


**mamma\_lara** Martedì, 31 Marzo 2015 21:57

Devo scappare a fare meditazione, questa sera ci sarà la lunga perchè ne ho di cose a cui pensare. Buona notte e sogni bellissimi per tutti. State bene se potete

**mamma\_lara** Martedì, 31 Marzo 2015 21:56

Vitalba, ma quando mai siamo permalose..... NOI?????? 



Scherzo sai.


Mi fa piacere che tu abbia trovato che ne parla, vedrai che se contatti il neurologo ti saprà dare tutte le informazioni. E' una persona unica.

**Piera** Martedì, 31 Marzo 2015 21:49

tanti pensieri positivi per Annuccia anche da parte mia.

**paula1** Martedì, 31 Marzo 2015 21:41

Buona sera a tutti...anche se molto tranquillo il pomeriggio è stato faticoso...è già molto caldo in reparto  sono stanca e coi piedi in fiamme...vado a riposare..Buona notte a tutti... 

Un grande in bocca al lupo alla nostra ANNUCCIA 

**vitalba** Martedì, 31 Marzo 2015 20:49

Lara grazie per la risposta ,sei stata molto esauriente e molto chiara ,inoltre sono andata a curiosare su un altro forum dove gli utenti( tra questi c'è anche il v/o neurologo) fanno questa dieta e viene spiegata molto bene...non vorrei esserti sembrata permalosa,chiedo ancora scusa ..BUONA PASQUA a tutti

**mamma\_lara** Martedì, 31 Marzo 2015 20:24

Vitalba, spero si capisca, lo so che ho scritto male. ma devo fare una telefonata urgente

**mamma\_lara** Martedì, 31 Marzo 2015 20:21

Vitalba, io non ne parlo volentieri perchè faccio già tanta fatica a farla. Sinceramente non è una passeggiata, non assaggio un pizzico di zucchero, pane, frutta e tanto altro da quasi 5 mesi e sono diventata un po' sensibile quando mi sento dire certe parole. Ti faccio un esempio, sai quante volte ho parlato di come mangio e mi sono sentita dire: "ma fai attenzione che ti rovini i reni e il fegato" SEMPRE. E chi me lo dice non sa cosa dice, perchè le mie analisi sono perfette e sto anche meglio dal MDT. Non so cosa induce una persona a dirmi queste parole, e ad esternare sentenze di morte e gravi pericoli, mahhh, cerco di non pensarci perchè non mi piacciono le risposte che mi vengono subito in mente, quindi lascio perdere e chi vuole sapere di cosa si tratta ed a chi è veramente interessato non ho nessun problema a fornire tutti i contatti del neurologo (unico in Italia per quello che mi risulta) così sarà lui con le sue competenze a fornire tutti i dettagli.


Mi devi perdonare, ma mi sto difendendo perchè se avessi le mani fatte di pane e di pasta correrei il rischio di rimanere senza per la voglia che ho di mangiare i cappellacci per esempio. E non è che mi salvo dalle tentazioni. Sto facendo di tutto di più e nei prossimi giorni metterò a tavola tante di

quelle persone  senza mai sfiorare e neppure assaggiare quello che metterò in tavola.

Io sono sempre disponibile a capire, spero di essere compresa anch'io.

Grazie.

**vitalba** Martedì, 31 Marzo 2015 19:53

grazie per le risposte,chiedo scusa ,ma non pretendevo che mi scriveste la vostra dieta e neanche intendevo farla senza l'ausilio della mia neurologa ,volevo solo capire in che cosa consistesse.... 

**cri69** Martedì, 31 Marzo 2015 19:04

Buonasera a tutti,oggi sono stata impegnata con i miei.Ho portato il papà al controllo ed ha riacquisito 10/10,non ci credeva nemmeno il medico,poi spesa .Una volta a casa sono andata dal medico,venerdì vado a fare una risonanza al gomito ,mi fa troppo male e l'ho trascurato troppo. quindi farmacia e finalmente a casa...

**mamma\_lara** Martedì, 31 Marzo 2015 18:37

Basta muscoli lunghi: agire sui muscoli del volto basta per cambiare umore

Alcuni studi dimostrano come agendo sul corpo possiamo influenzare il nostro cervello con

«l'intelligenza corporea»: se sorridi sarai felice e ti passerà la tristezza  
di Cesare Peccarisi

Negli ultimi anni molti studi dimostrano come agendo sul corpo possiamo influenzare atteggiamenti, giudizi e motivazione. E' la cosiddetta intelligenza corporea: se sorridi sarai felice e ti passerà la tristezza. Un bel sorriso sembra poter cambiare il nostro stato emotivo, come ipotizzarono ai primi del '900 James Lange e Walter Cannon formulando la "Teoria Periferica" delle emozioni che potremmo sintetizzare così: non sorridiamo perché siamo felici, siamo felici perché sorridiamo. Sorriso e intestino

Esisterebbe un meccanismo di feedback bidirezionale per cui l'attività muscolare del volto invia retroattivamente al cervello un segnale che influenza il nostro stato emotivo, cosicché il modo di sentire le emozioni non è solo predominio del cervello, ma altre parti del corpo influiscono sui nostri sentimenti, ipotesi in cui rientra appieno anche il cosiddetto cervello intestinale che secondo uno studio appena pubblicato su *Current Opinion in Psychiatry* da un folto gruppo di ricercatori irlandesi e australiani diretti da Felice Jacka dell'Università Deakin di Victoria fa capo a un vero e proprio asse microbiota-intestino-cervello che influenza umore e comportamento. Poiché il microbiota interagisce con fattori ambientali come dieta e stress, è possibile, dicono i ricercatori, modulare l'umore già attraverso il cibo, influenzando prevalenza e rischio di depressione attraverso un'attenta dieta. Metodo più rapido

Una via più diretta è quella messa in atto dai ricercatori della Georgetown University di Washington che hanno pubblicato sul *Journal of Psychiatric Research* uno studio in cui, inibendo i muscoli che notoriamente appaiono tirati nel volto dei depressi e impartiscono il tipico aspetto triste della cosiddetta facies depressiva, hanno indotto un rilassamento che ottiene un volto che è l'opposto di quello aggrottato dal profondo dolore del male di vivere. Ciò ha retroattivamente avviato impulsi rilassanti al cervello combattendo la condizione depressiva: il 47% dei pazienti ha riportato un miglioramento ai punteggi della scala MADRS, notoriamente usata per quantificare lo stato depressivo, mentre i soggetti trattati con placebo non sono andati oltre il 21%. E' bastato un singolo trattamento con tossina botulinica, la stessa che si usa per decontrarre le rughe a scopo di bellezza. Gas esilarante e antinfiammatori

Non è comunque l'unico caso di trattamento della depressione con sostanze che nulla hanno a che fare con questa malattia: i trattamenti che fanno a meno degli antidepressivi o che vi si associano continuano infatti a crescere. Basti pensare al recente impiego dell'ossido nitrico, il cosiddetto gas esilarante, o ai risultati ottenuti con semplici analgesici come celocoxib, paracetamolo o naprossene recentemente pubblicati su *JAMA Psychiatry* come revisione sistematica di studi clinici randomizzati ripresa anche dall'AIFA che sottolinea come l'efficacia degli antinfiammatori emerga soprattutto dalla loro combinazione con gli antidepressivi con risultati importanti che, a lungo termine, aumentano la possibilità di fornire opzioni di trattamento più personalizzate al singolo paziente. Il vero sorriso

Fuori dal coro lo studio dei ricercatori della Northwestern University diretti da Aparna Labroo pubblicato l'anno scorso sul *Journal of Personality and Social Psychology* secondo cui è soltanto il vero sorriso a indurre maggior sensazione di benessere, soddisfazione coniugale e addirittura longevità. Questo sorriso, studiato nell'800 dal neurologo francese Amand Duchenne ben più noto per le sue ricerche sulla distrofia, si verifica grazie all'attivazione dei muscoli risorio (che circonda la bocca), degli zigomatici superiori, che spostano verso l'alto il labbro superiore e le guance e degli orbicolari che elevano le sopracciglia spalancando gli occhi a uno sguardo luminoso. Nel sorriso forzato, quello di compiacenza, si attivano invece solo risorio e zigomatico superiore. Nell'inibizione botulinica, dicono i ricercatori della Northwestern, si rischia di avere un sorriso più simile a quest'ultimo che a quello di Duchenne, con minimi effetti retroattivi sull'umore. Un po' come la differenza fra le risate dei clowns e quelle del pubblico che li guarda al circo. Per riprodurre il sorriso della vera felicità, oltre a inibire i muscoli del broncio e dell'aggrottamento, bisognerà poter attivare a piacere anche gli altri, magari con microstimolazioni elettriche, ma per ora questa è tutta un'altra storia...

da: [http://www.corriere.it/salute/neuroscienze/15\\_marzo\\_31/basta-musi-lunghi-ag-ire-muscoli-volto-basta-cambiare-umore-06190cfa-d7a3-11e4-82ff-02a5d56630ca](http://www.corriere.it/salute/neuroscienze/15_marzo_31/basta-musi-lunghi-ag-ire-muscoli-volto-basta-cambiare-umore-06190cfa-d7a3-11e4-82ff-02a5d56630ca) .shtml

**mamma\_lara** Martedì, 31 Marzo 2015 18:16

Sto lavorando abbastanza

**mariagrazia** Martedì, 31 Marzo 2015 14:47

Annuccia sarai accompagnata dai nostri pensieri domani

**mariagrazia** Martedì, 31 Marzo 2015 14:40

Monica anche da me conviene fare le analisi senza l'impegnativa. Se la usassi spenderei per ogni impegnativa 56 euro. invece senza, ho speso 36 euro ed erano 3 impegnative. ne avrei speso circa 160

**Annuccia** Martedì, 31 Marzo 2015 14:01

LARA 😊

**mamma\_lara** Martedì, 31 Marzo 2015 13:51

Diamo la benvenuta ad una nuova amica. Benvenuta ClaudiaF 😊

**mamma\_lara** Martedì, 31 Marzo 2015 13:50

Annuccia, per domani saremo in un bel po' a pensare che tutto vada bene. Io non ti mollerò un attimo.

**Annuccia** Martedì, 31 Marzo 2015 12:19

MONICA e LARA, ci vuole pazienza!!! domani ho la TAC, speriamo che possa andarci, in tal caso pensatemi tanto! purtroppo, poi ci vorranno un po' di giorni per sapere l'esito.

**mamma\_lara** Martedì, 31 Marzo 2015 11:43

Annuccia, anche a me periodo di allergie, ho il naso che non ce la fa più.

**mamma\_lara** Martedì, 31 Marzo 2015 11:43

Io vado domani a fare le analisi, spero vada tutto bene

**mamma\_lara** Martedì, 31 Marzo 2015 11:42

Valelibera, ti ho spedito una conversazione del nostro profilo FB di Alleanza Cefalalgici, se non lo leggi bene dimmelo che te lo rispedisco.

**mamma\_lara** Martedì, 31 Marzo 2015 11:41

Vitalba, fatto la stessa dieta di Piera, ma non è che posso scrivertela. Questa dieta è un atto medico ed è un medico che la prescrive tenendo in considerazione tanti fattori che sono di certo diversi da persona a persona. Poi ci sono le analisi da fare e da ripetere spesso sempre per tenere sotto controllo il nostro fisico. Pensa che anche un paio di kg in più o in meno fanno la differenza. Non si può dire quella che faccio io e neppure posso chiedere a Piera di dirmi la sua.

Mi spiace non poterti dire di più, ma se sei interessata posso spedirti in privato l'indirizzo e-mail del neurologo così puoi contattarlo.

Non è una dieta, ma una vera e propria profilassi e non si può improvvisare nelle diete immaginati se lo si può fare in questo caso.

Spero nella tua comprensione.

**Monica** Martedì, 31 Marzo 2015 11:38

Nel centro analisi sotto casa mia, conviene fare le analisi senza l'impegnativa del medico. L'altro giorno ho fatto le analisi di controllo per la dieta, e senza ricetta ho risparmiato € 10,00 😞 Fare un check up completo sempre senza ricetta si risparmiano € 30,00. La Regione Lazio sta proprio alla deriva

**mamma\_lara** Martedì, 31 Marzo 2015 11:33

Grazie a tutte per gli auguri a Enza da parte mia e anche da parte sua

**mamma\_lara** Martedì, 31 Marzo 2015 11:33

Buongiorno a tutti. E' tutta la mattina che giro. Sono stanchissima.

**Monica** Martedì, 31 Marzo 2015 11:17

Buongiorno a tutti. ANNUCCIA ti pensavo sabato che strappavo la parietaria 😞 Mi dispiace che per te la primavera sia sempre un delirio 😞

**Annuccia** Martedì, 31 Marzo 2015 10:51

Buongiorno a tutti! per me è abbastanza nero. allergia in pieno e mal di testa che spero di arginare, altrimenti non so come fare.

**paula1** Martedì, 31 Marzo 2015 08:00

NICO26 ok mandami la foto delle analisi che fai..poi visto che sono a casa nei prossimi giorni faccio un salto dal medico e vedo cosa posso fare per questi dolori...  
VALELIBERA io ho usto il topiramato per 6/7 mesi poi il prof me l'ha fatto sospendere per gli effetti collaterali, ma sull'emicrania non aveva dato giovamenti a me...

**paula1** Martedì, 31 Marzo 2015 07:58

Buon giorno a tutti...qui sole...ieri mattina al lavoro è andata bene, sono nel mio reparto spero fino giovedì poi vado in ferie fino al 12 aprile...perdo le 4 notti, ma va bene così per tanti motivi...tanto dopo devo tirare fino ad agosto...purtroppo Fausto non ha nemmeno un giorno in più rispetto ai canonici pasqua e pasquetta e non vuole andare da nessuna parte... 😞 dovremmo anche imbiancare casa, ma non trovo la voglia... 😞

**nico26** Martedì, 31 Marzo 2015 06:47

Un buona mattina a tutte/i dal lavoro.  
Dato che il bar apre verso le 7 da furbona ho detto...prendo un piccolo termos con il mio caffè'...!!Beh....il termos era forse rotto e tutto il caffè' sparso nella borsa....zio bonino 😂😂 .  
Oggi promette una bella giornata di sole e quindi anche se il mdt mi ha preso cerco di vedere il meglio nella giornata!!

**feffe81** Lunedì, 30 Marzo 2015 22:20

Dolore calato, ho mangiato qualcosina. Buonanotte a tutti

**rossana** Lunedì, 30 Marzo 2015 21:45

Stasera MDT anche da queste parti, e una gran confusione in testa.  
Che due.....

**feffe81** Lunedì, 30 Marzo 2015 21:20

Ciao a tutti, sono a letto con un attacco che mi sa mi farà tribolare parecchio visto che i farmaci non lo hanno attenuato. Comunque ho finito la giornata lavorativa di 11 ore. Oggi per festeggiare la vittoria di ieri ci hanno offerto caffè e bombolone (che non ho mangiato per la nausea)

**Piera** Lunedì, 30 Marzo 2015 20:56

Vitalba, io l'avevo scritto che non avrei più dato qui nessuna informazione sulla mia dieta chetogenica, forse ti è sfuggito il mio messaggio di qualche tempo fa.... il forum è aperto a tutti e non rieso a dare informazioni su un atto medico così importante come la dieta chetogenica applicata alla neurologia, non riesco a fare una semplice lista di alimenti, mi sembra di sminuire la professionalità del medico che mi segue con tanta passione e scrupolosità, la dieta è a misura di ogni singolo paziente che ha problematiche diverse sia legate alla propria storia di mdt sia alla propria anamnesi. Se sei iscritta a facebook c'è però una pagina dedicata alla chetogenesi, che il dottore segue personalmente, ti puoi fare un'idea globale.

**Gri** Lunedì, 30 Marzo 2015 20:50

VITALBA, vedrai che è sfuggito alle nostre amiche che fanno profilassi con la chetogenica la tua domanda. Ti risponderanno al più presto

**Gri** Lunedì, 30 Marzo 2015 20:47

Buona sera a tutti, oggi giornata lunghissima in ufficio. Qua piove da sta notte e c'è un ventaccio...uff! Ieri ho dovuto prendere qualcosa perché il cervello mi esplodeva. Mi sto proprio accorgendo che ora che ormai allatto Xavier non più di 3 volte al giorno (più che altro notte 😞) ho riniziato ad aver attacchi.... Devo anche magari tornare a fare un salutino al mio neurologo...sono due anni che non lo vedo.  
Buona serata e notte

**vitalba** Lunedì, 30 Marzo 2015 20:42

avevo fatto una richiesta, ma nessuno mi ha risposto, sono un po' perplessa....

**cri69** Lunedì, 30 Marzo 2015 20:25



VALELIBERA ciao ,benvenuta .Qui trovi di tutto dolore,gioia,risate,ricette,abbiamo imparato a condividere e non solo il dolore ma tanto di noi.

lo ho usato per un tot il topamax , ho avuto gli effetti collaterali durante i primi tempi ,formicolio ,intorpidimento,che non ti devono spaventare perchè poi svaniscono,ho avuto notevoli difficoltà con la memoria e il sillabare e,per questo,ho interrotto.

Ma come diceva Mariagrazia ognuno è un caso a se.

**nico26** Lunedì, 30 Marzo 2015 16:16

Grazie Piera 😊😊 mio marito stamane e' andato alla Peauget ed ha trovato una Micra 5 porte Gpl di un paio d'anni tenuta da Dio e abbiamo presa quella!!

Sei troppo carina.Grazie

lo pero' nel mentre mi e' scoppiato il maledetto con vomito!!!! 😞

**mariagrazia** Lunedì, 30 Marzo 2015 15:30

Ciao Valelibera e benvenuta fra di noi.

Qui parliamo di tutto, anche del mal di testa, ma per fortuna non solo di mal di testa.

lo il Topamax l'ho usato per oltre un anno, ma non ho avuto grosso risultati, a parte proprio nel periodo iniziale in cui sembrava funzionare. Però ho avuto tutti i problemi collaterali che dava. Non siamo però tutti uguali per fortuna e so che con molte persone funziona

**valelibera** Lunedì, 30 Marzo 2015 15:13

### chi ha usato il topiramato

Buongiorno, ho appena letto gli ultimi messaggi sul Forum, e devo dire mi meraviglio perchè si parla di vita...reale...senza nominare il mal d testa. Un po' mi meraviglio, forse mi aspettavo discorsi tutti concentrati su questa "bestia", oppure quando si sta male non si ha voglia di scrivere, invece in altri momenti si ha voglia di condividere altre cose.

Comunque..io invece scrivo per chiedere consiglio...oggi ho visto un ennesimo medico antalgologo e mi ha consigliato uno dei pochi farmaci che non ho ancora provato, un antiepilettico :il topamax.

Qualcuno ha avuto dei benefici da questo farmaco?

lo sono stufo di provare in continuazione farmaci, ma sono anche in grossa difficoltà...il mal di testa non passa mai....

chi puo' darmi notizie o consigli alternativi...spero.... mi scriva ... grazie.

**giuseppina** Lunedì, 30 Marzo 2015 14:48

anche a me è capitato 25 anni fa col disastro delle Azzorre, di fare servizio con la croce rossa per tre giorni all'aeroporto di Orio, 130 persone tutte morte fra le quali una nostra collega, i suoi 4 figli li ho ancora davanti agli occhi 😞

**mariagrazia** Lunedì, 30 Marzo 2015 14:44

Lara tanti auguri alla tua Enza!

**mariagrazia** Lunedì, 30 Marzo 2015 14:43

Buongiorno a tutti. Sono un po' stanca, siamo stati impegnati con il coro x due giorni alla fiera degli sposi.

in tanti ci hanno chiesto i contatti dopo averci sentito cantare e abbiamo conosciuto la Denny

Mendez. (che per 4 ore di presenza ha guadagnato 2000 euro)

oggi da noi tempo uggioso... sembra fine ottobre

**giuseppina** Lunedì, 30 Marzo 2015 14:37

auguri a Enza, è vero che sembra una ragazzina 😊

**Piera** Lunedì, 30 Marzo 2015 14:34

Nico va alla concessionaria Tmotor di Modena (Toyota) , gli dice che sei un'amica di Giorgio della lexus/toyota di Bologna.....e' la stessa proprietà, magari qualcosa trovi, ci sono delle buonissime offerte anche sul nuovo con mini rate e minimi anticipi

**nico26** Lunedì, 30 Marzo 2015 13:09

Buon pranzo a tutte/i

La mia micra di 12 anni mi ha abbandonato e per aggiustarla devo spendere € 1200 per cui cerchero'

qualcosina d'altro.

Non era il periodo visto il dentista di me e Nico....ma vedremocome fare!!!

qui a Modena oggi vi e' veramente caldo e io sono stanchissima.

Enza auguroni!!!!!!

**cri69** Lunedì, 30 Marzo 2015 12:16

Buongiorno a tutti,splendida giornata anche oggi.

Sono stata al mercato con mia sorella,troppe cose carine...capperi,fatto delle chiacchiere con un'amica ,ora pranzo e devo proprio tagliare l'erba in giardino,mio padre non ce la farà...

LARA tantissimi auguri ad Enza

Baci

**Monica** Lunedì, 30 Marzo 2015 12:11

Ho tutti i muscoli indolenziti e cammino come uno zombie. Sabato ho fatto per due volte 4 piani di scale con delle buste pesanti in mano e ieri siamo andati a casa della signora che è morta l'altro giorno, per pulire, non si poteva lasciare la casa in quelle condizioni. Sono distrutta e pensare che ho tutta la settimana davanti 😞 Mi sto invecchiando 😞

**Piera** Lunedì, 30 Marzo 2015 12:11

monica io invece ci credo che sia stato lui, sai che abita nel mio condominio un pilota di aerei e mi raccontava che ci sono otto dispositivi per le emergenze , per azionarli ci vuole un secondo, anche se fosse stato sotto minaccia o se fossero stati sotto minaccia qualcosa potevano fare in otto minuti.....

**Monica** Lunedì, 30 Marzo 2015 12:07

In per l'incidente aereo rimango perplessa, non sono sicura che sia stato lui. Sarà che ormai non credo più a quello che ci raccontano i giornalisti, ma mi sembra troppo semplicistico affibbiare la colpa alla depressione di un copilota 😞

**Monica** Lunedì, 30 Marzo 2015 12:06

PAULA per la "clemenza" posso dirti che a me riesce molto più facile giustificare gli altri che me stessa 😞 Io mi dico sempre che avrei potuto fare di più e che avrei dovuto impegnarmi di più 😞 Mentre per le altre persone trovo sempre scuse e giustificazioni 😞

**Piera** Lunedì, 30 Marzo 2015 12:06

tanti cari auguri ad Enza, che non dimostra affatto la sua età sembra una ragazzina 😊 Non ci posso pensare al quel aereo, manovrato da un pazzo scatenato in cui la depressione non centra un bel nulla!!! uccidere in quel modo 142 persone non e' commentabile, chissà' da quanto lo premeditava, perche' mica lo sapeva che il capitano sarebbe andato in bagno!!!

