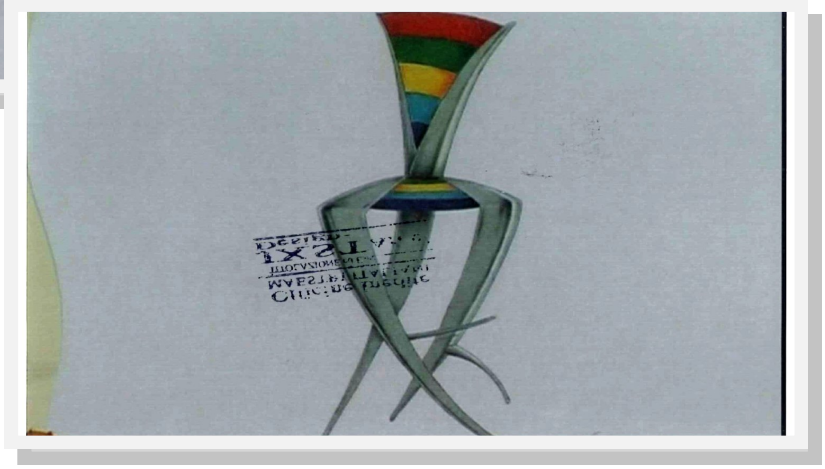
Le più recenti frontiere del design internazionale propongono una visione fiabesca degli elementi di arredo, in cui la bellezza delle forme si coniuga con l'evocazione di un mondo favoloso e irreale. Carlo ha aperto la strada molto tempo fa, esprimendo nel disegno di elementi di arredo la sua fantasia da sognatore senza tempo. A suo modo un visionario, Carlo Campi ha fatto nella sua vita studi specifici nel campo dell'arredamento, dell'architettura e della fotografia. Tra gli estimatori delle sue opere vi sono stati gli architetti e disegnatori di marchi al top come Flos, Cassina e Artemide. Nel suo immaginare cose non rispondenti alla realtà, forme ai limiti dell'inattuabilità, oggetti che hanno nomi ora mitologici ora ironici, Carlo rivela tutta la sua natura di sognatore, con la sua immaginazione senza confini, i suoi colori. Come visionario, si esprime al meglio attraverso l'arte del disegno, la sua è una passione che l'ha accompagnato per tutta la vita.





Sopra "Il peccato originale", in alto a sinistra "L'amore nella forma delle linee", a sinistra la sedia "Pisckuè", in basso a sinistra "Joa signorinella timida" e qui sotto "Guerra e pace"





REPORTAGE DI VIAGGIO

DJERBA, DIMENTICARE PER RITROVARSI

di Maria Scuto

Nel 2009 ho fatto un viaggio a Djerba, in Tunisia. Su consiglio dell'operatore turistico, sono partita da sola per fare una nuova esperienza, mi sono divertita molto, anche perché essendo un villaggio ho fatto parecchie amicizie. Ho alloggiato in un bungalow molto confortevole che condividevo con una ragazza francese, e così ho avuto l'occasione di ripassare la lingua francese. La vacanza è durata sette giorni, durante i quali ho fatto delle escursioni molto suggestive. Ho visitato il deserto e ho fatto anche una passeggiata sul cammello! Mi ha trasmesso una bellissima emozione perché abbiamo bevuto il thè nel deserto, gustandolo davanti a un meraviglioso tramonto. Ho fatto anche una gita in barca, e ho praticato snorkeling sul fondale dove c'erano meravigliosi pesci variopinti e una splendida barriera corallina. Questo viaggio mi ha soddisfatto ampiamente, mi ha regalato molte emozioni aprendomi nuovi orizzonti e non ho avvertito il senso di solitudine.

Alcune splendide immagini di Djerba. In alto e qui a destra le foto ritraggono le coste dell'isola, caratterizzate dalle palme e dall'acqua cristallina, nella foto in basso un'immagine del deserto, dove vengono effettuate delle suggestive passeggiate in sella ai cammelli

Djerba è la più grande isola del Nordafrica, situata nel golfo di Gabès di fronte alle coste della Tunisia. Il clima è temperato e il suolo ben coltivato. Il suo capoluogo è la cittadina di Houmt Souk, che ha circa 65.000 abitanti. Lotophagitis è il nome con cui l'isola era conosciuta nell'antichità; Djerba è l'isola dove, nell'Odissea, Ulisse e i suoi compagni incontrano il popolo dei Lotofagi. Alcuni tra i compagni di Ulisse, imitando gli abitanti del luogo, si cibano del fiore di loto e perdono il ricordo della loro vita passata.

SPETTACOLO

FESTIVAL DEL CINEMA NUOVO, UN PREMIO SPECIALE PER IL NOSTRO CORTO

di Alessandro Martinelli

In questa pagina le immagini dei ragazzi che sono andati a Gorgonzola, qui a sinistra con il direttore del festival Romeo Della Bella, più in alto il premio ricevuto per "Mystery Hotel", nella foto sotto Peter Ercolano che riceve la coppa, in rappresentanza dei ragazzi, in occasione della serata finale del Festival.