**Monica** Lunedì, 30 Marzo 2015 12:03

Buongiorno a tutti. MAMMA LARA tanti auguri ad ENZA, mia coetanea 😞 (le lacrime sono per gli anni che aumentano)

**Annuccia** Lunedì, 30 Marzo 2015 11:46

Ieri dai miei genitori parlavamo del dramma aereo e papà ricordava di quando era comandante dei vigili del fuoco a Pisa. Ricordo come se fosse adesso. Ci fu una catastrofe aerea con a bordo ragazzi dell'Accademia Navale di Livorno (70 accademisti), il luogo dell'incidente era il Monte Serra a Pisa e mio padre ebbe il compito di dirigere i suoi vigili per recuperare i corpi, dovettero alla bene o meglio comporre i resti (non sempre giusti, ai tempi non c'era l'esame del DNA) e chiudere le bare. Mio padre tornò a casa e con molta delicatezza raccontò a tutti noi, pianse come un bambino e rimasi molto colpita. Ai tempi era una rarità vedere piangere papà, ora , purtroppo, non mi farebbe più molto effetto. In questi anni ha avuto modo di piangere per gli eventi della famiglia. 😞

**Annuccia** Lunedì, 30 Marzo 2015 11:39

Buon lunedì a tutti!

LARA, tantissimi auguri ad Enza! Ho avuto il privilegio di mangiare la tua buonissima crostata ricoperta. 😊

FEFFE, lo so che non stai a casa e fai proprio bene! arriverà la persona giusta , intanto cerca di pensare "leggera"!!! 😊

LARA, anche io a volte ho comprato all'usato e si trovano spesso cose molto carine, ormai convengono gli stock delle bancarelle, ma mi auguro per il bene del nostro paese che sia per un breve periodo.

**mamma\_lara** Lunedì, 30 Marzo 2015 11:16

Dimenticavo di dirvi che oggi compie gli anni la mia bimba, Enza. Ne compie 44 e se ci penso mi sembra ancora così piccola.

Questa sera vengono i ragazzi per festeggiare.

Vado a fare la torta imbottita. Questa torta è la solita crostata che invece di avere la griglia sopra ha un altro strato sottile di pasta.

Fatta però con farina bio integrale con zucchero di canna bio e integrale anche lui con marmellata di albicocche sempre bio e con zucchero di canna sempre bio e integrale.

Cosa posso farci 😊😊

**mamma\_lara** Lunedì, 30 Marzo 2015 11:10

Annuccia, il periodo che ci accompagna alla menopausa è molto difficile.

Ma cosa possiamo farci. 😞😞

Uffa

**mamma\_lara** Lunedì, 30 Marzo 2015 11:08

Paula, ecco fatto, usa questa parola "CLEMENZA" e quando ti senti di sgarrare fallo per una cosa di qualità.

Concediti uno sgarro di qualità e mettiti comoda per godertelo attimo per attimo.

Questo io farei, mi godrei questa cosa come un premio.

E tu cara lo meriti proprio. ♥

**mamma\_lara** Lunedì, 30 Marzo 2015 11:05

Rossana, hai fatto bene ad usare la parola Clemenza per Paula. E' una delle nostre parole su cui lavorare quest'anno. Grazie

**mamma\_lara** Lunedì, 30 Marzo 2015 11:02

Piera, Napoli è unica nel mondo. Io ci sono stata e la cosa che non dimenticherò mai e poi mai sono le persone. Uniche

Vedrai la meraviglia.

Poi è anche vero che io ho un amore particolare per questa città e per come parlano.

Poi sai bene che io adoro le canzoni napoletane che per me sono poesia pura.

Troppo bello. 😊

**mamma\_lara** Lunedì, 30 Marzo 2015 10:57

Esperienza mia e spero di non offendere nessuno. Io ho sempre comprato per necessità ma anche per principio nelle bancarelle che vendevano abiti usati e ogni tanto invece per le grandi occasioni mi vestiva la sarta. Poi è anche vero che mi sono arrangiata spesso facendo i miei abiti da sola, vestendo anche la famiglia in molte occasioni.

Quando riuscivo a camminare abbastanza senza stancarmi troppo, facevo tutte le bancarelle dell'usato e non sono stati rari i casi che ho trovato degli abiti firmati ad un prezzo ridicolo. Cose che mi sono durate anni e anni e ancora ne ho che sembrano appena fatte. Una volta ho fatto anche un colpaccio, ho comprato un cappotto della Burberry per Zeno a 40 mila lire che poteva rivendere a 800 mila la settimana dopo. Ho comprato lenzuola di lino fatte al telaio dalle nostre nonne per 5 mila lire e ne ho pieno un armadio. Questo però quando nessuno era interessato a questa merce, ora me lo sogno di comprare a questi prezzi.

Quello che al tempo ho comprato, lo considero di primissima qualità e me lo tengo come se avessi dei gioielli.

Ora però sono in difficoltà, compro calze che macchiano i piedi anche se costano il giusto e proprio le mutande di cotone che ho comprato la scorsa settimana una volta lavate sono diventate un budello alto 40 cm. e stretto 15, non mi ci entra neppure una gamba. Taglia settima, mica ho comprato la

seconda 🤔. Non cerco mai di risparmiare sulla biancheria intima, però non serve neppure spendere tanto. Ora non so che fare e cosa comprare. Tanto è che porterò ancora le mie usando le

bretelle 😊😊

**mamma\_lara** Lunedì, 30 Marzo 2015 10:38

Feffe, anche noi si diceva che tu hai fatto la differenza 😊😊

Poi penso che arriverà anche il resto, alle volte arriva quando meno te lo aspetti. 😊

**mamma\_lara** Lunedì, 30 Marzo 2015 10:32

Annuccia, Piera, anch'io non metto lingua per le decisioni che devono prendere i miei figli con Emma e Ettore, loro sono i genitori e so bene quanti danni hanno fatto quelli che mettevano il naso nella mia vita quando avevo i bimbi miei piccoli. Se mi chiedono io dico la mia, altrimenti mi tengo la bocca chiusa che è meglio. Poi mi dico anche che gli altri possono sbagliare senza i miei consigli. Così mi do pace

**mamma\_lara** Lunedì, 30 Marzo 2015 10:18

Buongiorno a tutti.

Sono con tutte le ossa rotte. ieri è stata una giornata campale, ho aiutato Gabriele a sistemare un po' di cose che ci hanno occupato un bel po'

**Piera** Lunedì, 30 Marzo 2015 08:45

feffe una prima fortuna ce l'hai avuta !!! sei andata a lavorare in un ambiente di soli maschi 😊 ora non ti resta che aspettare l'incontro "fatale" 😊

**rossana** Lunedì, 30 Marzo 2015 08:32

GIUSEPPINA adesso cediamo anche le gomme 😞

**rossana** Lunedì, 30 Marzo 2015 08:31

Ho finito il pezzone e parto che ho un bel pò di commissioni e burocrazia da sbrigare.  
Buona giornata a tutte

**rossana** Lunedì, 30 Marzo 2015 08:30

Sono ancora qua.

E comunque trovare una cosa che sia davvero italiana o soprattutto di qualità ormai è impossibile a qualsiasi prezzo.

Io ho sempre comprato calze di cotone caldo da portare in casa in un laboratorio storico vicino ai miei che produce e vende anche al pubblico.

Le ultime non sono per niente morbide e udite udite macchiano anch'esse i piedi di nero.

Secondo me le precedenti prese tanti anni fa le avevo anche pagate di più di 2,50 euro a paio che sono poche ma mi sono durate un decennio.

E passando a marche note mi ritrovo sempre dalla fisioterapista con le unghie nere.....quindi di cosa stiamo parlando?

Mah

**rossana** Lunedì, 30 Marzo 2015 08:26

Buongiorno a tutti,

FEFFE anche Alberto ha detto che hai fatto la differenza, e che differenza...bene bene.

PIERA riguardo ai negozianti quel che dici purtroppo non fa una piega.

Stamattina vado anche a salutare una coppia di signori che da una vita ha un negozio di abbigliamento con le figlie e domani chiudono.

Ora non ce la fanno più e non è difficile capirlo e crederlo ma negli anni 80 e 90 credo davvero che abbiano fatto ottimi affari.

Mi dispiace comunque tanto perché anche in quella zona dalle parti di casa dei miei hanno chiuso

varie realtà: Blockbuster da un tot, una pizzeria 😞, ora loro che hanno un negozione di 4 vetrine. Temo sempre che il quartiere si "guasti" oltre a dispiacermi per il lavoro che la gente perde ovviamente.

In centro dove mio fratello piccolo ha la pasticceria da 30 anni col cavolo che gli riducono l'affitto, il quale affitto è alle stelle.

E mica pensano che se vengono via loro anche quella porzione di Reggio va alla deriva perché le persone lì ci vanno per quello.

L'avidità acceca e impedisce la lungimiranza. E la pagheremo tutti cara perché se mio fratello non ce la farà vanno a casa ben 12 persone che in buona parte hanno famiglia o sono ragazzi.

E' anche vero che lo stato mica aiuta i proprietari anzi....e qui chiudo il pezzone ....che è meglio!

**feffe81** Lunedì, 30 Marzo 2015 07:18

Buongiorno a tutti!

ANNUCCIA e PIERA è vero, solo che trovare un altro è più che altro una questione di fortuna! Nel frattempo mica sto in casa eh, ieri alla fine ho ripreso la bici e sono andata in centro per un gelato e ho incontrato degli amici, poi ho fatto la cena con gli ex colleghi.

GIUSEPPINA 😊 contenta del podio? Stiamo lavorando bene eh 😊

**paula1** Domenica, 29 Marzo 2015 21:30

Buona sera a tutti...che bello c'è stata luce fino alle 19.30 😊 a me l'ora legale non dà nessun fastidio...non riesco a capire quelli che si sconvolgono...si dorme un'ora in meno, ma se uno vuole la recupera...oppure sono io che non ci capisco 😊 ...poi tutti gli anni mi viene da ridere pensando alla collega di mio fratello che diceva ..."che brutto questo orario si dorme un'ora in meno fino a ottobre..." 😊 😊 😊 😊

vabbè domani inizia la settimana di passione non solo per la pasqua...ci si accapiglierà tra chi vuole fare o non fare le ferie...io ho detto che tutta la settimana lavoro poi si vedrà...tanto è sicuro che perdo le 4 notti dopo la festa... 😊

vado a riposare..domani sveglia all'alba...Buona notte a tutti...

**giuseppina** Domenica, 29 Marzo 2015 20:38

Butta via il pandoro pieno di conservanti e magiari le colombiane di tua mamma 😊

**giuseppina** Domenica, 29 Marzo 2015 20:33

feffe lo sapevo che facevi miracoli con le gomme 😊

**Piera** Domenica, 29 Marzo 2015 19:26

feffe spero che stasera tu sia un po' meno triste, non lasciarti se puoi, travolgere dalla nostalgia di "quel che poteva essere", perche' non poteva essere nient'altro, altrimenti lo sarebbe stato, credo anch'io come Annuccia che chiedo scaccia chiedo 😊

**Piera** Domenica, 29 Marzo 2015 19:15

Annuccia fai bene a non mettere "bocca" !!! non lo faccio nemmeno io sono decisioni dei genitori 😊

**Annuccia** Domenica, 29 Marzo 2015 19:01

Buona domenica a tutti, anche se quasi al termine.

leri sera mal di pancia talmente forte da dover prendere un antidolorifico, non sentivo nemmeno più le gambe..... oggi niente flusso e quindi non so se è finita qui o se era una avvisaglia. ROSSANA, vorrei tanto essere dei vostri tanto mi sembra che ormai non ho benefici ma solo fastidi, anche abbastanza onerosi. Per quanto riguarda gli acquisti a me, ormai, piace molto fare affari, non posso mica essere sempre buona ..... grande soddisfazione, quindi, nell'aver trovato il vestitino a 15 euro. PIERA, io non metto bocca sul discorso "battesimo", ma loro ancora non sono dell'idea.

FEFFE, la ferita non è chiusa, lo sarà quando avrai trovato un'altra anima gemella e spero che accada presto. 😊 (scusami se mi sono espressa con la chiarezza che forse a volte è troppa)

**mamma\_lara** Domenica, 29 Marzo 2015 18:46

Buona sera a tutti. E' tutto oggi che do una mano a Gabriele per sistemare un po' di cose. Ora ho il resto

**mariagrazia** Domenica, 29 Marzo 2015 15:04

Buona domenica delle palme a tutti!

**nico26** Domenica, 29 Marzo 2015 13:09

Paula...se vuoi poi ti giro la foto se vuoi!sono nomi che non ho mai sentito e stranissimi.Domani sento il Cup perche io sono nella ! fascia 😊 😊 .Ora vado un po in acqua da sola!!! 😊

**feffe81** Domenica, 29 Marzo 2015 12:43

Buona domenica delle Palme a tutti!

ROSSANA è vero, per fortuna mi sono limitata a piangere e tenermi la tristezza. Il meteo e i colori dei fiori aiutano 😊

La testa non va tanto bene 😞 CRI cavoli che bravi che siete a imbiancare!

Ho fatto un salto da mia mamma che mi ha dato le pizze di Pasqua che a preparato 😊

**Piera** Domenica, 29 Marzo 2015 12:16

Rossana hai ragione per i poveri negozianti di adesso, pero' ricordo un amico dei miei genitori che aveva un negozio a Bologna molto rinomato, e ai tempi d'oro confessava spudoratamente di ricaricare il 200%!!!! non ti dico la bella vita che conduceva la sua famiglia.....ora e' tutto ridimensionato e qui da noi ci sono tanti negozi sfitti proprio perche' nessuno pensa che non si puo' guadagnare come una volta!!!! e anche vero che il discorso economico e' tanto complesso e che la qualita' va compresa e premiata, nel mio piccolo cerco di comperare sempre in negozi "italiani" ma poi scopro che tutto e' fatto all'estero e cosi' ora faccio solo il mio interesse (che e' spendere il meno possibile in cose che mi piacciono 😊 )

**cri69** Domenica, 29 Marzo 2015 11:25

Buongiorno, buona domenica....un pò rinco.

PAULA io ho fatto anche gli esami del sangue per la tiroide....E se non sapete cosa fare oggi, passate di qui....dobbiamo imbiancare 😞

**paula1** Domenica, 29 Marzo 2015 11:08

Buon giorno a tutti...qui sole...e vediamo cosa fare oggi...

ROSSANA si' cerco i essere "clemente", ma è difficile perchè non vedo mai il fondo di questo tunnel..anche se sto cercando di porvi rimedio...., però devo dire che se quello che far stare meglio è lontano o si è allontanato diventa una bella gara dura... 😞

NICO sei sei in fascia reddito "RE1" allora paghi solo i 36 euro altrimenti credo che la quota sia maggiore.....ma che esami fai per reuma/fibr...io continuo con questi dolori ma non so cosa fare...la reumatologa non ci ha capito granchè...ora devo fare l'eco alla tiroide...a luglio 😞

**rossana** Domenica, 29 Marzo 2015 10:29

Scappo, porto il papà in pasti.

A dopo

**rossana** Domenica, 29 Marzo 2015 10:28

ANNUCCIA tu di venire dalla nostra parte mica ne vuoi sapere eh.....

eterna Ragazza 😊

E fai bene

**rossana** Domenica, 29 Marzo 2015 10:27

FEFFE non si dovrebbero fare bilanci in "quei giorni".

Già viene da piangere a prescindere....., la situazione ti ha proprio prestato il fianco.

Spero oggi vada meglio 😊

**rossana** Domenica, 29 Marzo 2015 10:26

PAULA cerca di diventare più "clemente" con te stessa, non è il termine giusto ma non mi viene. Assolviti e, pur continuando a lavorarci, pensa che da qualche parte la nostra rabbia, le frustrazioni, le fatiche devono pur uscire.

Io vedo tante amiche più brave e più equilibrate di me, che magari hanno superato un lutto o una separazione senza un antidepressivo o una benzodiazepina.

Sono forti ma che dire, noi siamo come siamo.

Infine sapere poi dove va a parare la loro rabbia .....chissà, povere anche loro: faranno come possono.

**rossana** Domenica, 29 Marzo 2015 10:22

Buongiorno a tutti,

PIERA, ANNUCCIA siete vere donne di affari!

Sentendo queste cose mi viene solo un pò di tristezza per il destino inevitabile di tanti tanti negozi, soprattutto in centro storico che - chiudendo le nostre attività - rischia una deriva penosa.

E come potrebbe un commerciante qualsiasi far pagare una gonna 20 o 30 euro con l'affitto che paga? A Reggio li conosco un pò gli affitti e hai voglia di vendere.....

Si fanno incontri su incontri in comune per la "Rigenerazione urbana" ma è complicato. Mah



**nico26** Domenica, 29 Marzo 2015 08:27

Buona domenica dal lavoro !!!mi tocca ma va bene.Stamane pero'vi erano 4 gradi ! 😬 .Lara vedrai che con Rayanair trovi a poco dopo Pasqua.  
Giovedì mattina ho le analisi del sangue per controlli reuma +fibrom. e sapete il ticket??? 140€-  
Domani voglio sentire perche' forse vi e' un errore!!! 😬 .  
Buona giornata a tutte/i.ed un grande abbraccio a Giuseppe,Margaret e tutti gli altri nei nostri cuori.

**paula1** Sabato, 28 Marzo 2015 22:32

🙄 scrivere "una fetta di panettone" è stato un eufemismo 😬 praticamente non ho usato il coltello e ho strappato con le mani l'interno del panettone.....vabbè....non sto andando dalla dottoressa per caso.....oggi girava così...

Fausto stasera è uscito con l'amico suo collega 😬 ha fatto un po' di storie perchè io rimanevo a casa, ma l'alternativa era passare la sera con la giovane Alice e il marmocchio (loro andavano a Bologna) e io proprio non ne avevo voglia.....

comunque alla fine l'emicrania è arrivata...secondo me è stato il caldo di oggi...non siamo ancora abituati...ho preso 2 Oki e adesso sto meglio.....mi è anche servito per i dolori ai muscoli che si sono

attenuati...ora vado a guardare la tv o a nanna... 😬  
stanotte cambia l'orario...evviva io adoro l'ora legale !!

**feffe81** Sabato, 28 Marzo 2015 21:56

PAULA allora non sono l'unica...ho ancora un pandoro 😬

**feffe81** Sabato, 28 Marzo 2015 20:23

mi si è avviato il ciclo (ANNUCCIA ti faccio compagnia) e la testa minaccia tempesta. Ho sentito il mio ex...e sono qua che piango, fa ancora tanto male 😬 mi vengono anche i ripensamenti in questi momenti

**vitalba** Sabato, 28 Marzo 2015 19:52

Piera, scusa potresti scrivermi la tua dieta? a me pareva fosse come la mia ricca di proteine e grassi e povera di carboidrati e zuccheri

**Piera** Sabato, 28 Marzo 2015 19:35

Annuccia,anche qui qualche parrocchia la fa fare a nove anni è una scelta del parroco le mie bimbe infatti avevano quell'età, personalmente mi piace di più che siano piccoli

**Annuccia** Sabato, 28 Marzo 2015 18:37

Mestruazioni in arrivo e anche puntuali!!!! 🙄

PIERA, Alessia la farà l'anno prossimo la comunione, qui a Roma si fa un anno più tardi.  
Anche io stamattina ho trovato un banco con tutti vestitini di Twin Set , con la modica cifra di 15 euro ne ho preso uno molto carino; certo a scatola chiusa senza poterlo provare, per fortuna arrivata a casa l'ho provato ed andava bene. 😬

**paula1** Sabato, 28 Marzo 2015 16:58

Buon pomeriggio a tutti...PIERA...ti invidio..anzi verrei a Napoli con te...sarebbe il mio sogno..., però oggi, sondando il terreno, ho capito che Fausto non ha intenzione di andare da nessuna parte per Pasqua... 😬

oggi comunque è primavera 😬 si sta bene fuori...siamo andati a Budrio dov al vivaio doveva esserci una giornata dedicata alle piante officinali (volevo comprare una salvia decente e la stevia) ma come solito siamo arrivati che era già chiuso.....

allora siamo andati a fare una passeggiata su dalle mie parti, sul contrafforte pliocenico, e mi sono "rubata" dell'altro rosmarino (uno ce l'ho piccolo)..che, se mi fa qualche radice, provo a piantare....

ora ho un po' la testa pesante e dopo essermi mangiata una fetta di panettone 😬 vado a

stendermi... 😬

**Piera** Sabato, 28 Marzo 2015 15:36

Lara , forse dopo pasqua i biglietto per andare da Ettore costera' anche meno.....e la stagione in Sicilia sara' bellissima e potrai stare fuori con il tuo nipotino. lo venerdi' prossimo parto per andare a Napoli, Francesco e Irene ci hanno chiesto di andare con loro dai miei consuoceri, cosi' finalmente visitero' Napoli e dintorni, che non ho mai visto in vita mia.....per la serie vedi Napoli e poi muori 😊  
: mi metto avanti ..... 😊

**Piera** Sabato, 28 Marzo 2015 15:31

....il tutto per dire che mi dovro' per forza "comperare" due mise per l'occasione 😊😊

**Piera** Sabato, 28 Marzo 2015 15:29

oggi sto meglio, si vede che il dolore di ieri era solo la gran botta!!!! Paula, la signora poteva essere anche assicurata, ma in quel momento non hai la prontezza di chiedere i "dati", mi terrò pronta per la prossima volta.....brava Rossana hai già fatto il cambio di stagione, anch'io ho cominciato a togliere di mezzo la roba molto pesante.....domenica ho comperato in un negozio nuovo che hanno aperto qui a Bologna una bella giacchina di Max mara, e' un out-let di Max mara e Marina Rinaldi, con prezzi veramenti buoni, le giacche costano tutte 30 euro i pantaloni 20 e le camicie e le maglie 15, tutta robina bella e di qualita'. A maggio ho la comunione di Vittoria e il battesimo di Daniel, il sabato pomeriggio verra' battezzato lui alla messa dei bambini con tutti i compagni della Vittoria e la domenica mattina seguente lei fara' la prima comunione, cosi' facciamo una festa unica e i nonni "di giu" come li chiama Vittoria, vengono su' una volta sola 😊

**feffe81** Sabato, 28 Marzo 2015 15:05

ROSSANA ecco cosa mi stava sfuggendo! il cambio di stagione! brava sei troppo avanti

**feffe81** Sabato, 28 Marzo 2015 14:59

ANNUCCIA mi immagino i rotolini di Lupo 😊

Qui è una giornata bellissima, piena di sole e di colori primaverili 😊 tra un po' esco ad onorarla con un gelato 😊

PIERA come vanno i postumi della carrellata? che roba, a me danno troppo fastidio le persone che vengono addosso e non stanno attente agli altri

**rossana** Sabato, 28 Marzo 2015 14:58

Buongiorno a tutti,

stamattina complice il sole e il caldo e il fatto che sono a casa da sola ho messo mano all'armadio, ai cassetti per il cambio di stagione. 😊

E un pò di repulisti che non guasta mai....