Mercoledì 15 ottobre siamo andati al festival del Cinema Nuovo a Gorgonzola (MI), concorso internazionale di cortometraggi per disabili di tutti i tipi. A presentare il nostro film "Mistery Hotel -il fumo uccide" un noir thriller, comico. Siamo partiti con un pulmino da nove posti ed eravamo tre operatori e sei ospiti delle nostre comunità Insieme. Dopo circa 10 ore al John Hotel; abbiamo avuto giusto il tempo di darci una sistemata per essere puntuali all'incontro al teatro Sala Argentia, che era veramente uno splendore. Alle 20.30 è iniziato lo spettacolo. Il primo film presentato è stato: "Un altro ritmo", che ci ha dato l'esempio di come la musicoterapia possa aiutare moltissimo chi ha problemi nell'emettere vocaboli. Il successivo, intitolato "Disabili" era di una operativa di Succego (CE). Mostra con un divertente espediente come chi spesso vuole fare il furbo si imbroglia da solo. Il terzo film è stato "La vita è un giorno speciale" del Dipartimento di Salute Mentale di Catania. Il corto è una metafora della città di Catania che pur in condizione di grave malessere sociale, cerca di tornare ad essere un territorio accettabile per una comunità di abitanti che vogliono vivere, dove la legalità e le opportunità non debbano restare solo una "speranza". Altro video era stato prodotto da una Onlus di Faenza (RA). Ambientato negli anni '30 in Italia: vengono rapite da un gruppo di gangster le nipoti di un banchiere. E poi è la volta di "Smetto quando voglio... Ciaaaoo" che era di una Onlus di Milano. Narra la storia di un ragazzo che ogni volta che viene saluto con un "Ciao" cade narcolettico a terra, ma la sorte

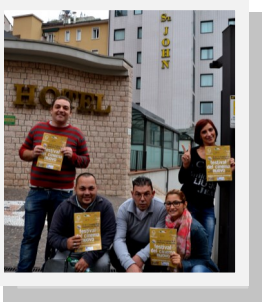
SPETTACOLO

VISIONI CORTE FILM FESTIVAL, UNA VETRINA INTERNAZIONALE

Alcuni scatti della giornata del Festival Visioni Corte realizzati dall'equipe Accademia Fotografica

Una folta rappresentanza di ospiti delle Comunità Insieme ha partecipato al film festival "Visioni Corte", dove "Mystery Hotel" è stato proiettato il 16 ottobre scorso nell'ambito della sezione "Visioni sociali". Grande emozione per i ragazzi: il film che hanno interpretato ha avuto una vetrina d'eccezione in un festival di caratura internazionale. Da parte di tutto il gruppo Insieme va un caloroso grazie agli organizzatori della rassegna internazionale del cortometraggio indipendente di Minturno. Giunto alla 3^ edizione, il Festival è un progetto culturale ambizioso portato avanti dall'Associazione "Il Sogno di Ulisse". Le cinque serate di grande cinema internazionale si sono svolte Dal 14 al 18 Ottobre nella suggestiva location del Castello Baronale. Non solo fiction, ma anche documentari, animazione, videoclip e i cortometraggi realizzati dalle scuole. E c'eravamo anche noi. Grazie di cuore a Gisella e Giuseppe!

vuole che alla fine questa malattia cambi il suo corso. Poi arriva finalmente il nostro turno, la nostra storia: due omicidi avvengono in un albergo in cui si tiene un convegno internazionale contro il fumo. Il misterioso serial killer uccide le sue vittime soffocandole con le sigarette. Il film coniuga il genere thriller con una comicità leggera e surreale. Una bella botta" è il titolo di un altro film sempre di Milano. In una Comunità Terapeutica uno degli operatori è un educatore scortese e strafottente, i giovani ospiti arrivano a tollerarlo più: alla fine lo sorprendono preparandogli una festa a sorpresa per il suo compleanno. Anche questo film mi ha colpito molto, forse perché mi sono rivisto un po' in un personaggio triste. Infine abbiamo visto il video di una cooperativa sociale di Milano che si chiamava "I ragazzi del chiosco": alcuni ragazzi passano le loro giornate nella noia del bar del chiosco, sino a quando un invito di alcune ragazze li sprona ad agire per un obiettivo: la conquista, un muro li separa dal loro desiderato incontro, bisogna superare gli ostacoli... Noi non eravamo lì per la serata della premiazione ma abbiamo sbirciato tra i premi che erano già esposti, ed abbiamo visto che una delle coppe più grande, se non la più grande, stava lì pronta ad aspettarci per le premiazioni di sabato, abbiamo visto che si trattava del premio del direttore. Comunque riassumendo dal lungo viaggio alle soste mangerecce, alla vista dei corti, a Peter che si è messo ad un certo punto ad imitare il dialetto milanese, che ci ha fatto ridere a crepapelle, è stata veramente una super-mini-vacanza, ci voleva per staccare dalla routine comunitaria. Questo tipo di gite fa bene al cuore. Mi sento anche di ringraziare gli operatori che sono stati gentili e cortesi con noi, e soprattutto (senza togliere niente a nessuno) a Peter che mi ha fatto ridere di gusto.



IN TEMPO REALE

SOLE, VENTO E MARE: LA LIBERTÀ SI CHIAMA VELA

Anche nel corso dell'estate scorsa i ragazzi delle Comunità Insieme sono stati coinvolti nei corsi di vela presso il circolo Vela Viva di Formia. Il Circolo Nautico Vela Viva è un'associazione sportiva costituitasi nel 1987, che ha compiti di formazione civile, culturale, ambientale ed educativa prevalentemente mediante attività velica per derive, anche in cooperazione con Enti similari e senza alcuno scopo di lucro. Nel pieno rispetto di tali principi, dalla sua nascita ad oggi, Vela Viva ha partecipato fattivamente a manifestazioni ecologiche e culturali promosse dal WWF, MareVivo e Legambiente, per divulgare l'amore per l'ambiente ed il mare. I numeri di Vela Viva sono oramai di rilievo: quasi 60 soci, tutti praticanti lo sport della vela, oltre 200 tesserati alla Federazione Vela, 200 corsi, di cui almeno il 75% per giovani tra i 7 anni e i 14 anni, progetti per la vela per disabili, 100 corsi gratuiti per i ragazzi delle scuole del territorio, iniziativa questa portata avanti in collaborazione con il Comune di Formia e con gli altri Circoli del Comitato Velico Formia: Circolo Nautico Caposele e Centro Velico Vindicio. I ragazzi delle Comunità Insieme sono stati istruiti prima teoricamente poi praticamente a veleggiare e al termine dei corsi hanno ricevuto un diploma. Per tutti loro è stata un'esperienza entusiasmante e formativa.

Nelle due pagine alcuni scatti che ritraggono i ragazzi delle comunità Insieme impegnati nei corsi di vela che si sono tenuti la scorsa estate presso il circolo Vela Viva di Formia.

IN TEMPO REALE

DIPLOMI, UNA SERATA SPECIALE

LA bellissima serata del 7 settembre al Circolo Vela Viva di Formia è indimenticabile. La serata, dedicata alla consegna dei diplomi ai bambini di Formia e ai disabili provenienti dalle strutture del basso Lazio, si è tenuta sulla spiaggia di Vindicio a Formia, nella sede del circolo. Dopo sorrisi di gioia per il riconoscimento ottenuto e molti applausi, abbiamo concluso questa parte della serata con una mia poesia. Subito dopo siamo passati ad un'altra parte del circolo, dove il nostro gruppo della Milizia dei Folli della Comunità Insieme si è esibito in un piccolo spettacolo. Abbiamo suonato i kazoo e cantato con Peter, alcuni di noi si sono esibiti al pianoforte con la maestra Eleonora Ricciardulli. Particolare successo hanno avuto il brano "Lacrimosa" di Mozart al piano, "Meraviglioso" di Modugno cantata e suonata al kazoo, ed ancora l'Inno italiano e il pezzo "Smile" di Charlie Chaplin, che abbiamo mimato con Peter. Grande successo anche per la band della Comunità, capitanata da Pierpaolo Ianniello, che si è esibita in pezzi cantati da Davide e da Peter, accompagnato da Erminia e Veruska. Poi abbiamo mangiato in riva al mare l'ottima pasta offerta dagli organizzatori.

Alfredo Franceschini

IN TEMPO REALE

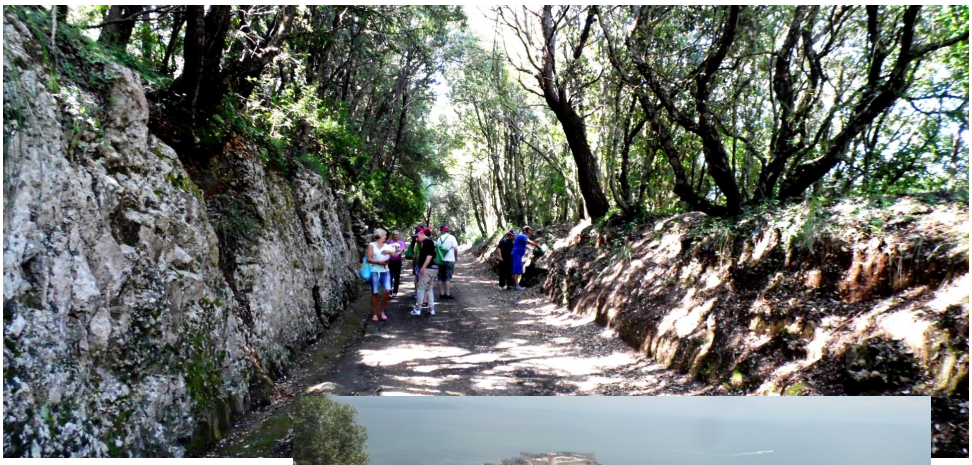
MONTE ORLANDO, UN TUFFO NELLA NATURA

di Alfredo Franceschini

Nell'estate 2014, ultima di mia permanenza nella Comunità Insieme, ho partecipato a diverse bellissime gite organizzate dagli operatori. Elisabetta e Lella ci hanno portato a conoscere i punti più belli e culturalmente interessanti dell'Oasi naturale di Monte Orlando a Gaeta. Il Parco di Monte Orlando ha un'estensione di 89 ettari di cui 59 di area terrestre e 30 di area marina. Quest'area protetta è gestita dall'Ente Parco Regionale Riviera di Ulisse insieme alle aree del Parco Regionale Suburbano di Gianola e Monte di Scauri e del Monumento Naturale di Sperlonga. Abbiamo visitato il mausoleo di Lucio Munazio Planco, guidati da Elisabetta, accanto al quale sorge un faro e nei pressi c'è la grande statua della Madonna. Riscendendo abbiamo visto le batterie e la polveriera borboniche, ci siamo anche soffermati a riconoscere alcune specie di arbusti tra cui il mirto e la barba di Giove. Mitiche anche le foto che ho potuto scattare da un punto panoramico in cui si ammira Gaeta medievale, con il suo castello e la parte che fu adibita a carcere militare in passato. Abbiamo visitato anche la Montagna Spaccata, un luogo sempre evocativo e suggestivo dove sono stato contento di tornare. Prima di rientrare in comunità, per chiudere in bellezza, grazie a Lella siamo riusciti anche a mangiare un ottimo gelato al Molo, a Gaeta medievale.