Adesso mi devo riposare un pò perchè sono un pò stanchina ma sono soddisfatta: certe cose fatte da me sono una soddisfazione unica 😊

E comunque dolorante lo ero già da alzata quindi mi son detta che più di tanto.....

A dopo

**feffe81** Sabato, 28 Marzo 2015 14:51

buongiorno a tutti! sono un po' stanchina e ho un pochino mdt, ho dovuto lavorare per l'università oggi, ho ancora delle pubblicazioni in sospenso!

Sì MAMMALARA, prospettive diverse aprono mondi diversi, quanto è vero.

leri mi sono resa conto che in realtà il mio lavoro precedente non mi manca per niente, anzi mi sembra una liberazione il non doverlo più fare. Il lavoro nuovo è pesante per la solita questione degli orari, ma mi sembra che mentalmente sia molto più semplice e quindi sono meno frustrata e ho più autostima 😊

**nico26** Sabato, 28 Marzo 2015 14:25

Lara anche io 😊

Annuccia io lo mangerei di baCl .Dio che meraviglia !!!

Vado .....!Un abbraccio

**mamma\_lara** Sabato, 28 Marzo 2015 14:08

Prospettiva, altra parola che mi devo segnare

**mamma\_lara** Sabato, 28 Marzo 2015 14:07

Oggi sto lavando l'impossibile 😄😄😄

Anche a mano 😞

**mamma\_lara** Sabato, 28 Marzo 2015 14:06

Cri, mi sono messa a dare un valore diverso da quello che ha del tenere d'acconto il tempo l'immaginario collettivo. Diciamo che se faccio quello che mi piace anche se non è utile alla comunità è utile a me e questo tempo lo considero spero per una cosa di primissima necessità e di qualità 😊

Va mo la che mi devo anche staccare da certi modi di vedere.

Proprio nel viaggio di questa mattina vedendo le montagne di Verona e al ritorno l'appennino ho pensato che è tutta questione di prospettiva. E tante volte mi dico che mi basta allontanarmi per riuscire a vedere bene anche le cose immense che da vicino sono nascoste da altre che ti sembrano più grandi.

Da lontano le cose si vedono meglio 😊😊

**mamma\_lara** Sabato, 28 Marzo 2015 13:59

Annuccia, dimmi mo come si fa a resistere a non riempire di baci un bimbo che fa fatica a stare seduto perchè la ciccia glielo impedisce. Se penso a Emma devo dire che me la sono spupazzata per bene. Mi è mancato Ettore, ma mica posso avere tutto.

Zeno e Tonia hanno da fare in questo periodo e ho pensato che andrò a romperli un po' più avanti. Porterò pazienza.

**mamma\_lara** Sabato, 28 Marzo 2015 13:56

Buongiorno a tutti.

Sono tornata che dopo un po' avevo già tutto in tavola 😊

Gabriele unico. 😊😊

**Annuccia** Sabato, 28 Marzo 2015 11:57

Le sue "ciccie" non glielo hanno permesso prima. 😊

**Annuccia** Sabato, 28 Marzo 2015 11:57

Buon sabato a tutti!

PIERA, mi dispiace per l'incidente, l'ignoranza della gente è inaudita.

Anche qui a Roma sole splendente. Il nostro Lupo domani compie 7 mesi ed oggi ha imparato a stare seduto. 😊

**Gri** Sabato, 28 Marzo 2015 10:28

Buongiorno, anche qui sole splendente! 😎 Buon weekend

**cri69** Sabato, 28 Marzo 2015 08:27

Buongiorno gente, anche qui splendido sole. Oggi mi devo proprio dare una mossa e non fare la scansafatiche come ieri 😊

**nico26** Sabato, 28 Marzo 2015 08:03

Buon sabato a tutte/i sotto il sole !!!

**paula1** Sabato, 28 Marzo 2015 07:48

Buon giorno a tutti...qui sole finalmente ! 😎

PIERA ieri ho chiesto i preventivi per la mia polizza casa multirischi (obbligatoria 😞 ) anche se abbiamo quella del condominio...e la signora della'agenzia mi ha detto che la R.C. copre anche se prendi contro a qualcuno al supermercato 😊 mi ha fatto proprio questo esempio e quello tipico del vaso di fiori giù dal balcone... 😊

**Piera** Venerdì, 27 Marzo 2015 20:49

Vitalba ben tornata!! non non abbiamo fatto e non facciamo una dieta iperproteica , la nostra e' normoproteica per fortuna !!! 😊

**mamma\_lara** Venerdì, 27 Marzo 2015 20:27

Buona notte e sogni bellissimi per tutti. State bene se potete

**mamma\_lara** Venerdì, 27 Marzo 2015 20:26

Vado a letto, voglio fare la meditazione lunga e stare un po' al caldo.

**mamma\_lara** Venerdì, 27 Marzo 2015 20:25

Rossana, spero tu trovi un posticino come l'anno scorso. Con un po' più di "mossa" però. 😊

**mamma\_lara** Venerdì, 27 Marzo 2015 20:24

Feffe, mi piace troppo quello che ti ha detto il tuo maestro. 😊

**mamma\_lara** Venerdì, 27 Marzo 2015 20:23

Vitalba, è un piacere rileggerti 😊

**mamma\_lara** Venerdì, 27 Marzo 2015 20:22

Piera, va mo la che anche questa è bella, scusi un corno. Mi spiace cara, ma anche questa ti va a capitare.

Sai che anche a me viene la tosse quando ho dolore da qualche parte.

**mamma\_lara** Venerdì, 27 Marzo 2015 20:20

Mariparis, da sempre mi è servito vedere il lato positivo delle situazioni. Anche ora che ho mille acciacchi e sono da rottamare, mi viene da gioire solo nel leggere quanta fatica fanno le ragazze che lavorano e anche i bimbi ammalati. Mi riporta indietro begli anni e so bene quanta fatica abbia fatto.

Tu poi fai come puoi, tanto diversamente si fa fatica a fare.

**vitalba** Venerdì, 27 Marzo 2015 20:11

torno a scrivere dopo mesi di assenza,leggo che fate la dieta ;circa 6 anni fa ,quando mi sono rivolta al centro cefalee ,la mia dottoressa che è sempre all'avanguardia mi diede una dieta iperproteica, simile alla vostra,per farmi scendere l'insulina..io feci la dieta per 4 anni e persi 15 chili ,l'insulina si abbassò e il mdt si ridusse un pochino.

purtroppo i miei reni si sono affaticati e adesso ho dovuto abbandonare quella dieta e ho ripreso qualche chilo e il mal di testa

**rossana** Venerdì, 27 Marzo 2015 20:05

Aiuto PIERA che brutta cosa!

Spero non ti lasci strascichi pesanti.....povera me a quante cose bisogna stare attenti!

**feffe81** Venerdì, 27 Marzo 2015 19:29

Ciao a tutti! Sono riuscita a fare solo 8 ore al lavoro oggi! 😊

MONICA che storia triste 😞

MARIPARIS se hai voglia di scrivermi in privato fatti dare la mia mail da LARA. Per il lamentarsi secondo me è bene "darsi una regolata" ma solo perché spesso quando mi lamento di fatto continuo a restare impantanata nella cosa di cui mi sto lamentando e questo non è di aiuto. Ti riporto una cosa che ci ha detto il maestro a yoga. Quando viviamo una situazione che non ci piace, abbiamo solo 4 alternative: 1) lamentarci della situazione, 2) se è possibile, cambiare la situazione, 3) se non è possibile cambiare, allontanarsi dalla situazione, 4) se non è possibile neanche allontanarsi dalla situazione allora bisogna accettarla totalmente

**Piera** Venerdì, 27 Marzo 2015 19:10

Bene Rossana attendiamo tutti fiduciosi!!! oggi una stordita al supermercato mi e' venuta addosso con il carrello, colpo secco alla schiena un bel scusi e via.....non le sopporto quelle che vanno in giro tirandosi dietro il carrello come se fosse un cagnolino al guinzaglio, un appendice della mano e basta, hanno invece una COSA con quattro ruote bella pesante che andrebbe "guidata" come si deve spingendola in avanti.....così ora ho un male terribile da togliere il fiato e come sempre quando ho dolore mi e' venuta anche una tosse stizzosa

**Annuccia** Venerdì, 27 Marzo 2015 18:24

ROSSANA, sono fiduciosa con te. 😊

**rossana** Venerdì, 27 Marzo 2015 17:34

Qui c'è un ventaccio orrendo.....e dico orrendo perché secondo me quando c'è vento sto anche peggio del solito. Ma quanta pazienza ci vuole?

Troppa, troppa e ancora troppa 😞

**rossana** Venerdì, 27 Marzo 2015 17:33

Ciao a tutti,

Margherita è a casa.

Ora deve fare una convalescenza rigorosa di una settimana poi controllo poi si saprà com'è andata. Ma noi restiamo fiduciosi.

Grazie a tutte, troppo carine 😊

**mamma\_lara** Venerdì, 27 Marzo 2015 16:33

Oggi ne ho un bel po' da fare. 😊

**mamma\_lara** Venerdì, 27 Marzo 2015 16:30

Mariagrazia, la colpa se piove a Ferrara è di Gabriele, ha lavato l'auto

**mariagrazia** Venerdì, 27 Marzo 2015 16:06

buon pomeriggio a tutti. piove... ma è colpa mia, ho avuto l'ardire di lavare i vetri stamattina...

**nico26** Venerdì, 27 Marzo 2015 13:42

Buon pomeriggio a tutte/i dal lavoro !!!!

**Annuccia** Venerdì, 27 Marzo 2015 13:25

Cara MARIPARIS, cerca di trovare il giusto mezzo tra le due opzioni che scrivi. Credo che sia sbagliato lamentarsi sempre tanto quanto il fingere mettendo una maschera. Penso che tu abbia troppo tempo per "rimuginare" su tutto! non me ne volere, forse sbaglio.

**mariparis** Venerdì, 27 Marzo 2015 13:02

Buongiorno a tutti.

mamma mia Monica, che storia triste...spero che la signora non abbia sofferto. E cosa dire del cane? C'è tanto da imparare dagli animali.

purtroppo mi sento un po' giù...tante discussioni a casa in questi giorni...

sono molto combattuta...da un lato non mi va di essere sempre lamentosa e troppo esigente con il mio compagno. Da un altro punto di vista non mi sento di reprimere i miei sentimenti negativi, mettere una maschera e recitare una parte finta.

forse ha ragione Feffe...ho anch'io un ideale in testa ed una precisa idea di come dovrebbero andare le cose, e continuo a fare paragoni tra questo ideale e la realtà incrementando in tal modo la mia insofferenza.

che si fa in questi casi?

boh...ho quarant'anni ed ancora troppo da imparare

**paula1** Venerdì, 27 Marzo 2015 12:44

MONICA anche io penso che il cane abbia voluto morire con lei...qui a Bologna è successa la stessa cosa ad un ragazzo, ma il cane l'ha sbranato !! 😞 e parecchi pezzi li ha mangiati...quello non voleva morire... 😞

comunque è sempre triste sentire delle persone che se ne vanno da sole..., però non è stata di peso per nessuno 😊

**Annuccia** Venerdì, 27 Marzo 2015 12:22

MONICA, sicuramente il cane si è lasciato morire, molto spesso non sono animali ma persone. Poverello, chissà quanto è stato male.

**Piera** Venerdì, 27 Marzo 2015 12:20

monica sono quasi sicura che il cane abbia voluto morire con lei. 😞

**Monica** Venerdì, 27 Marzo 2015 12:09

PIERA la dieta la seguo per perdere il mdt, ma visto che ancora non ho avuto benefici su questo fronte, l'unica spinta è il perdere peso.

Pensavo che forse non ha effetto perchè non ho mdt 30 giorni al mese, ma solo 10/15?

**Monica** Venerdì, 27 Marzo 2015 12:07

MAMMA LARA infatti a me dispiace tanto per lei, perchè era sola, ma almeno non ha sofferto, la morte è stata istantanea. Valerio mi ha detto che aveva un sorriso sulle labbra. Ma il povero cane ha tribolato parecchio, morire di fame. Chissà perchè poi non ha rotto i sacchi di crocchette che erano in cucina e non sia andato a bere nel water (i miei gatti lo fanno spesso). Può darsi che si sia lasciato morire visto che lei non c'era più.

Lei era una oncologa in pensione da anni. Con il padre (anche lui oncologo) avevano un laboratorio dove facevano ricerche.

Ho sempre pensato che avrebbe vissuto fino a 90 anni perché era ancora molto in gamba ed in salute, ed invece..... 😞

**Annuccia** Venerdì, 27 Marzo 2015 11:09

Buongiorno a tutti! mi sono alzata con uno spadone bestiale, ma sono riuscita ugualmente ad accompagnarne Roberto a fare un ecocolordoppler carotideo di controllo, per fortuna tutto ok. Ora Attendo che mi passi, ho preso un Brufen 600 nella speranza che faccia effetto. Meno male è venerdì.

MONICA, mi dispiace tanto per la signora, molto triste la storia.

**Piera** Venerdì, 27 Marzo 2015 11:04

bene Lara si risparmia un bel po' con il barattolone, io ancora non riesco a fare a meno di prendere le mie amate proteine, ho tanta paura che il mdt torni ai livelli di quest'estate, seguo la dieta più vicina alla cheto che posso, senza essere in chetosi, ma sono contenta perché 8 attacchi al mese sono meglio di 16!!! 😊 appena il dottore mi dice che posso ricominciare, ricomincio immediatamente, i sacrifici alimentari non mi pesano se mi tolgono un po' di dolore, e i miei mdt sono molto meno aggressivi di una volta.

**MC\_Manuel** Venerdì, 27 Marzo 2015 10:55

Ci risiamo. Ho un attimo di sconforto perché le crisi sono tornate a farmi paura! Sto avendole un giorno sì e uno no. A volte manca la giornata del "no" e continua per più giorni. È bizzarro come si alternino una volta crisi a destra una volta a sinistra. La mia testa sembra un flipper.

E io non ho più voglia di giocare 🤡

**cri69** Venerdì, 27 Marzo 2015 10:50

Maremma che angoscia stamattina, già non riesco a far nulla, piove e mi scoccia fare le pulizie, la connessione va quando gli tira, ho male ovunque....che tre 😞.

MONICA come mi dispiace, non ci sono parole. Sono però sicura che se rimane qualcosa da spartire i parenti si fanno vivi, che tristezza 😞. Meglio non aver nulla....

**mamma\_lara** Venerdì, 27 Marzo 2015 10:46

Piera, prenotato e arriveranno la prossima settimana.

**mamma\_lara** Venerdì, 27 Marzo 2015 10:45

Monica, ma quanta tristezza.

Poveri tutti e due. Sai che ho pensato a come si poteva fare a salvare almeno il cane e non mi è venuto in mente nulla.

Se la casa era isolata se anche ha abbaiato chi poteva sentirlo povera bestiolina 😞

Ogni tanto leggo che l'allarme lo dà l'abbaiare del cane, ma in questo caso non è servito, perchè di certo avrà abbaiato 😞

**Piera** Venerdì, 27 Marzo 2015 10:43

monica se la fai per perdere peso la nostra chetogenica non è la dieta giusta.....esiste una cheto solo dimagrante

**mamma\_lara** Venerdì, 27 Marzo 2015 10:38



Buongiorno a tutti. Torno ora dal centro commerciale. Avevo necessità di biancheria intima, ne ho di nuova mai usata che mi va bene, ma devo avere la scorta, non si sa mai che succeda un cataclisma e tutti i negozi chiudano, come faccio poi 😞😞😞😞

Mamma mia, non c'è speranza di migliorare. 😞😞😞

**Monica** Venerdì, 27 Marzo 2015 10:18

ROSSANA spero che l'operazione sia andata bene, facci sapere come sta

**Monica** Venerdì, 27 Marzo 2015 10:16

Mercoledì sera il vicino di villa di un'amica di famiglia di mio suocero, l'ha chiamato dicendogli che la signora erano almeno quattro giorni che non rispondeva al citofono e non sentiva nemmeno il cane abbaiare. Aveva 79 anni e viveva sola con il cane in questa casa enorme in prov. di Perugia. Quindi ha chiamato i carabinieri e Valerio ed il padre sono partiti per andare a vedere cosa fosse successo. Purtroppo la signora era morta da almeno 10 giorni, infarto fulminante ed il povero cane invece è

morto dopo qualche giorno di stenti 😞

Non riesco a smettere di pensare a questa cosa, questa povera signora morta da sola in casa ed il cane povero, morto così.

Non meritavano di fare questa fine.

Lei non aveva parenti prossimi e con quelli alla lontana erano tantissimi anni che non si parlavano più. L'unico che andava a trovarla circa una volta al mese era mio suocero. Al funerale erano solo Valerio, il padre ed una persona che aveva fatto dei lavori in casa di lei e che ci aveva fatto amicizia.

Questa cosa mi intristisce molto, non meritavano di morire così 😞

**Monica** Venerdì, 27 Marzo 2015 10:10

Buongiorno a tutti. MARIPARIS mi unisco al pensiero di CRIS. Al momento la motivazione maggiore per me è perdere peso visto che il mdt è rimasto invariato.

Comunque il lato positivo del mancato "funzionamento" di questa dieta è che ieri ho mangiato un pezzo di pizza e il mdt non l'ho avuto e nemmeno i sensi i colpa 😊

**paula1** Venerdì, 27 Marzo 2015 09:35

Buon giorno a tutti...anche qui il tempo non è dei migliori.....

**cri69** Venerdì, 27 Marzo 2015 09:00

Buongiorno a tutti,qui sta diluviando....non se ne può più

**Gri** Giovedì, 26 Marzo 2015 21:42

Anche i miei pensieri per Margherita continuano ROSSANA!

Oggi il piccolo è poi stato bene tutto il giorno e senza febbre. Erano proprio solo i dentini. Domani lo portiamo al nido. Oggi ho contato quanti giorni di nido (quindi senza contare i sabati e le domeniche)

ha saltato Xavier causa malattia da gennaio a oggi.....34 😞😞

MAMMA LARA, si, sarebbe comodo un part time, mi andrebbe benissimo anche solo un'ora in meno al giorno. Va beh, non lamentiamoci, e rimbocchiamoci le maniche.

Buona notte

**feffe81** Giovedì, 26 Marzo 2015 20:10

Oggi attacco di emicrania, lo sapevo già dal mattino che sarebbe arrivato, dopo pranzo stavo malino e ho preso tutto quel che avevo. Sono rimasta al lavoro a fare niente, pazienza, poi avevo una riunione alle 17 e poi sono venuta a casa. Finalmente 😊

**Annuccia** Giovedì, 26 Marzo 2015 18:31

Brava ROSSANA, "occupiamoci e non preoccupiamoci"!

**Cris83** Giovedì, 26 Marzo 2015 18:11

ROSS anche se l'operazione è andata continuo a mandarti pensieri positivi!!

MARIPARIS se non ti sentivi più con la dieta hai fatto bene a smettere!

Penso che sia molto difficile seguire un regime alimentare così se non c'è bisogno di dimagrire. Io che devo dimagrire ho un incentivo in più nel provare..

**Cris83** Giovedì, 26 Marzo 2015 17:34

Ciao! Non sono riuscita a leggere tutti i vostri messaggi..  
Vi mando un saluto veloce!  
un abbraccio 😊😊

**rossana** Giovedì, 26 Marzo 2015 16:44

Sto curiosando qualche appartamento per il mare, giusto per tirarmi su 😊😊😊

**rossana** Giovedì, 26 Marzo 2015 16:43

Mia nipote è poi uscita dalla sala operatoria alle 10,30.  
Fino a domattina le dottoresse non si esprimono, poi verrà dimessa e staremo a vedere.  
Grazie a tutte tutte per i vostri pensieri

**Annuccia** Giovedì, 26 Marzo 2015 16:13

VALE, benvenuta nel Forum, scaricati pure..... serve tanto!

**Annuccia** Giovedì, 26 Marzo 2015 16:13

Grazie LARA "limiti", è proprio la parolina ad "hoc"!!!!!! 😊

**valelibera** Giovedì, 26 Marzo 2015 16:00

**buonasera a tutti**

javascript:insertsmilie(😊😊)

Buonasera, sono una nuova arrivata, mi devo ancora rendere conto di cosa vuol dire,.....  
sento di aver bisogno di condividere la sofferenza che ho addosso...dopo quasi 20 gg. di dolori forti  
alla testa...sono ammalata da 40 anni ma in questo momento sono particolarmente fragile e ho paura  
di non farcela piu' a sopportare .....

bene mi sono un po' sfogata, o meglio presentata.  
Buonasera ancora a tutti.

**mamma\_lara** Giovedì, 26 Marzo 2015 15:53

Paula, concentrati su quello che dici ma anche sul fatto che potresti anche strafogarti di lavoro e ci sarà chi pensa che ancora non basta.

Se hai la coscienza tranquilla non preoccuparti e se ogni tanto "sbagli" perdonati subito, perchè se non lo fai tu non lo fa nessuno. Oppure di che hai bisogno e essere perdonata e ti perdoniamo noi.  
Noi siamo le regine per colpevolizzarci, pensa che ancora penso a quando a momenti mi sbaglio a dare le gocce per orecchie invece del collirio negli occhi di mio figlio. Non l'ho mai dimenticato e ancora adesso prima di usare una medicina leggo e rileggo non so quante volte

**mamma\_lara** Giovedì, 26 Marzo 2015 15:46

Annuccia, io ho smesso di pormi tutte le domande che sono tentata di pensare. Hai presente le parole su cui dobbiamo lavorare quest'anno? Una di queste è "limiti". Ecco, se non faccio attenzione mi accorgo che non ho proprio limiti e tutti (o quasi) nocivi.

Purtroppo tante sono le donne che devono sottoporsi ad interventi al seno. Serve la prevenzione.  
Chissà, io faccio la mammografia ogni volta che mi chiamano e spero riescano a vedere bene se tutto è ok.

Certo che sarai esausta. 😊

**mamma\_lara** Giovedì, 26 Marzo 2015 15:40

Gri, ormai ti o aggiunto all'elenco delle ragazze che tornano il pomeriggio tardi dal lavoro. Solo che con dei bimbi piccoli è fatica.

Ma guai vero concedere il tempo parziale a queste 😞😞

**mamma\_lara** Giovedì, 26 Marzo 2015 15:38

E' arrivata una nuova amica.  
Benvenuta valelibera

**mamma\_lara** Giovedì, 26 Marzo 2015 15:37

Rossana, non ho mollato il pensiero per tua nipote, speriamo che le persone che si occupano di lei facciano la differenza, di questi tempi dobbiamo proprio contare su di loro, perchè ci sono tagli che neppure possiamo immaginare.