Le foto in queste pagine sono state scattate da Alfredo. In alto una veduta della spiaggia di Serapo da Monte Orlando, accanto Alfredo davanti alla statua della Madonna, qui il gruppo di ospiti che ha preso parte all'escursione nel parco

IN TEMPO REALE



Altre foto di Alfredo, a sinistra il mausoleo Planco, sopra una veduta di Gaeta, a destra i ragazzi in una sosta

GITA AD AGNONE, TOUR NEL PAESE DELLE CAMPANE

Altrettanto interessanti sono state le gite svolte in altri luoghi nel corso dell'estate, anche in zone lontane da San Cosma e Damiano. Con il dottor D'Agostino, la dottoressa Paola e Donatella abbiamo visitato la fabbrica pontificia Marinelli ad Agnone. La cittadina molisana è sede di quello che si presume sia il più antico stabilimento al mondo per la fabbricazione delle campane, fondato intorno all'anno Mille e tra i pochi che possano fregiarsi dell'onore di utilizzare i suoi prodotti lo stemma pontificio. Un'esperienza molto interessante, visto che ci hanno spiegato la storia ed il metodo di costruzione delle campane. Il finale della visita è stato caratterizzato da un concerto di campane a cura del caporeparto che ci aveva guidato, con il suono di molte melodie conosciute. Molto interessante anche la visita ad Isernia, e quella alla riserva di Colle Meuccio, dove abbiamo mangiato. Abbiamo poi visitato la casa del parco, dove sono conservate le varie specie faunistiche imbalsamate. Una gita bellissima.

LIBERA MENTE

RICORDO DI COLORE

di Amedeo Fanasca

L'attività di colore si svolge presso la Comunità Insieme di Santi Cosma e Damiano, a cura del dottor Guglielmo De Rosa. i colori sono ben più di un elemento scenografico: esprimono emozioni, simboleggiano la vita in tutte le sue tonalità, ci mettono in sintonia con il grande concerto che ogni giorno la luce crea nel mondo.

Durante i primi tempi dell'attività del colore in Comunità, dovevamo esprimere i nostri stati d'animo con i colori, tracciando pennellate longitudinali di tonalità diverse. Potevamo usare i colori primari giallo, blu, rosso, e mescolarli tra loro. Non ho dimenticato il breve periodo che coincideva con il decesso di una delle mie sorelle. Il legame molto forte e profondo che avevo con lei l'ho espresso nei giorni precedenti nell'attività di colore scegliendo un colore viola triste, cupo e acceso. Esso corrispondeva esattamente al mio inconscio, rappresentava il rigetto per il dolore. Ma era acceso perché l'azione proseguiva come il colore viola, che rappresenta la Pasqua. Penso che mia sorella è salita in cielo e l'azione prosegue rendendo onore con il cammino quotidiano della nostra vita nella sua memoria.

COMUNITÀ, ECCO LE NOSTRE ATTIVITÀ

La Comunità Insieme come struttura riabilitativa offre molte opportunità. Prova ne è il ritorno a casa di alcuni pazienti, durante gli anni che ho trascorso nella comunità, altri ragazzi hanno beneficiato del passaggio in casa famiglia. Per coloro che restano ci sono diverse attività ricreative, molto efficace come terapia è l'attività di teatro, la quale supporta l'attività di musicoterapia e l'ultima arrivata, l'attività di canto propostaci dall'insegnante Veronica. Altre attività che seguono in molti con interesse sono l'ascolto di musica classica con il dottor Cardillo, di pittura e di colore; poi non mancano attività fisiche come palestra, piscina e ippoterapia. Inoltre si deve fare un plauso all'equipe medica ed infermieristica che è, nei limiti del possibile, sempre disponibile.

Amedeo Fanasca

LIBERA MENTE

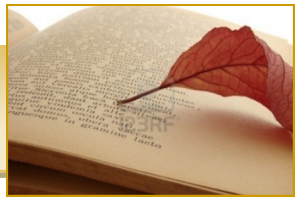
IN CANOA, A TU PER TU COL MARE

Di Paolo De Nittis

Con l'arrivo dell'estate, il mercoledì pomeriggio alla nostra attività di ascolto musicale si sostituisce il corso di canoa. Artefice di questa iniziativa è sempre il dottor Angelo Cardillo, supportato dal dottor Guglielmo De Rosa e dall'operatore Fabrizio Abdel. Teatro del corso è il porticciolo romano all'interno del parco di Gianola a Formia. Noi ospiti delle comunità Insieme possiamo usufruire dell'uso di due canoe. Per molti di noi è la prima volta che si affronta il mare con questo mezzo, e l'effetto è spesso sorprendente. Impratichirsi non è difficile, come ben sa chi ha dimestichezza con la canoa, ma soprattutto è l'impressione e l'emozione di trovarsi a diretto contatto con la natura in questo caso il mare, a colpire profondamente. Grande è la sensazione di libertà e l'effetto tonificante che questa attività produce. Padroneggiare il mezzo è un po' come avere maggiore consapevolezza di se stessi, anche l'equilibrio che si mantiene tramite la pagaia simbolicamente si riflette a livello psicologico. La bellezza del paesaggio è come un toccasana contro lo stress, e per molti, accompagnato all'attività fisica, è un modo per vincere ansie e paure. Al termine della giornata si effettua una bella passeggiata sempre nel parco di Gianola, tra la boscaglia ricca di fragranze, dove domina con la sua presenza la quercia da sughero. Ci teniamo a ringraziare il dottor Cardillo per questa iniziativa che ci fa trascorrere delle ore piene di piacevolezza.