Per il resto so che tu avrai già messo l'ombrello dove devi e piano piano farai tutto ciò che che devi per sistemare ogni cosa.  
Intanto per il papà vedersi in ordine è già un'ottima cosa.

**Piera** Giovedì, 26 Marzo 2015 14:55

Mariparis, il cibo e l'alimentazione sono una parte importantissima di noi...fanno parte della nostra educazione e non e' facile liberarsi da schemi e pensieri che vivono in noi praticamente da quando siamo nati.le diete non sono facili per nessuno, e per riuscire devono avere sempre motivazioni e convinzioni profonde.....a volte si e' costretti a scegliere il male minore.....e tu hai fatto la tua scelta se stai meglio cosi' e' la scelta giusta 😊

**mariagrazia** Giovedì, 26 Marzo 2015 14:38

Buon pomeriggio amiche care. Oggi da me c'è il sole e si sta proprio bene.  
Paula anche io penso che persone come te sul lavoro ce ne siano poche.  
Gri mi spiace x il piccoletto.  
Rossana in bocca al lupo per tua nipote. Tengo le dita incrociate.  
Mariparis ognuno di noi fa come può e se tu ti senti meglio non seguendo la dieta/profilassi va bene così. Spero tu possa almeno essere più tranquilla

**paula1** Giovedì, 26 Marzo 2015 13:43

Buon pomeriggio...anche qui ha ripreso a piovere...la strada di fondovalle (che io però non faccio mai) è chiusa per frane...sono salita in paese a prendere la crema Artrosilene perchè il ginocchio ammaccato mi fa male alla sera e lo devo ancora tenere fasciato per stare meglio...  
grazie per le vostre parole...cercherò di concentrarmi di più sul fatto che ho la coscienza tranquilla per quello che faccio... poi se a qualcuno non va bene pazienza..... 😎

**Maya** Giovedì, 26 Marzo 2015 13:32

Ross tanti pensieri positivi.

**nico26** Giovedì, 26 Marzo 2015 13:07

Eccomi qui dopo aver passato qualcosa tipo virus con crampi assurdi alla pancia per ore...!Anche altre mamme e bimbi l'hanno passata.  
Forse sta uscendo il sole!!!Evviva!!!!

**Annuccia** Giovedì, 26 Marzo 2015 12:50

Stamani arrivo in palestra e una mia vecchia amica mi dice "sai ieri ti ho pensata! mia nipote, 42 anni, è andata a farsi un controllo e si deve operare al seno!"..... fatta ginnastica, vado a fare la spesa, peraltro in un nuovo supermercato che inaugurava oggi, incontro una vecchia "mamma di pallanuotista, compagno dei miei" e appena mi vede mi dice "sai sono stata operata al seno" e mi racconta tutta la vicenda nei minimi dettagli.  
Ora sono un po' esausta.  
Mi vado a preparare per andare al lavoro.

**rossana** Giovedì, 26 Marzo 2015 12:08

Ci siamo anche ripromessi, finché noi persone ce la caviamo, di brindare comunque in barba a case e auto da rifare 😊  
ci vorrebbe il braccino che l ombrello lo porta lì ma non c'è

**rossana** Giovedì, 26 Marzo 2015 12:05

e stavolta dice che verrà via di lì con o senza compagna che è contraria.

**rossana** Giovedì, 26 Marzo 2015 12:03

Grazie amiche care.  
Sono dal parrucchiere col papà e per il papà che si sentiva troppo in disordine. Buon segno  
Ho segnalato l avaria della poltrona e vedremo i tempi.  
Mio fratello maggiore che abita nella bassa modenese ha l acqua in casa

**giuseppina** Giovedì, 26 Marzo 2015 11:34

ROSSANA che momentaccio per te 😊 speriamo che almeno l'operazione vada come deve andare

**Annuccia** Giovedì, 26 Marzo 2015 11:33

Buongiorno a tutti!

ROSSANA, spero che presto arrivi un barlume di sereno. Incrocio le dita per Margherita!

PAULA, anche per me, e l'ho detto altre volte, tu sei una persona lodevole e stai certa che l'hanno capito tutti in quel tuo contesto lavorativo.

GRI, coraggio!

MARIAPARIS, grazie per il pensiero di ieri.

Quanto all'amore, chissà ..... nessuno ha la vita facile . 😊 a volte mi pongo tante di quelle domande che mi rendo conto da sola che sono veramente troppe. Il cervello dei cefalalgici.....

**Gri** Giovedì, 26 Marzo 2015 11:10

Buongiorno! ROSS, un grosso in bocca al lupo a Margherita, dacci notizie.

Qua invece è finalmente uscito il sole! 😎 Xavier è a casa con mia suocera....febbre.... Non dico altro.

**cri69** Giovedì, 26 Marzo 2015 09:59

LARA sembra che anche qui si sia fermata...Capisco le difficoltà che hai,anche perchè quando in città vengono due gocce,la gente è in delirio,caos enorme.Per avere Emma con te ,immagino la gioia,ci si deve aiutare come si può.Anch'io oggi ho la mia bimba 😄😄 e mi fermo altrimenti rompo troppo..... 😊

ROSSANA povera ragazza ma quanto deve soffrire...tanti pensieri per lei e per voi.Abracci

**rossana** Giovedì, 26 Marzo 2015 09:47

Buongiorno a tutti,

mia nipote Margherita ieri non ha potuto essere operata proprio come successe a Torino due mesi fa.

Questo la dice lunga sulla situazione della sanità....., poche risorse e perenne emergenza.

E' entrata in sala operatoria alle 9 stamattina, speriamo bene.

Ora vado dai miei perchè la carrozzina della mamma si è di nuovo rotta benchè sia nuova.

Ho già chiesto all'ufficio ausili la sostituzione quanto prima perchè lei deve stare allettata finchè non ha quella.

E il papà mi crolla.....

Avanti pure, ho un pò il magone ma passerà.

**mamma\_lara** Giovedì, 26 Marzo 2015 09:39

Cri, ora sembra che da me non piova. Mi va bene, perchè prendere Emma con la pioggia è sempre un po' complicato.

Emma è sempre da me perchè l'altra nonna ora non riesce a tenerla.

E' un immenso piacere avere Emma con me ogni giorno, anche se vorrei che il motivo fosse diverso.



**mamma\_lara** Giovedì, 26 Marzo 2015 09:35

Maya, tu sai bene come fare per passare la giornata anche quando la testa è pensante. 😊

**mamma\_lara** Giovedì, 26 Marzo 2015 09:34

Feffe, ma dove sei finita a lavorare 😊 , fai attenzione ehhhh

Ahhh ecco, eri tu quella degli occhi sulla spalla, sapevo che era una "piccolina" del gruppo.

**mamma\_lara** Giovedì, 26 Marzo 2015 09:28

Paula, non so se ti aiuterebbe fare la str..... .

Io mi sento str..... anche se solo non sono in grado di aiutare o farmi carico di ogni persona con necessità.

Ho fatto una faticaccia per capire come fare a non sentirmi sempre str..... ogni volta che dicevo di no e ho capito che si deve passare dal non fare a te stessa quello che non faresti a qualcun altro.

L'autostima parte dal fatto che per prima cosa ci si deve proteggere dagli spacca..... e si sa che di quelli ne abbiamo sempre tanti attorno. Poi ovviamente passa anche dal fatto che ognuno ha le proprie fatiche da sopportare e alle volte si reagisce come non si vorrebbe. Penso sia anche per questo che alcuni diventano come non vorrebbero, un po' per sopravvivenza.

Poi c'è chi lo è di natura e lì proprio non c'è nulla da fare, qualsiasi mossa è una boccia persa.

Carissima, se i tuoi occhi sono troppo severi, prova a guardarti con i miei occhi e vedrai che spettacolo.

**Piera** Giovedì, 26 Marzo 2015 09:22

tu Paula cresci ogni giorno nel tuo lavoro, cresci quando sei gentile con i tuoi malati, quando scambi una parola di conforto, quando sei amorevole con i bimbi operati, quando sei compassionevole con chi se ne è andato, quando hai rispetto per il dolore degli altri e anche quando ti arrabbi se il reparto non è "tirato" a dovere.....tu sei una GRANDE professionista credi a me 😊

**mamma\_lara** Giovedì, 26 Marzo 2015 09:20

Piera, mi è piaciuto tantissimo il tuo messaggio per Paula. Ma proprio tanto.

**mamma\_lara** Giovedì, 26 Marzo 2015 09:19

Buongiorno a tutti.

**Maya** Giovedì, 26 Marzo 2015 09:06

Buon giorno .....stamattina testa molto pesante.....inizio faccende con calma.buona giornata.

**paula1** Giovedì, 26 Marzo 2015 08:47

PIERA grazie delle tue parole che credo abbiamo un fondo di verità...è vero che mi piacerebbe "crescere" anche in questo lavoro e il fatto che invece questa piccola professionalità non abbia sbocchi è frustrante, inoltre la maggior parte dei colleghi infermieri pensa che siamo solo "galoppini" al servizio di padelle e pappagalli... 😞  
comunque dovrò fare un "lavoro" di ricerca di autostima perchè altrimenti non ce ne esco più...anche la dottoressa martedì, alla fine, per farmi capire meglio come dovrei iniziare a comportarmi mi ha detto (in francese 😊😊😊😊) : "insomma deve iniziare a essere un po' più stro..... " 😊😊😊

**paula1** Giovedì, 26 Marzo 2015 08:41

Buon giorno a tutti...anche qui piove.....ieri ho fatto un affare clamoroso...ho regalato la mia mattina di lavoro alla collega....e oggi sono a casa....così mi faccio un fine settimana lungo...torno al lavoro lunedì mattina... 😊😎 la cosa spiacevole è che chiude il reparto e il direttore vuole tirare la chiusura fin dopo Pasqua...io però la prossima settimana voglio lavorare perchè altrimenti perdo troppe ore...ma se mi mettono in Medicina va poi bene lo stesso.....  
la collega era felicissima di questo cambio e sono sicura, che quando avrò bisogno io, me lo renderà...come era successo quando c'è stato il congresso a Ferrara.. 😊  
ieri ho preso questa decisione anche perchè avrei dormito in ospedale per fare la mia mattina invece Fausto mi è venuto a prendere e poi sono rimasta coi ragazzi alle prove...hanno suonato due ore e mezzo e benchè ci fosse un baccano insopportabile io mi stavo addormentando su una sedia... 😊😊  
ora se smettesse un po' di piovere andrei anche in paese a prendere il pane fresco... 😊

**cri69** Giovedì, 26 Marzo 2015 08:34

Buongiorno a tutti ,qui continua a piovere 😞

**Maya** Giovedì, 26 Marzo 2015 00:42

🙄 notte ..testa male sopportabile.d corso andato bene anche se abbiamo fatto tardi...Feffe sei molto brava e il tuo impegno fuori non è di poco conto...vivi bene questo contesto lavorativo anche richiede molte energie...e. pensiamo a quando mi hai conosciuta !!; 😊😊 ora meglio 😊😊 decisamente mi sento vestita meglio .notte

**feffe81** Mercoledì, 25 Marzo 2015 21:30

MARIPARIS sono contenta per la tregua dal mdt! per la dieta hai fatto bene a fare come ti sentivi, non darti colpe se puoi... Riguardo quello che dici sull'amore volevo dirti che in questi mesi io mi sono resa conto che avevo idealizzato l'amore, il come dovrebbe essere un rapporto di coppia, avevo idealizzato un uomo...e la mia sofferenza viene dal fatto che la realtà è diversa dal modello che ho io in testa. Ci sto lavorando, sto cercando di "mollare", ma è dura e in certi momenti ho molta amarezza e rabbia.

**feffe81** Mercoledì, 25 Marzo 2015 21:29

ciao a tutti, sto cenando, anche oggi ho fatto 11 ore, non so nemmeno io bene come ma sto resistendo, la testa è buona! MAMMALARA infatti non sanno nemmeno bene loro anche perché abbiamo un imprevisto dietro l'altro, stanno facendo dei lavori di demolizione e di continuo tagliano cavi che fanno saltare la luce, oppure entra acqua dal soffitto, ieri addirittura abbiamo avuto un incendio, non mi annoio 😊

MAYA i messaggi mi hanno fatto commuovere di gioia, leggere qui quelle parole sulla tua famiglia che finalmente ha saputo vedere che state bene 😊 Andrea è davvero in gamba, te lo meriti tutto un figlio così 😊 e ripenso a quando ci siamo conosciute 😊

MARIA mi dispiace sentirti così sofferente, i pensieri che dici li conosco un po' e sono pesanti, tanto pesanti...ma anche questi pensieri non possono stare con te sempre, arriva il momento che anche loro riceveranno meno attenzioni da te

GIUSEPPINA 😊😊 mi fai morire investi i polli arrosto 😊😊

MAMMALARA ero io quella che aveva capito di tenere gli occhi sulla spalla 😊😊

Ciao NOVEMBRE99 per i farmaci non ti so essere di aiuto, però spero ti aiutino perché la depressione è davvero una brutta cosa, lo so

**nico26** Mercoledì, 25 Marzo 2015 21:23

Devo. Esser sotto virus....crampi tremendi.....

**Gri** Mercoledì, 25 Marzo 2015 20:58

Buona serata caro forum, io ho mdt da sta mattina alle 10...correlato da un forte mdd (denti)... 😞 Sono talmente stanca che sono venuta a letto col piccolo, li sto allattando e spero si addormenti presto. Queste ultime notti sono state tragiche, Xavier fa il diavoletto la notte e ci tiene svegli gran parte della notte. Io sono sempre più senza forze. Passerà! Buona notte

**Maria9195** Mercoledì, 25 Marzo 2015 20:05

sono arrivata a sera con il mia amichetta appiccicata e non se ne vuole andare 😞😞😞😞😞😞 ... mi lascerà almeno fare una doccia in santa pace?...sono abbastanza sfinita e vorrei dormire senza lei accanto....ma non so come sarà la mia notte.... buona serata.

**Annuccia** Mercoledì, 25 Marzo 2015 18:41

Grazie PIERA!

un abbraccio a tutti

**Piera** Mercoledì, 25 Marzo 2015 15:05

Paula , volevo trovare qualche parola consolatoria per te riguardo al lavoro. Io penso che sul lavoro come nella vita sia fondamentale avere una sana autostima di se stessi, se non ci amiamo non possiamo sperare che il mondo esterno sia buono con noi, se tu ad esempio hai un ideale, vorresti perciò essere diversa, pensi che anche gli altri ti vorrebbero diversa, e vedi negli altri la stessa disapprovazione che tu provi nei tuoi confronti. Se si ha un alta autostima si e' piu' preparati a prevenire gli aspetti negativi del lavoro, ad esempio abbiamo meno probabilita' che il comportamento critico o puntiglioso di un superiore o di un collega ci ferisca. E' molto importante per me essere consapevoli del fatto che la stima che abbiamo di noi stessi influenza il nostro comportamento, le relazioni sociali, la nostra efficienza lavorativa e persino la vita affettiva, Non voglio dire che questo sia il tuo caso, ma il fatto che tu sia cosi' severa e critica nei confronti del tuo lavoro, mi fa pensare che in fondo tu abbia delle aspettative che non si possono realizzare e che pertanto ti portano inevitabilmente a una sorta di infelicitá e frustrazione lavorativa.una come te che e' disponibile ,collaborativa, attenta non puo' e non deve sentirsi insoddisfatta.....solo stanca perche' tra il viaggione e tutto il resto hai tutte le ragioni 😊

**mariparis** Mercoledì, 25 Marzo 2015 14:51

Lara grazie con tutto il cuore per tutto quello che mi dici

**mamma\_lara** Mercoledì, 25 Marzo 2015 14:50

Fra un po' vado a prendere Emma

**mamma\_lara** Mercoledì, 25 Marzo 2015 14:49



Annuccia, tanti pensieri per la tua sorellina.

Per i figli è vero, bisogna proprio riuscire a lasciarli andare e alle volte fare anche finta di stare bene ed essere felici.

**Piera** Mercoledì, 25 Marzo 2015 14:48

Annuccia speriamo che tutti quei "AIUTA" ti possa trovarli un pochino in noi!!!! io mi impegno' al massimo per aiutarti 😊 , comincio con bel abbraccio forte forte allegro allegro bene tanto bene



**mamma\_lara** Mercoledì, 25 Marzo 2015 14:47

Piera, anch'io opto per la seconda opzione.

Grazie mille carissima. 😊

**mamma\_lara** Mercoledì, 25 Marzo 2015 14:46

Novembre, ma dai, hai detto una cosa che mi piace troppo, sai che io sono ferrarese di adozione, ma sono nata a Mantova e ci sono rimasta fino a 17 anni.

E io andrei in discoteca a costo di avere le orecchie che scoppiano insieme alla testa, tanto non è che non andarci il MDT non viene. Se avessi le gambe buone andrei anche ora a fare 4 salti. Adoro ballare.

Io ancora non mi scopro, anzi, devo rimanere coperta bene fino a che non ci sono 43 gradi all'ombra

**mariparis** Mercoledì, 25 Marzo 2015 14:46

Piera, che belle parole...grazie. Ora me le appunto.

Annuccia, anche se non ho figli penso di capirti. Ieri al supermercato ho visto una ragazza che non avrà avuto più di venti anni, che aveva in braccio un neonato piccolissimo (forse con qualche settimana di vita).

ho pensato che l'amore per un figlio è forse il bene supremo che un essere umano può provare...anche quando poi diventa adulto.

quindi trovo normalissimo e nobile il dispiacere che provi...

un bacetto

**mamma\_lara** Mercoledì, 25 Marzo 2015 14:42

Mariparis, visto che ci sono confido sempre sulla tua benevolenza.

Sai cara, cercando l'amore che sta scritto nei romanzi, si rischia di perdere l'amore della vita reale e vissuta. L'amore è un fiore che va nutrito e coltivato come un bene prezioso e delicatissimo. Fai molta attenzione e in questo caso ascoltami bene, niente è più prezioso della persona che ti sta vicino. Penso anche che si debba stare sempre con i piedi ben piantati a terra.

Una signora molto saggia che ho conosciuto e che ora non c'è più, mi diceva sempre che lei ha lasciato andare un uomo che amava e che l'amava solo perchè pensava che l'amore fosse un'altra cosa.

Sapessi la tristezza che aveva ed è vissuta fino alla fine con il rimorso vedendo poi quest'uomo felice con una nuova compagna e dei figli. Mi diceva sempre "mi sta bene".

Mi viene in mente una frase in un film di Moretti "Continuiamo così, facciamoci del male".

Sai cara, penso che l'amicizia di alcune di noi sia una cosa veramente forte, se così non fosse, non farebbero km e sacrifici abbastanza importanti per venire a Ferrara ogni volta che organizzo qualcosa.

Sì, penso proprio sia una gran bella cosa quello che stiamo facendo.

Per la dieta mi ripeto, ognuno di noi fa come può.

**rossana** Mercoledì, 25 Marzo 2015 14:36

Buon pomeriggio,

non ho avuto tempo di leggervi ed ora sto facendo la ginna per poi uscire. Visita medica e a seguire té da un'amica e cena lì con lei poi a lezione di buracco in un circolo dove un'altra nostra amica fa da "insegnante".

Ho visto solo il post di ANNUCCIA che è il primo in alto.

Capita anche a me ANNUCCIA di avere i momenti di sconforto in cui la tristezza prevale. Poi passano, di certo l'assenza di tua sorella e la notizia di Andrea in pool con il meteo non aiutano.

Un abbraccio e pensa sempre che basta una piccola cosa per cambiare la direzione dei nostri

pensieri.

Mi auguro che accada al più presto.....

**Annuccia** Mercoledì, 25 Marzo 2015 13:59

Sono a studio e il tempo non aiuta (freddo,acqua , vento) , non aiuta neanche la non presenza di mia sorella che è a casa con 38 di febbre.

Attendo che arrivino gli uomini di studio.

Stamani anche Andrea mi ha prospettato un trasferimento da Roma, e questo , anche se me lo aspettavo, non mi aiuta ad essere contenta.

La solita frase i "figli non sono nostri" non mi aiuta .

In questo messaggio ho scritto troppe volte "aiuta", l'ho notato e vorrei cancellarlo , ma invece premo il tasto "invia messaggio"! non vi preoccupate è un momento così poi mi passa.

**Piera** Mercoledì, 25 Marzo 2015 13:45

Mariparis, deve gioire dei 12 giorni senza mdt.....io faccio sempre così tanto del mdt non guarisco



"possiamo lamentarci perchè i cespugli di rose hanno le spine, o gioire perchè cespugli spinosi hanno le rose" (a.lincoln).

io opto sempre per la seconda opzione 😊

**mariagrazia** Mercoledì, 25 Marzo 2015 13:36

Giuseppina aspetto la tua richiesta di amicizia con piacere!

**mariparis** Mercoledì, 25 Marzo 2015 13:08

Novembre99 anche a me al Mondino hanno diagnosticato una cefalea di origine ansiosa. Io assumo lymbitril. Mi dispiace ma non so nulla dei farmaci di cui hai parlato.

mi dispiace anche per la festa mancata in occasione del tuo compleanno. Mi auguro tu possa recuperare. Purtroppo a moltissime di noi e' capitato di dover rinunciare ad eventi piacevoli causa mdt

**novembre99** Mercoledì, 25 Marzo 2015 13:04

**novembre99**

per MARIPARIS: anche io come te vorrei che noi del forum potessimo conoscerci, sarebbe fantastico.... se qualche evento cefalalgico lo facessero qui nel mio Veneto, finalmente parteciperei....un abbraccio cara amica 😊

**novembre99** Mercoledì, 25 Marzo 2015 13:01

**novembre99**

carissima mamma Lara si certo che festeggerei comunque anche senza andare in quella disco, ma è un posto speciale, ci sono persone di tutte le età e alcuni ragazzi si avvicinano x volerti conoscere, cosa che a Verona, la mia città', sarebbe quasi impossibile xke nella mia città' c'è la sindrome del "sentirsi grandi" e regna l'indifferenza, quindi viva i Mantovani.....sai io vado in disco solo una volta all'anno, ma quella volta me la vorrei ricordare ....concordo con chi ha scritto che il vento è davvero fastidioso oggi...bisogna coprirsi bene anche se è primavera!! mah 😊 baci a Lara 😊

**mariparis** Mercoledì, 25 Marzo 2015 13:00

Lara a costo di dirtelo tutta la vita...le tue parole sono preziose per me.

sai quante volte sogno che l'amicizia con te e anche con tutte le amiche del forum, potesse trovare riscontro anche nella vita, diciamo così "reale" ( ma non so se il termine e' appropriato). Mi piacerebbe vedervi, passare del tempo con voi, guardarvi negli occhi, abbracciarvi. Però e' bello anche scoprirvi a poco a poco tramite i vostri scritti, i vostri racconti.

devo dire che da un certo punto di vista è bello crescere, invecchiare. Si diventa più saggi, più riflessivi, forse più profondi. Ma si perdono certe volte quegli ideali che si avevano da ragazzini, la sensazione di poter controllare tutto ed avere il mondo nelle mani. Quella litigata mi ha portato brutti pensieri...che forse il vero amore con la a maiuscola esiste solo nei romanzi, e che magari il litigio dell'altra volta sia l'inizio di una brutta escalation...

per quanto riguarda la dieta, io penso di aver fatto del mio meglio, ma sentivo che la mia mente ed il mio fisico non la tolleravano.

tvb

**nico26** Mercoledì, 25 Marzo 2015 12:53

Buon pranzo sotto il diluvio e il mal lagola. Vento assurdo!!!!