"Emozionano il senso di libertà e il contatto con la natura"

POESIA E DINTORNI



IL VOLO DELLA MENTE

di Filippo Rododendro

Dimmi mio splendido amore
dove le mie parole
congelano le rose quando
attratto dalla tua voce
che allieta come un liuto
io m'aggiro d'inverno
come cicala chiedendo amore,
oh rose io sono la causa
della vostra prima rugiada
che vi fredda sotto un bianco
liscio cielo e nuvole azzurre
sono il nuovo silenzio
dove giuste parole parlano
quando si conviene come avviene in natura.
Ah la conoscenza la nube fredda e azzurra ha dissetato tutta la mia sete
solo la fame inappagata mi dice di coltivare rose sole
nel brivido, amore - morte che dilegua come un vento il fumo dall'amore.
Oh mio cuore questa è la tua casa, qua costruita sotto la tempesta e sopra la roccia,
viaggi immensi di rondini nascondono l'estremo abile termine che hanno per la loro vita
ogni nido costruito come fosse per sempre, e oh amore il nostro sempre
è una strada di delizie dove s'esaudiscono tutti i nostri leggeri desideri e dove
quelli grandi hanno una forte impalcatura sulla quale costruire.
Oh mio cuore siamo in viaggio verso il silenzio
dove tutto è intelligentemente immobile,
siamo sul nastro azzurro del cielo dove ogni parola vola via se non è un pensiero.
Oh mia fanciulla dal bel cuore blu la materia della terra ha alti arbusti ampie chiome
di foglie, noi possiamo aggirare il materiale e fonderci con l'infinito ma quanto dolore
nelle armonie del cielo vibrano dal cuore della terra,
noi possiamo lasciarci essere stellari
e solo di fiori arrotolati d'eroine possiamo parlare
e cantare la margheritina e il sole che la bacia
noi solo l'esempio che ha il dolore nel cuore più alto di noi e che ci fa volare.

UNICA

Ciao donne eccomi
Ciao cuore vaghi in ombra
Guarda l'orizzonte
Il sole illumina
Oh occhi avete scelto
nella costrizione della mente
per un ordine stabilito
un amore
Uno soltanto.

F.R.

POESIA E DINTORNI

TRISTEZZA

di Filippo Rododendro

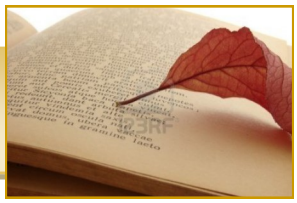
È il fuoco che dentro di me
arde triste
il combustibile delle lacrime
e del sangue
È il fiore che geme
sull'amata zolla
dove io vedo la scintilla
E sopra il sole e la tempesta
sentinelle dell'umano sogno
anzi del sopra – umano.
Amo il tuo sorriso amo la tua ilarità
per me nel petto stilla il fuoco e l'acqua
della terra,
che per me c'è amore e morte
libertà e vita nella stessa carne,
io sono solito premere il petto
al suono del suo tamburo pensare e volare
e amarti nell'ora ultima.
Ti dono un getto di fuoco e mille e mille baci
sopra la trasfigurazione del tuo cuore,
oh mio amore che schermisci
tu sai che tutto è un gioco
compreso l'amore
così per il bene mio sorridi anche dove gemono
i ghiacci, ed io stesso sono il sale e l'acqua
del tuo viso, del candore del tuo cuore
di gioia imperitura.

FRAMMENTO

di Filippo Rododendro

Vedere il tuo bianco viso dolce, come la più dolce delle rose, Il tuo petto sospirare con dentro l'ora segreta della tua vita, oh dolce profumo di tigli e di salici il mio cuore sobbalza, al dolce tuo pianto che versi candida come il singhiozzare della tua voce che poeta mi porta qui su in collina a contemplare pallido la mia dipartita, perdendo sangue nel petto bagno con acqua salata di lacrime la mia sorte io mi sento morire tutto gira nella pesantezza della testa che come perla a goccia li sul tuo collo sui seni dondola e ti protegge dagli attacchi della vita che così immensamente dolce e al volgere del giorno esaustiva, può uccidere con presa di posizione forte, può uccidere con il suo forte respiro può attaccare e sfregiare incalzare una rosa fino lo stremo dove vivi tu. Oh mio dolce amore il tempo che va è il pallido nostro sentire il muto nostro amore, è la scogliera dove sbatte il mare e il sole dove il tempo, è l'inizio e la fine calcolato del nostro amore come un fiore, amarsi è il cimento del cielo con la materia. Tu sei il mio cielo io la tua forte materia, la luce, la tua creazione, dentro me spazia. E ti rimando l'ordine supremo del mio stato che è amore, e ancora amore, e amore.