**mamma\_lara** Mercoledì, 25 Marzo 2015 12:35

Novembre99, anche tu nella lunga lista di chi festeggia i compleanni con il MDT. Mi spiace tanto.

Andrebbe già bene festeggiarlo senza MDT anche senza andare in discoteca, sono sicura che concordi con me.

Un abbraccio carissima

**mamma\_lara** Mercoledì, 25 Marzo 2015 12:33

Novembre99, ognuno di noi ha una reazione diversa ai farmaci, anche perchè probabilmente assume dosi diverse forse in combinazione con farmaci diversi.

Non prendertela se non ti arrivano risposte.

Mi ha fatto piacere leggerti

**mamma\_lara** Mercoledì, 25 Marzo 2015 12:27

Mariparis, attenzione all'attaccamento. Questa parola è magica per me.

Sembra incredibile ma alle volte sembra quasi che siamo attaccate a ciò che ci fa star male, mi riferisco alla litigata.

Per la dieta fai come puoi, questo è sempre da tenere ben in mente.

Poi se pensi di giudicarti per questo fai male ma molto male, quindi mi raccomando rivedi un po' questo pensiero e ti farai del bene.

Sai che penso sia un primo passo verso il sollievo.

Scusami tanto, ma sembra che ti abbia preso di mira 😊 Non è così credimi, è solo che vorrei che tu stessi meno male per le tue scelte.

Però sulla litigata ribadisco che dovresti mollarci un pochino. 😊😊

Ok, vado a quel paese 😊😊

**mamma\_lara** Mercoledì, 25 Marzo 2015 12:20

Annuccia, capire sempre non aiuta gli altri poi a comprenderti quando sarai tu ad avere necessità di essere compresa.

Hai presente il motto aiutati che il ciel ti aiuta penso sia la cosa migliore da fare

**mamma\_lara** Mercoledì, 25 Marzo 2015 12:18

Anch'io per pasqua non ho Zeno, il biglietto costa troppo. 😞

**mamma\_lara** Mercoledì, 25 Marzo 2015 12:18

Annuccia, se hanno chiamato Alessandra al lavoro c'è poco da capire, sarà furiosa anche lei.

Poi sono certa che anche lei sarà nera

**mamma\_lara** Mercoledì, 25 Marzo 2015 12:15

Elisabetta ♥

**mamma\_lara** Mercoledì, 25 Marzo 2015 12:14

Scrivo come una analfabeta e purtroppo non posso dare la colpa al computer 😊😊😊😊

**mamma\_lara** Mercoledì, 25 Marzo 2015 12:12

Cri, se non facevi riferimento all'errore del computer avrei sistemato tutto. 😊😊

Ora rimane così perchè mica posso togliere un messaggio.

Una volta l'ho fatto e chi non aveva visto si chiedevano a cosa si facesse riferimento l'autore del messaggio. 😊😊

**mamma\_lara** Mercoledì, 25 Marzo 2015 12:09

Annuccia, speriamo tu riesca a raccogliere i frutti. Dita incrociate anche per questo.

Sei tosta cara amica.

**cri69** Mercoledì, 25 Marzo 2015 12:08

il pc ha fatto tutto da solo,scusate.

Dicevo che mi dispiace tanto per le ragazze che non trovano un pò di sollievo dalla dieta,speriamo che il tempo aiuti.

**cri69** Mercoledì, 25 Marzo 2015 12:06

Buongiorno a tutti ,in questi gg sono impegnata un pò con il papà x varie visite e stamattina in ospedale per la cataratta,ed un pò perchè nel pomeriggio vado a fare le pulizie dalla mia vicina. MAYA che bello sentire la serenità che emani e capisco quando dici che ci voleva quell'abbraccio.Un gesto così piccolo che assume un'importanza tanto grande.Sono molto felice per voi. Per le ragazze che sono in dieta e non traggono vantaggio è

**cri69** Mercoledì, 25 Marzo 2015 12:06

Buongiorno a tutti ,in questi gg sono impegnata un pò con il papà x varie visite e stamattina in ospedale per la cataratta,ed un pò perchè nel pomeriggio vado a fare le pulizie dalla mia vicina. MAYA che bello sentire la serenità che emani e capisco quando dici che ci voleva quell'abbraccio.Un gesto così piccolo che assume un'importanza tanto grande.Sono molto felice per voi. Per le ragazze che sono in dieta e non traggono vantaggio è

**novembre99** Mercoledì, 25 Marzo 2015 12:03

**novembre99**

sempre Jole...ho compiuto gli anni sabato scorso e non ho potuto festeggiare in 1 splendida discoteca xke avevo troppo mal di testa....ma non mi arrendo, attendo un sabato migliore.....pessimo avere la

testa "trapanata" dal male proprio il giorno del compleanno! 🤢 \_\_\_\_un saluto speciale a Mamma Lara 😊

**novembre99** Mercoledì, 25 Marzo 2015 11:53

**ri-eccomi**

ciao sono Jole, x lungo tempo non ho scritto qui ma oggi lo trovo @@ mi hanno appena diagnosticato "depressione ansiosa", non so ancora se sia associata alla mia cefalea o no.\_So solo che mi tocca iniziare a prendere anche un antidepressivo, e stanotte si sono fatti sentire gli effetti collaterali, senso di vomito e un gran mal di stomaco....ma devo tener duro xke è l'unico modo x venirme fuori da questo malessere 😞, tenere a bada l'ansia e soprattutto reggermi in piedi soprattutto la mattina..da mesi nn riesco a rimanere sveglia durante la giornata ed è saltata fuori la diagnosi scritta poche righe fa....qualcuno x caso ha mai provato il CYMBALTA? invece x prevenzione cefalea uso da 3 anni il Mutabon, me l'ha prescritto la D.ssa Sancez del Mondino di Pavia...fatemi sapere baci a tutte le donne che x il male non sanno "se arriveranno a sera"...smack! 😊

**Annuccia** Mercoledì, 25 Marzo 2015 11:51

MARIPARIS, leggo nel tuo scritto un voler giustificare la sospensione della dieta, ma qui sai bene che "vige" il motto "ognuno fa come può" e tu hai fatto così. Almeno 12 giorni sei stata bene.

**Annuccia** Mercoledì, 25 Marzo 2015 11:48

Comprendo la disperazione (forse la parola è un po' estrema) di MONICA e MARIA, fare la chetogenica, che è un grande sacrificio e non avere risultati è tosta, ma , sempre nella speranza che prima o poi possa funzionare, potrete al limite dire che ci avete provato.

**mariparis** Mercoledì, 25 Marzo 2015 11:47

Buongiorno a tutti. Qui oggi brutto tempo.

vi ho letto in questi giorni ma non mi sentivo di scrivere...pensavo di aver superato il litigio che ho avuto qualche giorno fa, invece non era vero...mi sentivo delusa e tanti brutti pensieri ho avuto per la testa.

sono anche giù perché ieri, mi é venuto un forte mdt. Ma la cosa strana non è questa, e' il fatto che non avevo mdt da 12 giorni, una cosa mai accaduta in vita mia. Mi sentivo in forma e di ottimo umore. Per un attimo ho sperato di essere guarita...

non è stato merito della dieta cheto. Quella l'ho dovuta abbandonare. Durante il mese in cui l'ho seguita, sono stata malissimo come mai in vita mia. Mdt ogni giorno farmaco resistente, non riescivo

a fare due passi perché totalmente priva di energia, psicologicamente mi sentivo in gabbia. Forse perché non avevo nessun chilo da perdere o forse perché sono di un abitudinario da fare paura. Anche il sapere di mangiare determinati cibi mi dà sicurezza e mi rasserena. Mi veniva pesantissimo rinunciare ai legumi e alla frutta. Appena l'ho smessa ho avuto questo "regalo dal cielo" di dodici giorni di benessere totale. ecco, vi ho raccontato un po' di me... vi voglio bene

**Annuccia** Mercoledì, 25 Marzo 2015 11:45

Ieri sera Enrico mi ha annunciato che forse non potranno venire per Pasqua, Alessandra ha avuto la chiamata dal lavoro e se deve rientrare il martedì dopo Pasqua deve organizzarsi con il piccoletto. Andremo a trovarli noi appena possiamo. Non voglio crucciarmi più di tanto e devo capire. A volte mi domando se capire sempre tutti potrà servire agli altri per capire ME.

**Maya** Mercoledì, 25 Marzo 2015 11:41

Mami quanto. È vero quello che hai scritto...Il mdt è un'altra cosa, da gestire e tutte le sera averlo si stanca sempre, sempre...ho peccato di presunzione in alcuni momenti pensando ....se ne andrà!!!! No .,non posso permettergli di farsi strada,ma solo se tengo gli occhi sulla palla.....tutti i giorni .

**Annuccia** Mercoledì, 25 Marzo 2015 11:39

In questo periodo anche io sto "lavorando" assiduamente, spero di raccogliere i frutti e di non rimanere a mani vuote. Che fatica 😞

**Annuccia** Mercoledì, 25 Marzo 2015 11:39

Buongiorno a tutti!

mi unisco al grande appaluso che virtualmente avete fatto a MAYA, tanta strada ha percorso, ma quando si ha la fortuna di trovare "l'intelligenza" tutto si risolve. A volte l'istinto prevale sull'intelligenza ma se "lavoriamo" se ne fa tanta di strada su tutti i fronti. ROSSANA, incrocio le dita per tutto!

**Elisabetta** Mercoledì, 25 Marzo 2015 11:36

Maya, sei forte e buona. Leggerti riscalda sempre il cuore. Il tuo ragazzo certamente ti somiglia. Quante cose si dicono con un abbraccio. Buona giornata, amiche. Elisabetta

**mamma\_lara** Mercoledì, 25 Marzo 2015 11:23

Monica, sei anche tu bella tosta eh.

Fai bene a non mollare perché non si sa mai che non sia ancora prestino per i benefici. La mia cefalea a grappolo è ancora lì che cerca di uscire la bastarda, ma arriva solo il segnale poi rimane lì per 50 minuti e se ne va .

Anche stanotte ho cacciato un urlo e Gabriele si è spaventato, poveraccio ma cosa ne deve sopportare. L'urlo era per il segnale che mi stava arrivando l'attacco, poi però per fortuna non si è sviluppato ed è rimasto sempre uguale per il solito tempo. Ormai vado a letto talmente tranquilla che anche solo il segnale mi spaventa, poi per fortuna capisco che rimane sempre alla solita intensità e mi rilasso. Veramente altra vita.

Spero sia così anche per te e per le altre ragazze.

L'emicrania in 28 giorni ho fatto metà di questi liberi. 😄😄😄

**Monica** Mercoledì, 25 Marzo 2015 11:17

Benvenuta ANNALISA66 😊

PAULA io amo la primavera, anche se oggi piove. Nel mio giardino sono fioriti i giacinti e le fresie e non ti dico che profumo che emanano.

Domenica andiamo in un posto che è chiamato il santuario degli animali. Praticamente sono animali salvati da situazione di maltrattamento o abbandonati e in questo posto vivono tutti liberi. Ci sono oltre ai cani e gatti, pecore, cavalli, agnellini, maialini e io non vedo l'ora di andarci.

Organizzano un pranzo vegano spero di riuscire a mangiare cose low carb

**mamma\_lara** Mercoledì, 25 Marzo 2015 11:13

Giuseppina, 😊😊😊😊 .

Il pollo arrosto non avrà sofferto, il proprietario che l'ha perso si 😊😊😊

**Monica** Mercoledì, 25 Marzo 2015 11:12

Buongiorno a tutti. Anche a Roma piove e sono dovuta venire al lavoro in auto..... 1 ora per 25 km



Santo scooter, penso che non rinuncerò mai a lui!!

MARIA nemmeno io sto traendo tanti benefici da questa dieta, anzi sto anche un pò peggio. Finora a marzo ho preso 12 trip se non conto i due che ho vomitato subito dopo 😞 E tra pochi giorni torna il ciclo 😞

Devo rifare le analisi poi torno dal doc. Ormai seguo la dieta dal 16 febbraio e mi sembra strano non avere ancora alcun beneficio.

Comunque tengo duro, come te 😊

**mamma\_lara** Mercoledì, 25 Marzo 2015 11:10

Paula, il Forum è una famiglia-rifugio per tanti e lo raccomando alle più giovani, quando sarò talmente rinto da non ricordare neppure chi sono, custoditelo e proteggerlo da tutto e da tutti. Qui c'è un pezzo della nostra vita

**mamma\_lara** Mercoledì, 25 Marzo 2015 11:00

E' arrivata una nuova amica. Benvenuta annalisa66

**mamma\_lara** Mercoledì, 25 Marzo 2015 11:00

Maya, è un tesoro averti nella mia vita

**mamma\_lara** Mercoledì, 25 Marzo 2015 10:58

Maya, io rileggo sempre i "Consigli dal Forum" e mi sono sempre di aiuto.

Punto 39 - Dobbiamo sempre ricordare che la percezione del dolore è influenzata da fattori individuali stabili, come il carattere e l'educazione, e contingenti come la preoccupazione, l'ansia o il tono dell'umore di quel momento.

Certo che avere dolore sempre sfinisce anche le rocce ma sappi che questo è un momento che forse potrebbe essere dato anche dal fatto che hai raggiunto un risultato. Lasciami dire che arrivare a farsi "capire" da chi ti sta vicino avrà impegnato un bel po' di pensieri e sarai sempre stata con gli occhi e con i pensieri sulla palla (è un modo di dire e mi ricorda che un giorno avevi capito che dovevi stare con gli occhi sulla spalla, spero sia tu e che ricordi bene). Una volta raggiunto questo risultato forse sei stata svuotata di un bel po' di forze e ora vorresti stare libera anche da altri "mali". Ma non è così, il MDT c'è e sta con noi in ogni momento.

Mi spiace carissima per quanto stai male, spero solo che tu possa ritrovare la forza per combattere ancora.

E grazie per esserci. ♥

**Maya** Mercoledì, 25 Marzo 2015 10:57

Paula 😊 buona giornata .

**giuseppina** Mercoledì, 25 Marzo 2015 10:57

sono venuta lo stesso al lavoro ma la mattina è cominciata male, ho investito un pollo arrosto sulla superstrada, un demente col motorino ha perso un sacchetto e intanto che guardavo lui che si fermava e scendeva dalla moto, sono passata sopra il sacchetto 😊

**paula1** Mercoledì, 25 Marzo 2015 10:54

MAYA il tuo scritto sul "forum" è così anche per me.....

ora mi preparo per scendere in città...qui continua a diluviare proprio a bufera...

forse è anche il tempo che ci rende un po' così instabili e tristi....la primavera come l'autunno è quella stagione così di transizione che risveglia parecchie sensazioni, però è più graziosa perchè spara fuori ogni sorta di fiore colorato e profumato e questo è già un punto positivo... 😊😊

**giuseppina** Mercoledì, 25 Marzo 2015 10:52



mi sono alzata anch'io con la testa messa male, a proposito di non sapere come si arriverà a sera...

**giuseppina** Mercoledì, 25 Marzo 2015 10:50

grazie MARIAGRAZIA adesso ti cerco e ti invio la richiesta di amicizia 😊

**Maya** Mercoledì, 25 Marzo 2015 10:42

E lo sai che quel l'abbraccio lo spettavo ,da tanto ,io,per prima lo spettavo e ne avevo bisogno ,grazie Pirin.

**Maya** Mercoledì, 25 Marzo 2015 10:32

Caro Forum ... 😊 dire senza commuovermi che ,sei la famiglia per me ,che mi ascolta che mi regale insegnamenti,che mi sorregge nel dolore,che gioisce nelle belle cose ....ma mai mi ha giudicata 😊  
😊 .....

**Maria9195** Mercoledì, 25 Marzo 2015 10:31

oggi non va proprio...mi sta assalendo la paura che la mia vita sia SEMPRE accompagnata dal trapano che sento in testa. Sono consapevole che la paura paralizza e mette ansia...ma stamattina mi arrivano solo pensieri di tanta sofferenza avuta in passato che è ancora presente e degli innumerevoli tentativi per venire a stare un pochetto meglio... sto cercando di fermare questi pensieri ma è molto difficile..... lo so che è solo dolore...dolore...dolore e che prima o poi passerà.... ma ho la sensazione che quel passerà non arrivi mai....

**Maya** Mercoledì, 25 Marzo 2015 10:24

Ros.. 😊 dopo aver visto la foto con me Lory è il mio Pirin ,mi hai detto quanta fatica mi fosse costata il periodo !! Di passaggio,lungo e faticoso per me,mai sola...ma non lo descriverei ora come una fatica,ma un'attesa,perché parte dei miei famigliari,certo avevano capito,ma avevano i loro tempi ,è come Mami un giorno mi ha detto,alcuni hanno dei limiti nel manifestare affetto ,oppure quello che io mi aspettavo...non arrivava..il tempo ha fatto tanto,ma in una sera Andrea mio figlio abbracciando me e Lory serenamente ,a messo tutti d'accordo ,lui era sereno e il resto della famiglia finalmente capiva,o si sono resi conto che stiamo bene,Andrea da sempre di da'soddisfazioni e dimostrazione di essere un ragazzo molto intelligente,e dalla vita lavorativa sta raccogliendo poco per quello che spende,ma il carattere è forte .

**Maya** Mercoledì, 25 Marzo 2015 10:00

Mami grazie,ma non so se immagini quanto io abbia imparato è migliorato il mio carattere,il modo in particolare di gestire il dolore,con il Forum....e credo che quello che mi sta capitando in torno,lavoretti,fiducia in pochissimo tempo che mi viene riposta paga molto. 😊

**mariagrazia** Mercoledì, 25 Marzo 2015 10:00

Lara se può consolare, ho tanto freddo pure io. Ho una felpa di pile e non mi scaldo

**mamma\_lara** Mercoledì, 25 Marzo 2015 09:51

Ho un freddo che non riesco a scaldarmi.

Mi sono messa lo scaldino sulle spalle 😊😊

**mamma\_lara** Mercoledì, 25 Marzo 2015 09:50

Feffe, va la che sei brava.

Magari trovassi il modo di metterti d'accordo con il tuo collega.

Mi sa che non ve lo dicono prima perchè non sanno neppure loro cosa fare.

Sai quanti lavori oggi sono fatti sull'improvvisazione 😞

**mamma\_lara** Mercoledì, 25 Marzo 2015 09:48

Paula, anche per me è difficile prendere i miei spazi, non penso derivi dall'essere "buoni", e non ci perdo neppure più troppo tempo a pensare come mai faccio fatica a difendermi. Però ho imparato un pochino a non lasciarmi "scoperta" e piano piano mi difendo senza attaccare. Un po' come dire: "attenti voi, qui ci sono io"

**mamma\_lara** Mercoledì, 25 Marzo 2015 09:44

Maria, è vero, tante volte ci si chiede come arriveremo alla sera, poi ci si arriva sempre. Ci racconterai come hai fatto oggi e partiamo da lì.

**mamma\_lara** Mercoledì, 25 Marzo 2015 09:41

Buongiorno a tutti.

Maya, terrei tutti i messaggi che scrivi, ma quanto mi insegnano.

Hai detto bene, la soluzione di cosa?

Sai quante volte arriva la soluzione poi non va bene lo stesso.

C'è sempre qualcosa che non va. 😞

**Maya** Mercoledì, 25 Marzo 2015 09:03

Buona giornata a tutte-i.....ho fatto molta fatica ad addormentarmi, nelle giornate così dure ...i pensieri corrono e non vedo nulla di positivo, poi alla sera sono sfinita ,delusa e il sonno proprio non arriva, come se la testa volesse stare sveglia sono a che non arriva la soluzione, poi soluzione di cosa ??? Di un lavoro che ancora non arriva!!!! O di che altro, ecco questo periodo sembra proprio non finire..... 😞 ok ora mi metto allo studio .

**Maria9195** Mercoledì, 25 Marzo 2015 08:53

Giornate difficile da gestire dove il dolore fa da padrone 😞😞😞 ..in questo periodo ho tanto tanto dolore emicranico e la dieta/profilassi non da benefici sperati 😞😞😞 ..continuo perchè non ho altre alternative...è una bella lotta tenere a bada l'emicrania senza prendere sintomatici e cercare di lavorare.....non so da dove sto prendendo le forze per continuare e non mollare.....poi mi assalgono pensieri brutti e rivedo la mia sofferenza di questi anni e vado in crisi..... in questo periodo critico per stare a galla ho chiesto aiuto al mio psicoterapeuta il quale è disponibile a ascoltarmi. Buona giornata a tutti/e....io non so come arrivò a stasera ma ci arriverò..

**mariagrazia** Mercoledì, 25 Marzo 2015 08:06

Buongiorno a tutti.

si Paula ti ho riconosciuta! Benvenuta fra i miei amici!

**paula1** Mercoledì, 25 Marzo 2015 07:48

MARIAGRAZIA grazie di aver accettato la mia amicizia stamattina su FB...avrai capito sono Paola...

**paula1** Mercoledì, 25 Marzo 2015 07:47

Buon giorno a tutti...qui burrasca in scorso...diluvia e c'è un gran nebbione...credo che oggi Selladicavallo rimarrà a riposo...e io invece, con ogni probabilità, dovrò restare a dormire in

ospedale...vedremo...sarà un pomeriggio difficile... 😞

la dottoressa del DCA ha un bel da dire che devo iniziare a prendere i miei spazi e farmi valere, ma è molto difficile... 😞

stanotte ho tribolato parecchio con i dolori muscolari, ad un certo punto ho pensato che anche il cuore è un muscolo e prima o poi capiterà qualcosa.....vabbè ora è mattina e i pensieri si sono un po' diradati.....

**feffe81** Mercoledì, 25 Marzo 2015 07:07

Buongiorno a tutti. MAMMALARA anche ieri era una di quelle giornate, sono scappata per poter andare a yoga ed è rimasto là un collega, forse riusciamo a organizzarci tra noi per un minimo di turni perché è stressante che alle 18 ti dicano che devi stare lì fino a che non parte correttamente la tale attività...almeno saperlo prima...

**Maya** Martedì, 24 Marzo 2015 22:45

Un libro da leggere e gustare di sera.....lui un angelo che risponde alle lettere di lei Gio' .."Avro' cura di te" ..Gramellini e Gamberale.