POESIA E DINTORNI



IL TEMPO E LA VITA

di Alessia Matrullo

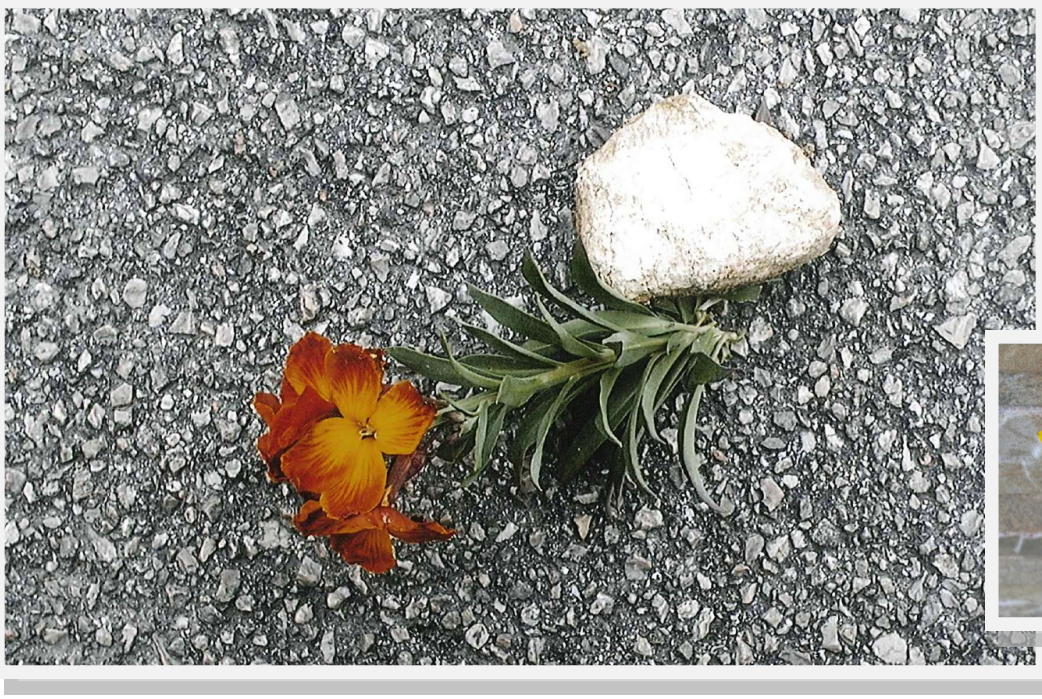
FOTOGRAFIA

SCATTI DI NATURA

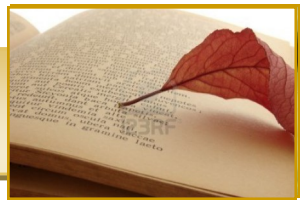
di Carlo Campi

Nella sua vasta produzione fotografica, che già abbiamo presentato su queste pagine in un precedente numero, Carlo propone scatti molto originali che raffigurano nature morte di rara sensibilità artistica e ambientale. Dietro alle immagini e nei titoli suggestivi l'artista racconta la sua attenzione verso una natura troppo spesso violata e danneggiata dall'uomo. Come in molte altre sue opere Carlo si sofferma sulla bellezza che si nasconde dietro l'angolo, la purezza da ritrovare in un mondo che la dimentica.

La foto in alto si intitola "Chiarezza della natura", lo scatto qui accanto a sinistra è "Dall'asfalto un fiore, in onore della natura", sotto "Gioia in fiore"



POESIA E DINTORNI



PREGHIERA DI GUARIGIONE

di Alfredo Franceschini

Laudato sii mio Signore

Per la mia amica bella

Che a tutte le costellazioni il suo riso piace

Che di questo Dio se ne compiace

E forza a tutti sempre a partire da sua sorella

Oh Gesù Cristo che tanto hai sofferto

Nel tuo calvario,

Dona a lei salute piena

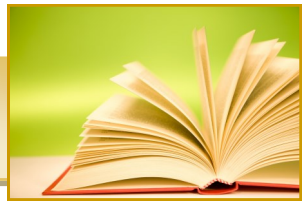
Sì da risolvere presto ogni sua pena

Così da pensare poi ai prossimi problemi

Con l'aiuto del buon Dio

L'opera realizzata con pastelli a cera si intitola "Dentro i giardini della mente" ed è stata realizzata da Carlo Campi. L'incrociarsi di più tecniche e il sovrapporsi dei colori per un'opera contemporanea di grande fascino.