**Maya** Martedì, 24 Marzo 2015 22:35

😞 giornata troppo pesante...scansare i pensieri difficile...e la testa faceva come volevo diciamo seguiva il vento fuori 😞 finalmente a letto spero che leggendo arrivi il sonno e mi porti una giornata piena ma senza ansia e il nulla davanti.....comunque domani pomeriggio studio domani sera prova pratica alla croce blu...faro il primo intervento di primo soccorso al manichino 😞 notte

**mariagrazia** Martedì, 24 Marzo 2015 21:39

Giuseppina x vedere le foto penso dobbiamo diventare amiche su fb. Mi trovi fra gli amici di Lara e delle altre amiche come maryann mazzella

**giuseppina** Martedì, 24 Marzo 2015 21:00

si CRIS tieni duro i risultati arriveranno

**giuseppina** Martedì, 24 Marzo 2015 20:58

ROSSANA tieni duro che fra un pò riesci a portare le ossicine al sole 😊

**giuseppina** Martedì, 24 Marzo 2015 20:57

MARIAGRAZIA come faccio a vedere la tua foto da magra su facebook

**mamma\_lara** Martedì, 24 Marzo 2015 20:38

Buona notte e sogni bellissimi per tutti. State bene se potete

**mamma\_lara** Martedì, 24 Marzo 2015 20:37

Un saluto va a tutte le amiche che leggono e non scrivono.  
Un abbraccio fortissimo.

**mamma\_lara** Martedì, 24 Marzo 2015 20:36

Feffe, leggo che fai un sacco di ore. Spero che oggi non sia una di quelle giornate che non finiscono mai.

**mamma\_lara** Martedì, 24 Marzo 2015 20:36

Ho sempre talmente freddo che la sera vado a letto prestissimo, così faccio meditazione al caldo per un bel po' di tempo.

**mamma\_lara** Martedì, 24 Marzo 2015 20:35

Cris, mi unisco alle amiche e ti dico di non mollare. Mi raccomando proprio.

**mamma\_lara** Martedì, 24 Marzo 2015 20:34

Mariagrazia, anche a me sembra di vivere un'altra vita. Non ci posso credere. 😊😊😊😊

**mamma\_lara** Martedì, 24 Marzo 2015 20:26

Nico, sarai ancora in riunione. 😞

**mamma\_lara** Martedì, 24 Marzo 2015 20:26

Lucia, succede tante volte anche a me di finire i soldi, purtroppo non bastano mai. Mi spiace che il tuo telefono abbia dei problemi, sinceramente ero un po' preoccupata. Prima rispondevi e poi tutto ad un tratto non mi hai più risposto, ma meglio sia il telefono ad avere problemi e ora sono più tranquilla. Sappi che io ci sono sempre e hai ragione da vendere, la solitudine è proprio una brutta bestia.

**Lucia55** Martedì, 24 Marzo 2015 19:37

**Ciao Lara**

Si ho visto la tua mail, non so perché il mio telefonino non suona devo vedere cosa gli è successo, volevi sapere se ero andata a Roma, purtroppo non ho potuto andare e ti dico la verità, perché ho finito i soldi e non ne avevo per pagare il viaggio o rimandato la visita e andrò il 22 maggio, sperando sta volta che sarà la volta buona. Ciao bacioni, quando ti scrivo ti se vicina e provo un po di affetto quello di cui avrei tanto bisogno la solitudine uccide l'animo. 😞

**nico26** Martedì, 24 Marzo 2015 19:04

Sono ancora al lavoro con una riunione dfino alle 21 ...e ceno con un insalatona !! 😞 Un abbraccio

**mariagrazia** Martedì, 24 Marzo 2015 15:45

Cris ti vedo determinata! Vedrai che i risultati arriveranno! lo sto vivendo una nuova vita e spero di continuare così a lungo

**Cris83** Martedì, 24 Marzo 2015 15:43

lo spero piera.. comunque andrei avanti lo stesso per dimagrire! la strada è ancora lunga.. e finchè non avrò raggiunto la meta non mi fermo!

**Piera** Martedì, 24 Marzo 2015 15:29

Cris, brava resisti!!! sei cronica da così tanto tempo che i miglioramenti sono di certo più lenti , avere grasso e' una fortuna per la cheto 😊

**Cris83** Martedì, 24 Marzo 2015 15:12

Ciao a tutti!

Vi ho letto anche ieri ma sono un po' di poche parole.. capita spesso lo so!

MARIPARIS grazie per il pensiero.. più o meno va sempre uguale sul fronte mal di testa.. anche se mi sembra di notare un leggero miglioramento. Sulla dieta non mollo.. ho fatto solo un piccolissimo sgarro sabato mangiando qualche nocciolina e un pezzetto di pollo fritto, ma era farina di riso e non avevo mangiato altro.. intendo sgarro sul fronte dimagrire, in chetosi ci sono rimasta!

PAULA mi dispiace davvero tanto sentirti così riguardo al lavoro.. vorrei davvero trovassi un po' di stabilità e serenità!

un abbraccio a tutti! 😊

**mamma\_lara** Martedì, 24 Marzo 2015 14:37

Annuccia, mi sa che Daniel è buono, ha solo la personalità della sorella 😊😊

**mamma\_lara** Martedì, 24 Marzo 2015 14:35

Rossana, per tua nipote tutto i pensieri possibili e tutti ottimi.

Certo che uno se le deve proprio faticare tutte. Mi spiace carissima, speriamo sia solo quella dell'auto la brutta notizia.

Io voglio proprio credere questo

**mamma\_lara** Martedì, 24 Marzo 2015 14:33

Ahh Lucia, dimenticavo di dirti che ho la pellaccia dura 😊😊😊

Stai tranquilla 😊

**mamma\_lara** Martedì, 24 Marzo 2015 14:32

Lucia, l'ho ricevuta oggi e già inoltrata.

Non ti preoccupare, chi vuoi che mi smuova dal forum. Devo proprio combinarla grossa. Ma farò attenzione.

Ho provato a chiamarti in questi giorni, ma non ho mai ricevuto risposta.

Ti ho scritto una e-mail, spero che quella tu l'abbia ricevuta.

Scrivi pure carissima che io leggo e magari non si sa mai che non troviamo i soldini per ristampare il nostro libro (il primo) non ci stia dentro anche la tua di storie.

**nico26** Martedì, 24 Marzo 2015 14:02

Un buon pomeriggio dal lavoro! Siamo in ripresa o almeno spero

**Lucia55** Martedì, 24 Marzo 2015 13:58

**Ciao Lara**

La lettera l'ho spedita sabato, spero che l'hai ricevuta, la mia storia l'ho finita di scrivere, ma in brutta copia, la sto riscrivendo in bella copia e appena pronta te la spedisco via mail, mi raccomando di stare sempre in gamba che se mi manchi tu perdo ogni speranza per quel che desidero raggiungere per avere un animo un po' più tranquillo. Ti saluto sempre affettuosamente e saluto anche gli amici del forum. 😊

**Piera** Martedì, 24 Marzo 2015 13:57

Annuccia Daniel e' già buono!!! come il tuo Lupetto pero' e' poco "arrendevole" 😊😊.

Tanti pensieri positivi , Rossana, per la tua nipotona 😊

**rossana** Martedì, 24 Marzo 2015 13:51

Mia nipote Margherita è partita ieri con la mamma per Verona dove stamattina fa gli esami preoperatori per poi essere operata domattina.

Dalle parti di Mantova la macchina si è fermata con fumo e annessi e connessi, pare abbiano fuso il

motore. 🤔

E' un'auto datata ma avevano fatto il tagliando da poco e tutto sembrava a posto.  
E' dovuto partire Stefano, le ha portate a Verona, ha dormito là e stamattina era in pasticcato e un po' inc@@@to.....stasera riparte.  
E ultimo dei problemi ma non irrisorio probabilmente deve comprare un'automobile nuova o giù di lì.....proprio quel che ci vuole.  
Mah

**rossana** Martedì, 24 Marzo 2015 13:48

Buongiorno a tutti,  
anche qui male dappertutto.....avanti pure.  
Sono in difficoltà a camminare, mi fa molto male il piede destro e il ginocchio sinistro.  
Alberto questa settimana mi chiama Lamento 😞

**mamma\_lara** Martedì, 24 Marzo 2015 12:17

Ho problemi con gmail. Ogni tanto non mi spedisce la posta.

Ma credo sia il computer che sta dando problemi. 🤔

**mamma\_lara** Martedì, 24 Marzo 2015 12:14

Annuccia, quanto è vero ciò che dici, ognuno di noi fa come può.  
Alle volte ammiro come alcune di voi riesce a fare cose che per me diventano impossibili solo a pensarle.  
Poi penso che io sono solita usare tutte le mie forze e le mie capacità e mi do pace altrimenti l'autostima fa presto ad arrivare sotto i tacchi.

**mamma\_lara** Martedì, 24 Marzo 2015 12:11

Buongiorno a tutti.  
Sono andata a fare un giro in una bancarella che vende cosine proprio belle. Ho avuto una fortuna sfacciata, ho comprato per 10 euro cose che si vendevano tempo fa a 55 😄😄  
Sono cose invernali, ma io ancora porto quelle e le porterò fino a maggio inoltrato. 😞  
Ho sempre freddo.  
Le gonne le ho e sono nuovissime.  
Io non mi peso mai. Lo faccio quando devo comunicare la pesata al dottore, però cerco di dimenticarmelo subito altrimenti fa danni.

**Annuccia** Martedì, 24 Marzo 2015 11:41

PIERA, vuoi vedere che Daniel diventa buono????

**Annuccia** Martedì, 24 Marzo 2015 11:30

MARIAGRAZIA ho ammirato la tua silhouette su facebook, bravissima! quest'anno per voi "cheto", prova costume senza problemi!!!! 😄

**Annuccia** Martedì, 24 Marzo 2015 11:23

Buongiorno a tutti!  
Oggi va un po' meglio, ma ieri sera ho dovuto prendere un Brufen e lo stomaco già inc..... non è molto felice; mi secca così tanto prendere farmaci al di fuori di quelli che già prendo per il

MDT!!! 🤔

FEFFE, hai retto le 12 ore, bravissima!

LARA, ci vorrà un po' di tempo, poi per le "ragazze" come te che non vogliono prendere antidolorifici è anche più tosta! io sono una cattiva "ragazza", ma arrivo al limite e poi penso sempre alla tua frase "faccio come posso"!!! 😄

**mariagrazia** Martedì, 24 Marzo 2015 09:50

Buongiorno anime belle.

Si Piera! Sono molto felice di come sta andando e spero che io possa seguire questa dieta/profilassi ancora a lungo

**Piera** Martedì, 24 Marzo 2015 08:48

maria grazia con la cheto si perde solo massa grassa, per quello i kg non sono tantissimi, anch'io ora indosso una 42 nonostante un peso normale!!!bene anche tu nel club felice cheto!!!

**cri69** Martedì, 24 Marzo 2015 08:14

Buongiorno a tutti, qui sole

**mariagrazia** Lunedì, 23 Marzo 2015 23:18

Piera ho perso solo 6,5 kg. La sarta però che mi sta stringendo delle cose dice che in effetti sembra che io ne abbia perso molti di più perché ho perso tanti cm. Molte cose infatti non me le può stringere perché non verrebbero bene.

Io sono felice di come sta andando. Mi sento molto bene

**paula1** Lunedì, 23 Marzo 2015 21:53

Buona sera a tutti...e anche il pomeriggio è andato...molta fatica però anche fisica....poi abbiamo 6 bambini di cui 2 autistici che erano da noi anche il mese scorso...fanno tenerezza anche se in certi momenti sono parecchio aggressivi ...

ora vado a riposare, la mia schiena urla vendetta 😞

Buona notte a tutti... 😴

**feffe81** Lunedì, 23 Marzo 2015 21:17

ciao a tutti! oggi mi sono toccate 12 ore al lavoro, ma sto bene ed è andata bene 😊

ANNUCCIA come va l'acciaccamento?

PAULA mi dispiace tanto per la tua situazione al lavoro, proprio perché non è un lavoro dove hai solo il lato tecnico diciamo, ma ci metti tutta l'anima e la sensibilità che hai nei rapporti umani. E' triste e non so proprio cosa consigliarti

**mamma\_lara** Lunedì, 23 Marzo 2015 21:12

Buona notte e sogni bellissimi per tutti. State bene se potete

**mamma\_lara** Lunedì, 23 Marzo 2015 21:10

Maria, ti ho risposto

**mamma\_lara** Lunedì, 23 Marzo 2015 21:09

Mariagrazia, ma ci fosse una volta che il MDT è girato da un'altra parte. Macché mai, lui è sempre attento e non perdona.

Dai va che stai andando bene. 😊

**mamma\_lara** Lunedì, 23 Marzo 2015 21:03

Piera, ha ragione Giorgio. Ascoltalo perché io la penso come lui 😊😊😊

**mamma\_lara** Lunedì, 23 Marzo 2015 21:01

Gri, lo avevo immaginato che ci leggevi ma non avevi le forze per scrivere.

Leggendo un libro di Alice Miller "Il dramma del bambino dotato" dice che il bambino anche piccolissimo, sa con che genitori ha a che fare e si comporta di conseguenza.

I miei figli probabilmente sapevano che io ero in grado di fare e sopportare, perché ho iniziato a dormire la notte quando sono diventati tutti e tre grandi. Enzo poi ancora dorme pochissimo. 😊

**mamma\_lara** Lunedì, 23 Marzo 2015 20:55

Nico, di poche parole. 😞

**mamma\_lara** Lunedì, 23 Marzo 2015 20:55

Annuccia, anche da ste parti c'è una ragazza 😊 mezza acciaccata.

Ho le gambe che non si rimettono in sesto dopo l'isteroscopia. Ci vorrà ancora un po' di tempo e domani mattina volevo uscire per vedere una bancarella ma mi sa che dovrò rimandare. Però se trovo parcheggio ci provo.

Tu però sei troppo brava a continuare a fare la posturale.

**Piera** Lunedì, 23 Marzo 2015 20:48



maria grazia tre trip in 75 giorni e' un bel successo, ci metterei la firma per sempre 😊 quanti chili hai perso?

**Gri** Lunedì, 23 Marzo 2015 19:04

Buona sera a tutti, grazie PIERA del messaggio! Mi sa che è proprio come dici tu! Che dura non dormire.... E bravo Daniel, 4 ore di fila!

**Maria9195** Lunedì, 23 Marzo 2015 18:09

Lara ti ho scritto una email...

lo so che sei molto impegnata...rispondimi con calma... baci

**mariagrazia** Lunedì, 23 Marzo 2015 15:20

Buon pomeriggio a tutti.

Ieri notte gran mal di testa e nausea, ma è stata colpa mia. Mi sono fatta tentare da due minuscoli cioccolattini la sera prima.

Per fortuna il trip però ha fatto effetto, il terzo trip in 75 giorni di dieta, e così poi ieri pomeriggio sono riuscita ad andare alla rassegna Corale. E' stata una bella esperienza, ma abbiamo preso tanto di quel freddo e pioggia. Oggi per fortuna un po' più caldo.

**Piera** Lunedì, 23 Marzo 2015 12:42

Gri mi dispiace che non riesci a riposare, con i bambini piccoli il sonno è un problema, stanotte il nostro Daniel, per la prima volta da quando è nato ha dormito 4 ore di seguito, Irene stamattina ha dato una festa 😊😊, ho letto che i bambini che non dormono, che protestano, che hanno "problemi di sonno", che sono definiti "patologici" stanno semplicemente cercando di migliorare quello che il loro corpo segnala essere una situazione pericolosa per la loro sopravvivenza: e cioè la separazione dalla madre. I neonati che non possono e non vogliono adattarsi ad un modello culturale arbitrario di separazione NON sono meno intelligenti o meno creativi o meno maturi, sono probabilmente più vigorosi e agiscono nel loro interesse per cercare di ridurre la separazione.....tanto per consolarci un po'!!!! 😊 faccio uguale al nonno Giorgio che quando gli dico che Vittoria è una peste dispettosa, mi risponde dicendomi che non è vero, che è una bambina con personalità 😊

**nico26** Lunedì, 23 Marzo 2015 11:18

Buon lunedì a tutte/i...e va un po' così così oggi! pazienza

**Annuccia** Lunedì, 23 Marzo 2015 11:18

Buon lunedì a tutti!

Oggi sono parecchio acciaccata, dolori a go-go e mal di stomaco, sono andata a posturale per arginare, o almeno cercare di arginare, ma nulla, non mi sembra che abbia avuto beneficio.

**mamma\_lara** Lunedì, 23 Marzo 2015 10:41

[Donne umorali? È una risorsa, non un difetto](#)

**paula1** Lunedì, 23 Marzo 2015 10:26

Buona giornata a tutti...

**cri69** Lunedì, 23 Marzo 2015 10:22

PAULA spesso mi dico che io vivo in altro pianeta. Per quello che dici hai ragione... 😊

**paula1** Lunedì, 23 Marzo 2015 10:19

MAMMA LARA hai perfettamente ragione di quello che dici, ma io credo che per fare questo lavoro ci voglia anche una certa tranquillità, una serenità e una concentrazione che in questo momento sento venir meno e ho paura che possa influenzare il modo di rapportarsi con le persone....certi giorni avrei bisogno anche io di conforto (come tutti del resto) o sostegno e sento che non posso trovarlo tra le persone che mi stanno accanto per tante ore al giorno (non dico che debbano nascere delle amicizie, ma il rispetto almeno ed essere più solidali questo non andrebbe dimenticato) e così mi sento sola proprio in un ambiente che dovrebbe essere al top della solidarietà...

**mamma\_lara** Lunedì, 23 Marzo 2015 09:58

Paula, succede anche a me alle volte di avere la sensazione di malessere di cui parli.

Però devo anche dire che ognuno di noi ha da sconfiggere i propri demoni o anche solo avere a che fare con il proprio rapporto sul lavoro.

E' vero che la risposta più facile e immediata è "se non ti va bene cambia", però bisogna pensare che è solo la risposta più facile da dare, non la più giusta. Bisognerebbe riuscire a lavorare per chi apprezza il nostro lavoro e sono certa che alle volte tu hai fatto e fai la differenza per molte persone in difficoltà. Ma penso anche "solamente" a come tratti i corpi delle persone che oramai non sono più su questa terra mi fa dire che fai la differenza per i parenti pieni di dolore.

Certo che la virtù non fa rumore, ma se anche solo riuscissi ad alleviare un po' di sofferenza fisica o dell'anima ad una persona avresti raggiunto un risultato che dovrebbe farti felice.

E' questo che si deve guardare quando si ha a che fare con la malattia e la sofferenza.

**paula1** Lunedì, 23 Marzo 2015 09:31

Buon giorno a tutti...qui sole bianchino, ma almeno non piove...

ho già stirato e cambiato le lenzuola...dopo devo andare in banca...lavoro nel pomeriggio e non so

cosa mi aspetta perchè venerdì non ho nemmeno chiesto se siamo aperti o chiusi... 😞 sono

preoccupata per questo "malessere" che mi prende nell'andare al lavoro...perchè so di non meritarlo..., però ho provato a parlare con qualche collega (più fidato), ma non ho trovato riscontri e questo mi demoralizza ancora di più....

certo che, quando una coordinatrice che sa benissimo quanto tengo al mio reparto e che credevo lei stessa tenesse a me, mi dice: "se non ti va bene cambia reparto"...allora crolla tutto...e non sai più se vale la pena mettersi tutte queste paturnie...ma io che sono fatta storta non ci riesco..e ci sto male lo stesso.....

**mamma\_lara** Lunedì, 23 Marzo 2015 09:25

Buongiorno a tutti.

Questa mattina ricerchina da fare per Zeno.

Questa sera ho i ragazzi a cena

**cri69** Lunedì, 23 Marzo 2015 08:42

Buongiorno a tutti ,oggi splendida giornata.

GRI ti pensavo nei gg scorsi...come ti capisco ,per il sonno,il lato b ,la testa....uffa mai pace

.Coraggio ragazza.

**Gri** Domenica, 22 Marzo 2015 22:26

Buona sera carissime/i, scrivo poco in questo periodo, ma vi leggo! Non vi abbandono 😊 Sono solo molto molto molto moltissimo stanca. Giovedì mattina ho ripreso il mio primo imigran dopo quasi due anni...

Ho il lato b che mi sta facendo dannare non poco, non mi basta più solo la pomata, dovrò decidermi

ad andare dal medico, mi serviranno anche delle pastiglie. Devo chiamare anche il dentista.... 🤢 non è proprio un periodo tranquillo. Vorrei solo tanto dormire almeno una notte intera.

Buona notte

**Annuccia** Domenica, 22 Marzo 2015 21:26

scusate il doppio messaggio.

Buonanotte a tutti!

**Annuccia** Domenica, 22 Marzo 2015 21:25

PIERA, mi dispiace, certo che anche così non va bene..... condannati a vita!!! possibile che non c'è mai il giusto mezzo...

LARA, siamo stati tutto il giorno a casa e stasera sono esaurita.... troppo divano e troppa TV.

**Annuccia** Domenica, 22 Marzo 2015 21:25

PIERA, mi dispiace, certo che anche così non va bene..... condannati a vita!!! possibile che non c'è mai il giusto mezzo...

LARA, siamo stati tutto il giorno a casa e stasera sono esaurita.... troppo divano e troppa TV.

**Piera** Domenica, 22 Marzo 2015 20:51

ieri sera dopo tanto tempo, ho mangiato mezza piadina, arrivata fresca fresca da rimini, un collega l'aveva portata a Giorgio....sono stata male tutta la notte!!!! 😞 si vede che non sono più abituata ai carboidrati

**mariparis** Domenica, 22 Marzo 2015 20:10

Lara grazie per la risposta. Mamma mia, quanto mi piacerebbe poterli assaggiare, devono essere buonissimi.

nella vostra regione si mangia davvero troppo bene 😊

**mamma\_lara** Domenica, 22 Marzo 2015 19:48

Ottime anche le piadine. Solo che ora neppure le sogno di notte

**mamma\_lara** Domenica, 22 Marzo 2015 19:48

Mariparis, i cappellacci sono simili ai cappelletti un po' più grandi con un ripieno di zucca. Sta tutto nella scelta della zucca, la migliore è la qualità delicata. Sono leggerissime e con una buccia quasi inesistente. Quelle schiacciate sono le più dolci e nel basso mantovano hanno la terra ottima per questo tipo di coltivazione.

Meglio cuocerle nel forno coperte con la stagnola, perché se si brucia prende un sapore ferroso e rovina poi il ripieno che a Ferrara chiamiamo batù. Su un kg di polpa lasciata scolare in un colino con un peso sopra. serve mezza noce moscata grattugiata e mezzo kg di parmigiano reggiano stagionato 24 mesi ma mai più di 30 mesi.

Questo è il batù e se senti che non ha una venina dolce meglio aggiungere un pochino di zucchero, ma come ho detto prima, se hai zucche buone non hai bisogno di aggiungere nulla.