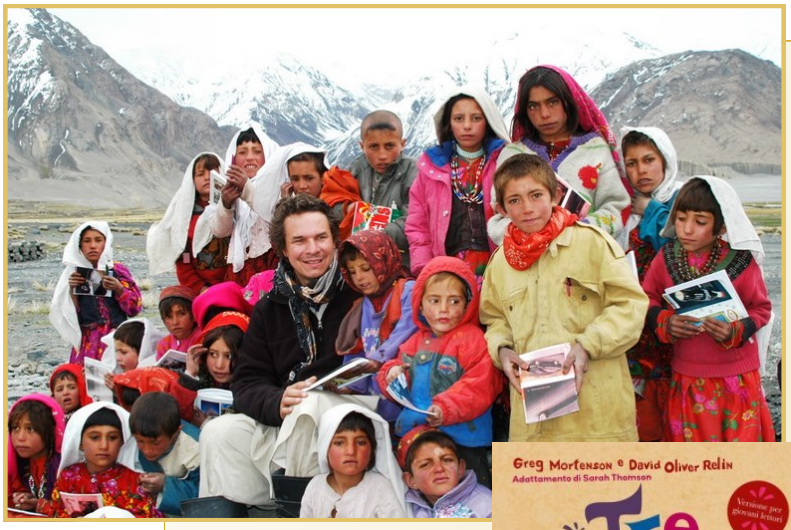
LIBROTERAPIA



TRE TAZZE DI TE, STORIA DI UNA PROMESSA

di Giuliana Alparone

Volendo farmi "bella" potrei asserire che si tratta di un prosieguo de "L'alchimista" di Paulo Coelho o del Cammino di Santiago. Sì, perché "Tre tazze di the", scritto dal giornalista David Oliver Relin e ispirato alla storia vera di Greg Mortenson, è un libro calamita che ti chiama a farne parte come semplice lettore, o come donatore della fondazione che ormai è un punto fermo per erigere fortini contro l'esclusione di bambini e bambine di luoghi poveri o nascosti. Dicevo: questo libro lo puoi leggere, puoi voler raccontare la storia o costruire un cammino che tra infinite difficoltà va facendosi storia. L'infanzia del protagonista è in Tanzania a cavallo della decolonizzazione. Il padre e tutta la famiglia sono nel paese che li accoglie e li trasforma in una missione cristiana, per costruire un ospedale. Quando sarà finito le chiavi saranno consegnare alla gente del posto. Sono le fondamenta del giovane Mortenson: se hai una volontà retta, puoi fare qualsiasi cosa. ma non è una favola, è la vita. La sorellina minore è colpita da meningite ed epilessia. Il fratello non si arrende e riesce a renderla praticamente autonoma. Ma un attacco più violento degli altri la porterà via. È il ritorno negli Usa caratterizzato da tempi difficili: soldi pochissimi, e la scelta del servizio militare in epoca di reflusso post Vietnam. Alla fine la sua scelta sarà di diventare infermiere. Cosa avrebbe messo Coelho di fronte ad una stanza chiusa con una statua lignea africana, i libri del passato e un braccialetto della sorella scomparsa stretto nel pugno col saldo intento di eternarne la memoria? Una montagna. E così, dopo previa preparazione e tanta roccia superata, è la volta del combattimento per il protagonista: sceglie di scalare il K2, non dal versante più conosciuto, ma da quello di rocce lisce e abbacinanti colori, più ingannevoli delle illusioni del deserto africano. Così il nostro perde due volte direzione e guida e, per poco, anche la vita. Alla fine arriva in un villaggio, non quello da cui era partito, ma se possibile ancora più isolato. Il capo-villaggio sacrificherà ogni sforzo ed ogni scorta alimentare per salvare la vita al "sacro" ospite. Il protagonista, finalmente riavutosi, si guarda intorno e vede bambini ripassare le tabelline con ramoscelli nel terriccio, privi di maestro e scuola. Ecco la vera montagna: il combattimento giusto. Una scuola per bambini, come bambina era la sorella scomparsa. Conoscerà il volo pindarico di quando sembra tutto a portata di realizzazione ma anche la scaltrezza di chi vuole portarti, derubandoti il sogno, verso altri progetti. E la buona fede che chiede ma non dà, credere che lo straniero capisca che un ponte che rompe l'isolamento del villaggio sia più necessario nell'immediato, di una scuola. I pericoli: spostamento di truppe dei Taleban e il cambiamento del pigro, annoso conflitto tra India e Pakistan. Una guerra vera, che toglie l'infanzia ai bambini e il credo agli adulti. In un paio di situazioni di pericolo estremo, ancora una volta l'arma sarà far defluire la sapienza del cuore al cervello lontano. Nella casa americana sua moglie, scelta tra mille, avrebbe spiegato che il papà era morto per dar vita ad un progetto buono e giusto: diffondere l'istruzione, l'unica cosa capace di disinnescare l'indottrinamento, che è il trampolino di lancio della violenza. Ancora una cosa: gran capacità è il rispetto del diverso da noi. E il valore dell'accoglienza e dell'ospitalità. La prima volta che bevi un thè con uno di noi sei uno straniero, la seconda sei un ospite onorato, la terza sei parte della famiglia.



Sopra Greg Mortenson con i bambini del villaggio pakistano da cui è cominciata la sua "missione", che lo ha portato a realizzare più di 60 scuole per i bambini delle montagne dell'Afghanistan, del Nepal, dell'Iran. A destra la copertina del libro

IN TAVOLA

POLPETTE DI MELANZANE

di Silvia Zecchinelli

Ingredienti per 4 persone:

4 melanzane grosse

1 mazzetto di prezzemolo

1 fetta di pane casareccio grossa

2 uova

1,5 dl di latte tiepido

1 spicchio d'aglio

40 gr. di farina 00

Olio per friggere

Sale e pepe

Procedimento:

Sbriciolate il pane eliminando la crosta e ammorbiditelo nel latte. Mondate e sbucciate le melanzane, tagliatele a fette, ponetele in uno scolapasta e cospargete di sale, attendere 30 minuti affinché perdano l'acqua di vegetazione, sciacquatele e scottatele per 5 minuti in acqua bollente. Sgocciolatele su un foglio di carta assorbente, passatele al mixer e raccogliete il composto in una terrina. Unite la mollica di pane strizzata, le uova, l'aglio sbucciato, lavato e tritato, il prezzemolo lavato e tritato, sale e pepe. Amalgamate bene e formate delle polpette di media grandezza. Passate le polpette nella farina e friggetele in una padella con abbondante olio ben caldo per 15 minuti, girandole spesso e facendo attenzione a non sbriciolarle, quindi sgocciolatele su carta da cucina e servite ben calde.

Preparare le verdure in polpettine è un ottimo espediente per spingere un bambino, che solitamente le rifiuta, a mangiarle. Fa parte dei piccoli trucchi che i genitori devono adottare per garantire ai propri figli una dieta quanto più possibile variata e ricca anche di ortaggi, così importanti dal punto di vista nutrizionale. Tra i consigli proposti dalla Fondazione Veronesi: offrire piatti piacevoli alla vista ma semplici, i bambini amano poco i "pasticci"; proporre forme e colori divertenti e creative; preferire verdure tenere e non troppo cotte, meglio se ancora croccanti, cotte al vapore o crude.

IN TAVOLA

RAVIOLI DOLCI

di Maria Costanza Mennini

Ravioli al cioccolato un piatto facile ed economico. Si possono mangiare sorseggiando un thè o durante un pigiama party. L'aroma del formaggio dolce al mascarpone e della nutella rende il piatto appetitoso.

INGREDIENTI PER 2 PERSONE:

370 GR. DI FARINA

1 L E ½ DI LATTE

350 GR DI BURRO

30 GR. DI CACAO DOLCE IN POLVERE

4 UOVA

1 BUSTINA DI VANIGLIA IN POLVERE

40 GR. DI ZUCCHERO

300 CL. DI OLIO

300 GR. DI MASCARPONE

300 GR. DI NUTELLA

In molte regioni italiane con il termine ravioli, oltre alla classica pasta ripiena usata come primo piatto, si indicano anche dei prodotti dolci confezionati con le stesse modalità sulla base di una pasta alimentare. I ripieni sono spesso di ricotta, marmellata, cioccolato o puree di frutta. In Sardegna ci sono le tipiche Seadas, in Lobardia i tipici ravioli dolci di Viganò, in Sicilia le Raviole, prelibati dolci fritti ripieni di ricotta e poi passati nello zucchero o nel miele.

PREPARAZIONE:

Formare con la farina una fontana aggiungere il latte, il burro sciolto, lo zucchero, le uova, la bustina di vaniglia, il cacao dolce e amalgamare il tutto. Dopo aver fatto riposare il composto con un panno di cotone in frigo per tre ore, distenderlo e preparare i ravioli e riempirli con il mascarpone e la nutella. Mettere a bollire in una pentola 300 cl. di acqua e zucchero, appena l'acqua bolle versare i ravioli nell'acqua e cuocere per sette minuti. Servire caldi con una spolverata di zucchero a velo.