Sono ottimi con il ragù o burro e salvia come hanno sempre mangiato nella mia famiglia. Questa è la mia ricetta, ma ne trovi ovunque altrettanto buone.

Da noi in un pianerottolo di condominio trovi 5 famiglie che fanno cappellacci e ognuna di queste ha ricette diverse ma tutte ottime.

**mariparis** Domenica, 22 Marzo 2015 19:10

Da Eataly fanno delle piadine favolose.

molto farcite con ingredienti di ottima qualità. Ma ho letto che una piadina, a seconda di come è farcita, può avere anche 800 kcal...



**mariparis** Domenica, 22 Marzo 2015 19:06

Buonasera a tutte. Domenica casalinga...siamo usciti solo un'oretta stamani per fare la spesa. ho appena cucinato della verdura da mangiare stasera.

Lara scusa per la domanda banale, ma cosa sono i cappellacci? Dei tortellini più grandi? E cosa c'è dentro?

io temo sempre di congelare troppo cibo...l'ultima volta, dal ritorno da Pavia, abbiamo dovuto buttare tutto quello che c'era nel frigo e nel congelatore perché era andata via la corrente da giorni 😞

**mamma\_lara** Domenica, 22 Marzo 2015 18:54

Nico, ho scoperto che anche i cani mi fanno venire l'asma, sapessi come mi dispiace. Non penso sia la loro saliva, forse sarà la polvere che trattengono nel loro pelo. 😞

**mamma\_lara** Domenica, 22 Marzo 2015 18:53

Simona, hai ragione da vendere. Meno male che la mente si difende anche da questi pensieri.

**mamma\_lara** Domenica, 22 Marzo 2015 18:52

Annuccia, sarai ancora reclusa o vi hanno liberato le strade.

**nico26** Domenica, 22 Marzo 2015 13:58

Anche a me fa molta paura l'acqua anzi direi che è la paura più grande perché non la controlli come il fuoco.

Qui c'è un tempo nero e vediamo un po'.

Oggi devo andare a fare un preaffido di 3 cagnoni che arrivano da Napoli .speriamo !!!

Bacioni

**Annuccia** Domenica, 22 Marzo 2015 12:58

A chi lo dite.... anche io sono terrorizzata dall'acqua, ma anche dal vento... le catastrofi causate dagli eventi naturali fanno vedere quanto l'uomo sia impotente!

**Simona** Domenica, 22 Marzo 2015 11:47

Paula anche a me fa paura l'acqua...e qui è dal 1994 che vedo danni causati dall'acqua. .. non è un bel vivere.. soprattutto nei mesi piovosi un autunno... ormai sarà sempre peggio poiché anche gli esperti meteo dicono che le bombe d'acqua saranno sempre più frequenti negli anni..il clima sta cambiando.. dobbiamo solo prepararci ad affrontarle e sperare sempre di non trovarsi nel posto sbagliato al momento sbagliato... 😞😞😞

**mamma\_lara** Domenica, 22 Marzo 2015 11:08

Oggi ho ospiti a pranzo 😊

**mamma\_lara** Domenica, 22 Marzo 2015 11:07

Paula, anche a me fa paura l'acqua, pensa che mi fa più paura del terremoto. Ma molta più paura. Però cerco di controllarla, altrimenti per come è la mia testa alle volte mi paralizza proprio.

**Annuccia** Domenica, 22 Marzo 2015 11:06

Buona domenica a tutti!

siamo a casa e credo ci rimarremo... 🤔

avevo preparato la lasagna e il plum cake di mele da portare dai miei. Per fortuna, previdente, come quasi sempre, avevo fatto tue tegliette, così una la surgelo.

**paula1** Domenica, 22 Marzo 2015 09:57

Buon giorno a tutti...non che qui ci fosse il sole, ma in 10 minuti è diventato tutto nebbioso e piovviginoso... 😞 per essere primavera non è molto confortante... 😞 vedremo cosa inventare per oggi....ieri, a parte la mia puntata alla biblioteca a Bologna, siamo rimasti qui su in paese..ero a letto molto prima della mezzanotte....

SIMONA ieri sera al programma Scalameralli facevano vedere Genova e il Bisagno....la scena dell'acqua che usciva da una finestra al secondo piano mi ha scioccato... 😞😞😞 io con l'acqua non ci vado d'accordo e mi fa paura 😞

**mamma\_lara** Domenica, 22 Marzo 2015 09:44

E' vero che Gabriele mi aiuta, però ci sono tante cose che preferisco fare io. Ieri per esempio mi ha riempito tutti i cappellacci però poi erano da chiudere e fare tutte le sfoglie mica si fanno in un attimo, come impastare 40 uova di farina non è un gioco, ho ancora le mani che mi fanno male se le stringo.

Alla fine poi sono da scottare e da rimettere nei vassoi per congelarli, ho finito a tarda notte e mentre aspettavo si congelassero ho finito di pulire ovunque. Insomma c'è un bel po' di lavorazione, ma la soddisfazione è troppo troppo grande.

**cri69** Domenica, 22 Marzo 2015 09:42

Buongiorno a tutti e buona domenica, qui vento e freddo

**mamma\_lara** Domenica, 22 Marzo 2015 09:25

Forse ho trovato la farina Gentil rosso senza dover fare tutti i mercatini di Ferrara e non trovarla.



questa settimana andrò a Ro in un'azienda che sembra produrla.

Con questa farina faccio delle crostate buonissime, almeno così dicono, perchè io ancora non le ho potute assaggiare

**mamma\_lara** Domenica, 22 Marzo 2015 09:20

Nico, ci mancherebbe anche che mi mettessi a fare da mangiare a pagamento.

Ieri sera per fare i pochi gradini che ho per andare a letto non arrivavo più. Avevo le gambe che mi facevano un male che di più non mi hanno mai fatto. Facevo un gradino ogni 5 minuti e sono stata anche zitta perchè se Gabriele si fosse accorto di questo me ne avrebbe dette di ogni. Poi la comica a salire sul letto, anche lì se mi avessi vista avresti riso parecchio.

Sai cara, Ferrara non è come Modena.

Tempo fa una persona mi ha chiesto di fargli una torta e quando gli ho fatto solo il preventivo della spesa per gli ingredienti ha detto che sarebbe costata troppo, pensa mo se poi avessi aggiunto la mano d'opera. Ma anche fare le paste costano, io uso sempre prodotti di primissima qualità, pensa che solo la farina mi costa 3 euro al kg invece dei 55 centesimi che costa la farina nonostante sia di

una nota marca. Poi preferisco farlo gratis piuttosto che lavorare per chi sfrutta la fatica degli altri e non dico che tutti siano così, ma a me sono capitati solo questi purtroppo, gente con la puzza sotto il naso e pensano che ci fanno un favore a farci lavorare.

Ma sai la soddisfazione di vederli andare in rosticceria o in pasticceria. Andare pure e sapete che sempre poco ve le faranno pagare per il tempo che serve per produrre queste bontà.

Poi io non sono ricca, ho lavorato una vita per potermi guadagnare la pensione e ora mi fa sentire benestante il potermi permettere lavorare gratis,. Ognuno di noi ha delle debolezze ed io ho questa purtroppo, ma ne ho anche tante altre.

Poi lasciami dire che ho una famiglia dove si spazzola via tutto, a Pasqua ti verrebbe da ridere sapere quante persone ho da mettere a tavola e ora che ho delle belle scorte sono contenta, fino al primo maggio ci arrivo. 😊😊😊

**feffe81** Domenica, 22 Marzo 2015 09:18

Ieri poi la testa ha fatto la brava! Sono andata all'outlet con la mia amica, abbiamo fatto tante chiacchiere e ho comprato un paio di cosine. Poi ieri sera sono stata a cena con i miei vecchi amici del conservatorio, il nostro amico ha fatto le tigelle ottime e siamo stati benissimo 😊

**feffe81** Domenica, 22 Marzo 2015 09:14

Buona domenica a tutti!

SIMONA cavoli sto mdt ha recuperato la piccola tregua che ti aveva dato 🤢 certo 12 giorni di ciclo sono tanti, che roba dovrà pur finire eh 😞

MARIPARIS grazie che dolce sei, in realtà più ci penso e più mi convinco che mi farebbe bene andare da sola in vacanza, per essere totalmente libera. Sono contenta che ti piaccia il forum, penso che ognuna di noi l'abbia trovato nel momento giusto 😊

**mamma\_lara** Domenica, 22 Marzo 2015 09:00

Simona, brutto periodo questo per te.

Anche il ciclo che dura così tanto non ti è di aiuto. Ma sento che un po' di forza ce l'hai. Dai cara, avanti tutta

**mamma\_lara** Domenica, 22 Marzo 2015 08:59

Buongiorno a tutti.

Anche da ste parti sembra piovere, ho il cortile bagnato ma non riesco a capire se ora piove, dovrei uscire per vedere bene, ma voglia di farlo proprio non c'è. Ho troppo freddo.

**nico26** Domenica, 22 Marzo 2015 08:31

Buonadomenica a tutti/e

Oh...una nuova....dormito ok ma appoggiata al cuscino fastidio orecchie.... 😞 .Mah....e vai....!!! Oggi giornata umida umida .Ieri sera ero cotta e mio marito ha dovuto prender un Oki per il dolore alle spalle visto che ha dovuto pulire 10 cipressi e non e' abituato 😊😊 .Beh...ogni tanto un oki anche a lui non guasta!!!

Lara quanta roba hai fatto?? 😞😊

Ma non hai mai pensato di vendere un po della tua ottima robina??Sai da me in paese tante donne lo fanno e devo dire che un po di giro l'hanno!!!

**Simona** Domenica, 22 Marzo 2015 08:31

Buongiorno a tutti e buona domenica... ieri alla fine il mdt mi ha dato tormento tutto il giorno... sono comunque uscita per andare a pranzare in trattoria come facciamo tutti i sabati ma arrivata a casa mi son dovuta mettere a letto..oggi pare meglio, speriamo che regga..Negli ultimi 12 giorni ho avuto 7 mdt, il ciclo no perdona e lo so, però sta durano troppo, oggi sono 12 giorni.... basta ....

spero finisca anche perché tra poco mi deve arrivare quello del mese prossimo!! 😊😞😊

oggi piove.... a pranzo siamo invitati fuori dai miei suoceri che il 20 è stato il compleanno del papa di Gabriele.... del resto inserirò modalità bradipo per questa prima domenica di primavera

piovosa..... 😊

**mamma\_lara** Sabato, 21 Marzo 2015 20:52

Buona notte e sogni bellissimi per tutti. State bene se potete

**mamma\_lara** Sabato, 21 Marzo 2015 20:51

Annuccia, mi ripeto, Roma è una città stupenda, ma muoversi è un problema sempre.

**Annuccia** Sabato, 21 Marzo 2015 18:24

Domani non sappiamo se riusciremo a muoverci di casa. C'è la maratona ed è già tutto transennato dalle 21 di stasera. Andrea deve andare a Parma da Enrico e lunedì andranno insieme a Verona al "Vinitaly" per le loro ditte. Quindi domani mattina partirà alle 5 per non trovarsi nel casino generale. Noi se ce la faremo a prendere la macchina andremo dai miei, altrimenti domenica casalinga o a piedi.

**mamma\_lara** Sabato, 21 Marzo 2015 16:42

Scusate per come scrivo, ma giro avanti e indietro per sistemare a congelare i cappellacci

**mamma\_lara** Sabato, 21 Marzo 2015 16:41

Mariparis, dopo il messaggio di ieri pensavo che mi mandassi a quel paese e mi scrivessi un sacco di impropri. Invece sei ancora qui e sei anche di buon umore. Mi sembra che tu non sia più neppure tanto arrabbiata con Alberto e questo mi dà troppa gioia. Te lo meriti proprio il forum, ma ci pensi che 12 anni fa alcune di noi hanno iniziato a scrivere con continuità qui e da allora abbiamo scritto anche due libri e quante altre cose abbiamo fatto.

Brava

E brave tutte

Vi voglio bene

**mamma\_lara** Sabato, 21 Marzo 2015 16:36

Rossana 😊😊😊😊

**rossana** Sabato, 21 Marzo 2015 16:36

".....lui povero uomo Gabriele....." 😊

**mamma\_lara** Sabato, 21 Marzo 2015 16:32

Finito.

Kg. 11,5 di cappellacci e kg. 1, 3 di tagliatelle.

I cappellacci sono già tutti scottati e le tagliatelle le devo solo tagliare.

Tutto fatto.

Annuccia, hai proprio ragione, Gabriele me le dà tutte vinte 😊😊😊

**mamma\_lara** Sabato, 21 Marzo 2015 16:30

Mariparis, e io invece che speravo amasse vestiti, tv e che volesse fare la velina..... 😊😊😊😊  
😊

Ovviamente si capisce che scherzavo. 😊

Però mica voglio che salti fuori un mostro, quindi cerco sempre di bilanciare con trasmissioni tv

consone. Non dico quali per non dover cancellare il messaggio 😊😊😊

Anche la sua famiglia fa la stessa cosa.

Poi c'è lo zio che ne dice di ogni, ma lei non ne ripete una. 😊

Mahhh, dobbiamo impegnarci un po' di più. 😊😊

**mariparis** Sabato, 21 Marzo 2015 15:53

Grazie Annuccia 😊

**mariparis** Sabato, 21 Marzo 2015 15:52

Nico io ti consiglio l'aeroporto di Palermo, e poi prendere l'autostrada palermo-Messina. La strada è più lineare.

se hai la possibilità, al porto di capo d'Orlando puoi prendere i traghetti che ti portano alle isole Eolie, che hai di fronte.

poi ti consiglio una riserva naturale meravigliosa, dove io vado sempre. E' una spiaggia piena di laghetti salati, sotto Tindari. Si chiama Marinello. Si trova a circa una ventina di chilometri da capo calava'.

per ultimo non dimenticare di fare colazione con granita, panna e brioche 😊



**nico26** Sabato, 21 Marzo 2015 14:48

Mariparis penso che andremo verso Capo Calava'.Ma secondo te e meglio areoportto Catania o Palermo???

Torno fuori a potare i cipressi...Che dolor alle braccia!!!!!! 😞

**Piera** Sabato, 21 Marzo 2015 14:22

Simona il ciclo e gli ormoni, sono deleteri per il mdt.....per consolarti ti racconto di quello che succede alla mia Irene , pure lei emicranica, come sai e' gia 11 mesi che non ha il ciclo, pero' ha lasciato nel telefono una certa applicazione che le ricorda il giorno in cui arriva, e quando il telefono invia il messaggio lei nonostante non le vengano le mestruazioni (sta allattando) ha un attacco di emicrania.....sembra una cosa impossibile, ma si vede che il fisico ha "memoria" e gli ormoni ci sono 😊

**Annuccia** Sabato, 21 Marzo 2015 13:39

MARIPARIS, mi fai tanta tenerezza. 😊

**paula1** Sabato, 21 Marzo 2015 13:23

Buon pomeriggio ..qui si sta rannuvolando...io scendo a Bologna perchè ho preso un prestito interbibliotecario e lo tengono solo pochissimi giorni...lunedì è chiuso e martedì è tardi...quindi mi faccio un giretto in città spreando di non prendere la pioggia...Fausto è un po' ribaltato da ieri...lavoro, concerto e anche un bicchiere di troppo 😘 😊, quindi si guarda il rugby..ultima giornata per l'Italia a Roma col Galles...però siamo andati in paese a fare la spesa...siamo poi bravini... 😊 😊

**paula1** Sabato, 21 Marzo 2015 13:20

MARIPARIS ...grazie...io adoro Nick Hornby..ho letto praticamente tutto di lui...♥

**mariparis** Sabato, 21 Marzo 2015 12:11

E' vero...è molto più bello e soddisfacente chiacchierare tra donne.

purtroppo io con mia sorella non l'ho mai potuto fare molto, era ed è sempre super impegnata e non ha mai tempo. Poi, non so spiegarmi il motivo, pur volendoci molto bene, non si è mai creata molta complicità tra noi. Non siamo mai state le classiche sorelline che chiaccherano la notte nella stessa stanzetta...dormivamo in due stanze separate.

mia mamma e' un po' naif, é una pittrice con la testa sempre a pensare chissà cosa, tra le nuvole, e poco con i piedi per terra. La amo da morire ed è la donna più buona del mondo...ma anche con lei non è che parli di chissà cosa...

mi piacerebbe tanto avere una bambina mia, magari come Emma, che preferisce i libri ad altre cose...ma forse lo sto desiderando troppo tardi...

**mariparis** Sabato, 21 Marzo 2015 11:57

Buongiorno a tutti.

e' molto bello questo forum perché anche se ognuno di noi può avere opinioni diverse, si esprimono sempre nel rispetto del prossimo e cercando di essere comprensivi. E poi mi piace molto venire a conoscenza delle vostre esperienze di vita, mi aiutano a guardare un problema da diverse angolazioni e a non fossilizzarmi solo sul mio punto di vista. Forse, se vi avessi conosciute prima, molti errori non li avrei commessi...

Elisabetta hai ragione, é bello andare oltre e ridere dei reciproci difetti...forse questo modo maturo di agire io ancora non l'ho raggiunto, nonostante non sia decisamente più una ragazzina.

Feffe, sei davvero molto in gamba...pensi pure di fare una vacanza da sola...ma siccome penso che tu sei una cara ragazza, sicuramente troverai qualche amica\o che verrà volentieri con te.

Cris come stai? Come va la dieta?

Paula non so perché, un po' quando racconti la tua vita, mi fai pensare ad un bel libro che ho letto tanti tanti anni fa...Nick Horby Alta fedeltà.

un bacino a tutte

**Annuccia** Sabato, 21 Marzo 2015 11:56

PIERA, hai ragione, e la capisco tanto, ma non voglio che lei stia male per altro, oltrech  per tutto quello che non pu  evitare.

**Annuccia** Sabato, 21 Marzo 2015 11:54

Anche io faccio i "fufignezzi" quando, raramente, mi capita qualche donna tra le grinfie..... 😊 . Capirai...   talmente raro che non mi faccio scappare l'occasione.

**Piera** Sabato, 21 Marzo 2015 11:54

Annuccia, cerca di capire la tua sorellina, non conduce una vita facile, e poi chi non ha figli non e' sufficientemente allenata a ingoiare qualche rospo di troppo e anche a tacere 😊

**Annuccia** Sabato, 21 Marzo 2015 11:53

Sono dovuta andare all'ospedale a prenotarmi una visita dermatologica di controllo, al telefono non rispondono pi ; stanno privatizzando l'ospedale dell'Isola Tiberina e i medici, a cifre abbastanza abbordabili, fanno visite private integrando quelle del SSN . Sono un po' seccata, perch  ho dovuto prenotare in regime privato altrimenti avrei dovuto aspettare maggio. Almeno questa visita l'avrei

fatta gratuitamente, visto che tutte le altre le pago. 😡

**Annuccia** Sabato, 21 Marzo 2015 11:47

Buon sabato a tutti!

GIUSEPPINA 😊 non preoccuparti per il nome.

FEFFE, hai ragione , noi donne (non tutte) sprechiamo molte energie, cerchiamo di risparmiarcele, io sono abbastanza un passo avanti, e sto cercando di insegnare qualcosa a mia sorella che ancora pesa troppo le parole di tutti.

**Elisabetta** Sabato, 21 Marzo 2015 11:18

In un assortimento di coppia come quello descritto da molte di voi che rispecchia anche il mio caso, l'ideale   riuscire a ridersi addosso. E, sottolineando allegramente i reciproci difetti, si pu  arrivare alle "nozze d'oro" in armonia, come   successo a me. Ma l'ho capito tardi. In giovent  mi struggevo anch'io come Mariparis.

Buona giornata, care. Elisabetta

**cri69** Sabato, 21 Marzo 2015 10:23

PAULA forse per quello hai dormito 😊

**paula1** Sabato, 21 Marzo 2015 10:11

Buon giorno a tutti...qui sole...

il concerto ieri sera   andato bene...non c'era molta gente (meno di 20 persone) e i pochi erano persone portate da noi...vabb ...dopo siamo rimasti a fare qualche chiacchiera e siamo andati a letto alle 2.30..io ho dormito fino alle 9.30...un bel record per me...ma ci stava.....ero stanchissima..

la testa ha retto bene anche se ho bevuto una birra che, solo dopo mi sono accorta, aveva 8,3 gradi



**Simona** Sabato, 21 Marzo 2015 09:50

Buongiorno a tutti. . Il mio   con spadone a sinistra..provo come Fefe a fare le mie cosine lo stesso... ho il ciclo da 11 giorni che di certo non aiuta la mia testa a star bene... ora faccio lo spuntino di mezza mattina e mi butto sotto la doccia... vediamo come procede poi....

**mamma\_lara** Sabato, 21 Marzo 2015 09:33

Dico l'ultima e poi scappo.

In una copia, capita che quando si vince si perde e quando si perde si vince.

Ma non solo in una copia, anche nei rapporti di grande affetto e di grande amore.

Dopo questa devo scappare a oggi nel pomeriggio.

**feffe81** Sabato, 21 Marzo 2015 09:33

Riguardo agli uomini...penso anche io che siano semplici o meglio strutturati in modo diverso mentalmente. Forse sono energie sprecate le nostre, credo che a meno di eccezioni per parlare delle

nostre cose intime, del nostro sentire e dei nostri pensieri, siano meglio una o due care amiche. Questo è quello che ho visto nella mia esperienza personale

**giuseppina** Sabato, 21 Marzo 2015 09:31

quando ci sono in casa Cristina o Tati parliamo ovviamente di tutto e ci piace tantissimo, dopo un pò Luciano prende la porta e esce, non ne può più....lui li chiama "fufignezzi" rifacendosi a "lessico familiare" un bellissimo libro della Ginzburg, che descrive lo stesso problema in tutte le famiglie e in tutti i tempi 😊

**feffe81** Sabato, 21 Marzo 2015 09:30

GIUSEPPINA 😊

NICO meno male che il bimbo sta meglio. Anche io devo iniziare a pensare alle vacanze: voglio dedicarmi una settimana in qualche bel posticino anche se sono sola

**mamma\_lara** Sabato, 21 Marzo 2015 09:29

Sta arrivando anche Gabriele a darmi una mano. Sono venuta a fare un giretto 😊

**feffe81** Sabato, 21 Marzo 2015 09:26

CRIS io invece da un po' prendo i libri solo in biblioteca (leggo tanto) e mi compro i vestiti 😊  
leri al lavoro è andata bene, giornata tranquilla, ho curato le relazioni sociali con i colleghi 😊 ma soprattutto ho battuto il record, non ero mai uscita così presto (dopo comunque più delle 8 ore). Poi sono uscita con una mia cara amica e abbiamo fatto delle bellissime chiacchiere 😊  
MARIPARIS mi spiace per il litigio e ti capisco (io ho eliminato la tv e in particolare quando mangio non la tollero) non c'è chi ha ragione e chi torto secondo me, però se puoi non darti troppo addosso le colpe, non pensare di essere sbagliata! Sei come sei 😊

**giuseppina** Sabato, 21 Marzo 2015 09:24

ROSSANA facci sapere cosa hai escogitato per i festeggiamenti del fratellino

**giuseppina** Sabato, 21 Marzo 2015 09:20

hai ragione FEFFE come vedi comincio a scambiare i nomi 😊 segno dell'età che avanza 😊

**feffe81** Sabato, 21 Marzo 2015 09:17

Buongiorno a tutti! La mia testa fa già un po' malino ma oggi ho un bel programma per la giornata quindi provo lo stesso a fare le cose.