IN TAVOLA

CRÈME CARAMEL

di Nicoletta Zocaro

Vi consiglio questo dolce perché oltre ad essere buonissimo, piace a tutti, grandi e piccoli, e poi è di facile e veloce preparazione ed è un successo garantito. La *crème caramel*, chiamata anche *caramel custard*, è un tipo di budino di origine portoghese con uno strato di caramello liquido in superficie.

INGREDIENTI:

500 ML DI LATTE

500 ML DI PANNA

5 UOVA + 3 TUORLI

250 GR DI ZUCCHERO

1 BACCA DI VANIGLIA

PER CARAMELLO:

100 Gr. ZUCCHERO

1 CUCCHIAINO DI LIMONE

Procedimento:

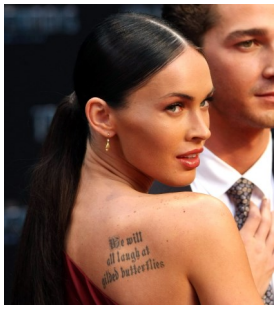
Per preparare il caramello lasciate sciogliere in una casseruola 100 grammi di zucchero insieme a 4 cucchiai di acqua e a qualche goccia di succo di limone, mescolando fino ad ottenere un bel colore dorato . Toglietelo dal fuoco e distribuite il caramello sul fondo dello stampo da budino in modo che ne ricopra bene il fondo e lasciate raffreddare. Potete utilizzare un unico stampo, oppure utilizzare tanti stampini monoporzione in alluminio. Per la crema invece, portate a bollore il latte, la panna, lo zucchero e la bacca di vaniglia. Spegnete il fuoco ed eliminate la bacca vaniglia. Lasciatelo raffreddare. Sbattete le uova in una terrina con una frusta insieme allo zucchero, unite il latte a filo, mescolando continuamente in modo che si amalgami bene. Versate il composto nello stampo dove avete versato prima il caramello, filtrandola attraverso un colino. Versate la crema ottenuta nello stampo dove avete versato il caramello. Cuocete a bagnomaria per circa 1 ora e mezzo in forno preriscaldato a 160°, facendo attenzione che l'acqua non raggiunga mai il bollore. La creme caramel sarà pronta quando immergendovi uno stecchino, lo ritirerete asciutto. Lasciate raffreddare e sformare su un piatto da portata.

LIFESTYLE

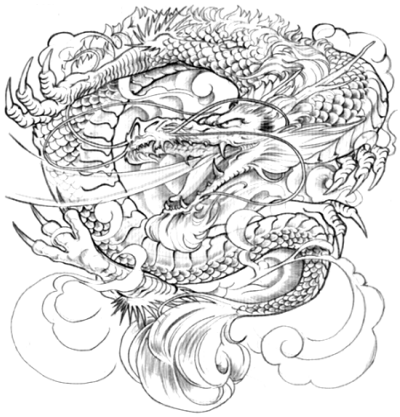
TATUAGGI, UNA STORIA MILLENARIA

di Antonello Sogus

In Giappone il tatuaggio era praticato fin dal v secolo a.C. a scopo estetico ma anche magico e per marchiare i criminali. Costoro si truccavano sulla pelle per rappresentare il proprio vissuto e manifestare il loro diniego nei confronti dell'imperatore. Il termine tatuaggio deriva dall'americano "tattoo", che a sua volta deriva dal polinesiano "tatu" che significa marcare il corpo con dei segni. Ma il tatuaggio è una pratica dalle origini antichissime, origine di oltre 5000 anni. La testimonianza più antica deriva dal confine italo-austriaco dove nel 1991 sulle Alpi viene rinvenuto il corpo congelato e perfettamente conservato di un uomo vissuto circa 5300 anni fa. Aveva indosso dei veri e propri tatuaggi, che venivano praticati per scopi terapeutici, per lenire i dolori. Con il passare del tempo il tatuaggio assume altre valenze come: dimostrazione di potere, segno distintivo d'onore, osteggiare la propria fede. In passato il tatuaggio era parte di un rito collettivo e veniva praticato da persone che vivevano ai margini della società come carcerati, prostitute e marinai. Oggi invece viene utilizzato come abbellimento che rimanda a personali significati. Mi sono interessato a questa tematica perché da sempre mi affascina e mi incuriosisce sapere da quali motivazioni personali le persone sono spinte a tatuarsi una cosa piuttosto che un'altra.



I primi esempi rinvenuti sul corpo di un uomo vissuto oltre 5000 anni fa



A.S.D. "Polisportiva Insieme Ausonia"

in collaborazione con A.S.D. Ausonia

SCUOLA CALCIO AUSONIA

primi calci - pulcini - esordienti - giovanissimi

STAGIONE SPORTIVA 2014 / 2015

I corsi sono tenuti da

Angelo Ferraro - Patentino UEFA B

Pietro Farina - Patentino UEFA B

Michele De Gori - Patentino

Antonio Gionta - Responsabile Sett. Giovanile

Gianni Miorelli - Responsabile Impianti Sportivi

e si svolgeranno presso il campo sportivo di

Madonna del Piano - Ausonia

SERVIZIO PSICO-SOCIO PEDAGOGICO DI AUSILIO ALLE FAMIGLIE

Tutti gli istruttori sono muniti di titolo professionale: Psicologi, Educatori, O.S.S.

Servizio Navetta

Per iscrizioni ed info rivolgersi a:

Pietro Farina - Tel: 3480686518 / Antonio Gionta - Tel: 3495740875