PIERA mi dispiace per lo zio e per la zia...e ti mando un grande abbraccio affettuoso per l'empatia che ti è mancata...

GIUSEPPINA occhio, quello di ANNUCCIA è Roberto 😊 😊

**giuseppina** Sabato, 21 Marzo 2015 09:05

è vero LARA ci lamentiamo del brodo grasso, anche perchè, a dire il vero, non è che tutto quello che diciamo merita di essere scolpito sulla pietra 😊

**nico26** Sabato, 21 Marzo 2015 09:05

Buondi' a tutti con il sole finche' dura!!!

i bambini sono fantastici....fino a ieri pom era distrutto poi zac....un grillo e ora tutto ok!!!

Ora vado fuori a sistemare il giardino e orto per cui ne ho da far e un bel po!!

**giuseppina** Sabato, 21 Marzo 2015 09:02

ANNUCCIA mi hai fatto morir dal ridere con te che fai i saltafossi a Alberto per vedere se ti ascolta 😊 😊 😊

**cri69** Sabato, 21 Marzo 2015 08:48

Buongiorno a tutti e buon sabato.

LARA buon lavoro .

leri sera ,dopo una giornata da schifo,ho ceduto al trip,stava ricominciando tutto dall'altra parte.Sono riuscita finalmente a dormire e stamattina sono decente.Dovrei fare un sacco di cose ma ho deciso di impormi la lentezza.

**Piera** Sabato, 21 Marzo 2015 08:45

ben arrivata Primavera!!! buona giornata a tutti

**mamma\_lara** Sabato, 21 Marzo 2015 08:09

Rossana, spero proprio tu abbia trovato il sonno

**mamma\_lara** Sabato, 21 Marzo 2015 08:09

Buongiorno a tutti. Vado ad iniziare le danze.

**rossana** Sabato, 21 Marzo 2015 00:30

Vado a cercare il sonno....., impresa tutt'altro che facile 😞  
Buonanotte e a domani

**mamma\_lara** Venerdì, 20 Marzo 2015 21:00

Buona notte e sogni bellissimi per tutti. State bene se potete

**mamma\_lara** Venerdì, 20 Marzo 2015 20:59

Ho preparato tutto per i cappellacci che devo fare domani. Mi aiuta Gabriele e ho predisposto tutto per 35 uova di cappellacci. Vediamo cosa salta fuori. Mentre ci siamo faccio anche un po' di tagliatelle da fare con il ragù 😊

Ora sono un po' stanca e ho le gambe che hanno deciso di non girare più quindi mi sono dovuta fermare. 😊

Ma come mi diverte lavorare, meno male che le gambe mi fermano

**nico26** Venerdì, 20 Marzo 2015 19:55

Mrisparis grazie chiederò sicuro info appena sapro la zona. Ci sono super offerte per i soci Coop da noi e pensiamo di approfittarne.

Sto guardando con le lacrime agli occhi un reportage di ieri sera delle leni sui bambini dell'Isis e sulle donne rapite. Vi giuro che faccio fatica ad ascoltar e un simile orrore, massacro, violenza e non so darmi pace 😞 .Dio mio !!!

Un abbraccio

**Monica** Venerdì, 20 Marzo 2015 16:15

MARIPARIS Valerio si alza con il pensiero opposto..... stare tutto il giorno a poltrire sul letto 😞 E quando gli chiedo di aiutarmi gli girano 😞

**Monica** Venerdì, 20 Marzo 2015 16:13

CRIS non mi è mai piaciuto il sapore della carne, quando la mangiavo era sempre bruciata e con un limone intero spremuto sopra. Sapeva di tutto tranne che di carne. Poi ho iniziato a maturare un amore e un rispetto infinito per gli animali tanto da non riuscire più a mangiarli. Poi anche Valerio non mangia carne quindi mi è venuto facile

**mariagrazia** Venerdì, 20 Marzo 2015 16:00

Io e mio marito ci ritroviamo sempre a voler parlare quando l'altro ha voglia di silenzio... è una costante da quasi 35 anni e ormai ci siamo abituati. Qui poi la voglia di silenzio è grande, visto che fra suocera e mamma si parla anche troppo

**Cris83** Venerdì, 20 Marzo 2015 15:42

MAMMA LARA come stai oggi? OH.. buona la maionese e la salsa tonnata!! lo mangio la carne ma non mangio cacciagione e alcune cose tipo la carne di maiale non mi piace più..MONICA tu sei vegetariana per scelta o non ti piace la carne?

Grande EMMA.. meglio un libro che un vestito! Lo dico sempre.. 😊

**Cris83** Venerdì, 20 Marzo 2015 15:41

MARIPARIS mi dispiace per il litigio.. mi trovo anch'io spesso nella tua stessa situazione.. magari non è assorbito dalla tv ma le parole che gli escono di bocca sono davvero poche. Se poi ho poca voglia di parlare anch'io e magari sono un po' nervosa, solitamente per il mal di testa si chiude ancora più a riccio e a me viene ancora più il nervoso. Ma mi trovo molto d'accordo con PIERA e LARA, gli uomini sono semplici.. a lui sta bene così, gli basta stare lì in silenzio accanto a me ed è abbastanza.. ma

spesso per noi no e complichiamo le cose! Mi trovo nella stessa situazione a casa con mio padre.. lui è uguale a michele.. è la persona più buona del mondo e ti darebbe anche quello che non ha per farti felice ma sta sempre zitto.. 😊

**Cris83** Venerdì, 20 Marzo 2015 15:41

lo non ho mai stirato una camicia, michele non le porta.. e menomale perchè non saprei da che parte cominciare!! 😊

**Cris83** Venerdì, 20 Marzo 2015 15:40

ciao a tutti!!

io come al solito barcollo.. ma non mollo!

Dai MONICA.. sono anch'io sulla tua stessa barca! Non molliamo.. vedrai che staremo meglio!!

PIERA e ANNUCCIA.. bellissimi i messaggi che avete scritto per i papà!  
Anche se in ritardo auguri a tutti i papà e ai Giuseppe e Giuseppina!!

FEFFE mi dispiace per il periodo pesante.. tieni duro!! Un abbraccio..

ROSSANA sei troppo avanti!!

PIERA mi dispiace tantissimo! Un abbraccio..

**Simona** Venerdì, 20 Marzo 2015 15:38

Wow Annuccia! Io ci metterei una mezza ora Buona. .. 😊

**Annuccia** Venerdì, 20 Marzo 2015 15:35

SIMONA, considera che mi sveglio alle 6 e ci metto 5 minuti a stirare una camicia (cronometrata!)

**Simona** Venerdì, 20 Marzo 2015 15:29

Buon pomeriggio a tutti.. oggi è iniziata la primavera. .. 😊

Annuccia. . Qualcosa non mi quadra... alle 8 scrivevi che te la saresti presa con calma e avevi già stirato 7 camicie? ? 😊😊😊😊

Lara che forte il tuo Ciccio che ti dice di non scappare.. e poi fa la battuta.. che mito! 😊 la salsa tornata io la mangio sempre.. pensa che sono talmente priva di grassi che il Doc mi ha detto di condire l'insalata con maionese olio e semi oleosi, il tutto abbondante. . Mi servirebbero un po di kg per questa nuova alimentazione.. invece purtroppo ne ho perso già uno abbondante 😞

Nico mi spiace x il tuo cucciolo..

anche il mio Gabriele non è di molte parole e quando è a casa è spesso assorto in tv, tablet o cellulare.. è io dico PER FORTUNA!! Bhe.. noi lavoriamo anche insieme, quindi è tutta un'altra storia, cmq anche io non sono una chiacchierona è sto bene nel silenzio.. in compenso c'è Mattia che parla da quando si sveglia a quando va a dormire.. ieri si è addormentato cantando... 😊😊 comunque quoto in pieno il messaggio di Lara, meglio un uomo silenzioso ma che ti rispetta..

**Piera** Venerdì, 20 Marzo 2015 15:21

Mariparis, no no i lavori in casa li faccio io 😊 Giorgio fa un lavoro molto pesante e lavora 9 ore tutti i giorni, in più allena una squadra di pallavolo, un modo per coltivare una grande passione e arrotondare il bilancio di casa.....l'esempio della spazzatura era solo per scherzare sulla loro "semplicità" 😊

**mariparis** Venerdì, 20 Marzo 2015 15:19

Lara non cancellare nulla. Mi fa bene confrontarmi con voi e magari ricevere qualche piccola critica. Mi ridimensiona e magari mi evita, la prossima volta, di incappare sempre negli stessi errori.

**mariparis** Venerdì, 20 Marzo 2015 15:13

Monica, Annuccia, mi consola che non sono l'unica ad avere questo " problema".

Piera, Alberto invece è l'opposto. Figurati che la domenica mattina si alza con il pensiero di dover

passare l'aspirapolvere in tutta la casa. Io per scherzare lo chiamo Furio, come quel personaggio di Carlo Verdone la cui moglie, Magda, diceva "non ce la faccio più" 😊

spero che tua zia si riprenda presto, per quel che è possibile

**mamma\_lara** Venerdì, 20 Marzo 2015 15:05  
Scappo

**mamma\_lara** Venerdì, 20 Marzo 2015 15:05

Un'ultima cosa. In una coppia che si vuole bene. Quando si dice "Però" dopo una discussione si ha torto.

Anche "per principio" non è chiudere bene

**mamma\_lara** Venerdì, 20 Marzo 2015 15:03

Ora esco. Mariparis, se vuoi che cancelli il messaggio lo faccio quando torno.

**mamma\_lara** Venerdì, 20 Marzo 2015 15:02

Mariparis, potremo star qui a parlare fin a domani e ragione la si ha tutti.

Io penso invece che ogni tanto farsi meno paturnie e stare zitte poi alla fine saremo più contente di un bel po'.

Lui fa un lavoro difficile e questo bisogna sempre pensarlo.

Scusami tanto e se vuoi cancello il messaggio.

Altra parola da aggiungere all'elenco di quest'anno.

"Mollare"

**mamma\_lara** Venerdì, 20 Marzo 2015 14:58

Grazie a tutti voi.

E ora vado a ringraziare Gabriele. Poi non appena avrò l'occasione anche i miei figli

**mariparis** Venerdì, 20 Marzo 2015 14:58

Lara capisco bene cosa tu voglia dire e trovo sagge le tue parole. Ieri di notte, mentre Alberto russava, io pensavo di essere troppo petulante, che avrei dovuto tacere e fare finta di nulla, che sono critica ed esigente. Però poi stamani a mente fredda ragionavo sul fatto che forse nessuno dei due aveva torto. Non credo ci sia nulla di male ad avere il desiderio di scambiare qualche parola a tavola, dopo una giornata che non ci si vede. E fa irritare un pochino avere di fronte una persona che ti ignora e fissa una scatola (la Tv). Ma non c'è pure nulla di male a voler rilassarsi quando si torna a casa e guardare tranquillamente il tg. Sono giunta alla conclusione che uomini e donne sono fatti per amarsi, volersi bene, sostenersi, formare una famiglia, ma non sono fatti per capirsi. Lui ieri non riusciva a capire assolutamente che per me (ma come penso per molte donne) comunicare, dialogare, esprimere le mie emozioni, i miei sentimenti, i miei pensieri, rappresenta una fortissima forma di complicità che neppure un rapporto intimo può dare. Quando lui mi ha detto "ma che c'è da dire, di cosa dobbiamo parlare?" mi sono arresa 😞 come dice un famoso libro, io vivo su Venere e lui su Marte

**mamma\_lara** Venerdì, 20 Marzo 2015 14:57

[La gratitudine ti fa conquistare il benessere fisico e psicologico](#)

**mamma\_lara** Venerdì, 20 Marzo 2015 14:54

Piera, mi spiace tantissimo.

Per tutto. ♥ ♥ ♥

**Annuccia** Venerdì, 20 Marzo 2015 14:44

PIERA 😞

**Annuccia** Venerdì, 20 Marzo 2015 14:44

Al messaggio di LARA, replico con quel racconto che vi feci tempo fa del marito della mia amica, pieno di attenzioni, bacini e regaloncini e poi da un giorno all'altro, sparizione con l'assistente alla poltrona (lui è dentista).

Viva il silenzio!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!

**Annuccia** Venerdì, 20 Marzo 2015 14:42



Per consolare MARIPARIS, anche Roberto è di poche parole e io mi lamento delle poche chiacchiere a cena, per giunta se siamo soli mangiamo in cucina dove non c'è nemmeno la TV, quindi il silenzio incombe oppure parlo sempre io e lui, forse, fa anche finta di ascoltarmi. Spesso interrompo un discorso a metà e lui non mi chiede "allora?" oppure "quindi?", ecco che capisco che non mi ascolta. Ma ho imparato a giustificarlo, esce la mattina alle 6,30 e credo che al lavoro debba parlare molto e ascoltare molto, incavolarsi non poco e fare anche finta di nulla.

Poi, certamente, la mia età aiuta alla rassegnazione 😊

**mamma\_lara** Venerdì, 20 Marzo 2015 14:23

Vado fuori con Emma. Ha deciso che niente vestitino, ma i soldini che le hanno regalato li vuole usare per comprare un libro.

Mahhh, non ci sono più le bambine di una volta. 😊😊😊

**mamma\_lara** Venerdì, 20 Marzo 2015 14:22

Maria, io ho l'aria che mi ingrassa. Solo che grassa non è che sto così male.

**mamma\_lara** Venerdì, 20 Marzo 2015 14:19

Vi prego di perdonarmi in anticipo, ma tutto quanto lo dico con il massimo dell'affetto

Mamma mia quanto sono difficili i rapporti tra marito e moglie.

Ora dico una cosa forte e mi spiace dirla così perché poi può destare polemiche e chiacchiere inutili, specialmente se le diciamo tra donne e in più cefalalgiche. Anche detto così mi sembra di discriminare e mi da noia, però una parte di verità c'è. Mi verrebbe da dire che siamo incontentabili e in parte mi sembra anche sia giusto chiedere sempre il meglio. Però mi viene da dire che alle volte dovremmo provare a stare con un uomo che si ti chiede scusa, però dopo ti da tante di quelle botte solo per il fatto che lo hai messo nelle condizioni di chiedere scusa. Certo che le condizioni mica le crei, alle volte tu hai solo salutato un uomo che non dovevi e lì il marito fa bene a darne di santa ragione, perché una donna non si può permettere di fare queste cose. Se volete vi posso fare un elenco lungo come l'anno della fame di cose che un uomo può sentirsi giustificato per comportarsi da verme con la sua compagna.

Ma certo che questo è da galera, però non si deve pensare che oggi non vi siano donne in queste condizioni. Si può anche pensare che di un uomo simile ci si debba liberare il prima possibile, ma non è semplice come sembra.

Anche Gabriele parla pochissimo e meno male che io parlo ore al telefono, così lui non si sente di dover parlare lui al posto delle persone a cui rompo le pa@@e.

Poi ha ragione Piera, gli uomini non sono complicati come noi ragazze e mi viene da dire MENO MALE. Sono stata con un uomo gnegne e ficcanaso e non immaginate quante volte mi ha detto che mi menava perché mi voleva bene. Lasciate perdere care ragazze, fate come me che ripeto mille volte al giorno a Gabriele che lo amo e lui mi ha sempre risposto "anch'io". Però è un uomo che non mi fa mai star male e se qualche volta abbiamo un po' di maretta, non è da escludere che io abbia le mie colpe.

Poi la tattica di Monica è bellissima, si può benissimo ogni tanto fare un po' le stron.....ette senza ferire più di tanto.

Ora scusatemi ancora, ma qualche lancia in favore dei nostri uomini bisogna pure spezzarla.

Poi vi racconterò una cosa, ma ve la racconterò in privato a proposito di cicci e cocco

**Piera** Venerdì, 20 Marzo 2015 14:18

ieri ho telefonato alla zia che ha perso il marito martedì, e' stato il giorno del suo funerale e anche del suo compleanno, avrebbe compiuto la bella età di 87 anni, portati alla grande!! poveretta era molto triste e angosciata una vita sempre insieme, piena di affetto, ci vorrà tempo. Mia madre che e' sua sorella e' riuscita a farla "innervosire" anche ieri, purtroppo mia madre e' una persona molto egoista e cattiva e non le passa minimamente per la testa di tacere quelli che sono solo i suoi pensieri, e non ha la minima empatia per nessuno anzi..... 😞

**cri69** Venerdì, 20 Marzo 2015 14:14

Buon pomeriggio,riemergo ora da una notte ed una mattina da schifo,vabbè sembra stia passando e avanti tutta.

Confermo anch'io che a volte gestire il rapporto a due è difficoltoso.Mi è piaciuta l'affermazione di Piera,gli uomini sono semplici.Aggiungo che ,forse,noi siamo un pò troppo complicate e ci facciamo delle s.... mentali non da poco.

**Piera** Venerdì, 20 Marzo 2015 13:51

Mariparis capitano i litigi e a volte in questi frangenti e' facile dire cosa che non si pensano veramente!!!! gli uomini sono esseri semplice e non e' una critica, credo che sia molto piu' difficile rendere semplici le cose che complicarle come di solito facciamo noi, infatti lui stanotte ha dormito beato e tu no....lo fa anche il mio Giorgio, l'altro giorno mi sono incavolata perche' butta la spazzatura e pensa di aver pulito casa 😊😊

**Monica** Venerdì, 20 Marzo 2015 13:33

MARIA io non dimagrisco nemmeno più 😞 Tu però se non sbaglio, soffri prevalentemente di cefalea tensiva e per questa il doc disse che la dieta non è molto efficace. Comunque anche io terrò duro e continuerò con la dieta 😊

**Monica** Venerdì, 20 Marzo 2015 13:31

Buongiorno a tutti. Ancora mdt 😞  
MARIPARIS ti capisco benissimo, Valerio fa lo stesso. Lui parla con tantissima gente durante il giorno, io quasi con nessuno. La sera a cena mi piacerebbe parlare con lui, ma è totalmente assente, assorbito dalla tv. Da una parte capisco la sua voglia di silenzio, dopo tutta una giornata di chiacchiere, dall'altra mi urta. Mi prendo le rivincite quando non gli dico alcune cose (ad es. dal parrucchiere gli mando l'sms che sono lì) e lui mi chiede "Perchè non me lo hai detto prima?" 😊

**Maria9195** Venerdì, 20 Marzo 2015 13:31

LARA quanto vorrei darti la mia maionese, le mie salse piene zeppe di olio, la panna....non ne posso più ma per restare in chetosi mi tocca mangiare lipidi, lipidi, lipidi...e intanto il mal di testa non migliora... tutto è rimasto come all'inizio della dieta..pochi migliramenti 😞😞😞😞 ...l'unica cosa: dimagrisco anche se mangio lipidi 😊😊😊😊

**mariparis** Venerdì, 20 Marzo 2015 12:59

Nico sono felice se vai in Sicilia, la mia regione. Se vuoi qualche consiglio, chiedi pure...e poi se anche io scendo giù in Sicilia sarebbe bello incontrarti...

Feffe non voglio tenerti sulle spine...vi racconterò. Magari oggi no altrimenti intaso il forum con i miei post.

ho letto una frase in inglese che voglio condividere con te e tutte voi, che ho trascritto subito e che ho interpretato come un segnale: let things come to you.

Lara quanto e' dolce il tuo Gabriele...

**mariparis** Venerdì, 20 Marzo 2015 12:52

Buongiorno a tutti. E' sempre bello legervi...

ieri sera ho avuto un brutto litigio con Alberto. Non litighiamo spesso, anzi, quasi mai, ma ieri e' stato davvero brutto. Mi ha detto delle cose che mi hanno offesa e molto dure...anche se poi stamani mi ha baciata prima di andare al lavoro e mi ha chiesto scusa.

devo dire in verità che probabilmente sono stata rompi p...io per prima. Mi lamentavo della sua abitudine di cenare e nel frattempo guardare la Tv. Io magari avrei il piacere di scambiare due parole...

lui dice che dopo una giornata di lavoro è stanco e non ha niente da dire, e vuole sentire il tg.

sono confusa...ancora a 40 anni non capisco se sono io logorroica o e' lui un poco sensibile...

poi come al solito, da buona emicranica, io mi sono sentita in colpa ed auto flagellata tutta la notte mentre lui russava beato...

come sono difficili le relazioni...e come e' difficile imparare dagli errori...

**mamma\_lara** Venerdì, 20 Marzo 2015 12:38

Paula, spero tu sia riuscita a riposare.

Hai fatto bene a tornare a casa, succedono tanti incidenti per i "colpi di sonno"

Hai proprio detto bene, se ai pazienti si danno le giuste informazioni si tranquillizzano prima.

**mamma\_lara** Venerdì, 20 Marzo 2015 12:35

Rossana, Grazie per farci partecipi delle feste per i compleanni che hai in famiglia. Certo che hai ben una bella fantasia.

ottimo le lezioni per usare i social. Anche il forum lo è, solo che ha delle regole rigorosissime. 😊

**mamma\_lara** Venerdì, 20 Marzo 2015 12:32

Annuccia, 7 camice ed è proprio un bel dire "ho sudato 7 camice". Ecco, per me sarebbe stato peggio che fare 50 uova di cappellacci.

Che brava sei stata. Brava brava

**mamma\_lara** Venerdì, 20 Marzo 2015 12:31

Mariparis, poi ci racconterai. Sempre quando per te sarà il momento giusto 😊😊

**mamma\_lara** Venerdì, 20 Marzo 2015 12:30

Come sapete ho Emma tutti i giorni e oggi abbiamo deciso che andiamo a prendere un vestitino. La zia Loredana le ha dato una mancina e oggi andiamo a fare spesa. Lei è felicissima 😊😊😊😊

**mamma\_lara** Venerdì, 20 Marzo 2015 12:29

Piera, arriverà anche il momento per la salsa tonnata, per me intendo. 😊

Io neppure sono uscita a guardare se per caso anche dalle mie parti si vedeva l'eclissi. E a proposito, non credo alle previsioni di grandi catastrofi, non mi piace. Mi piace invece quello che ha scritto Piera riguardo ai buoni auspici, quelli mi piacciono.

Tanto le grandi catastrofi ci sono sempre state e ci saranno sempre anche senza ci siano eclissi. Per fortuna arrivano anche le cose belle e tutto fa parte del vivere su questa terra. Quando saremo in paradiso si che potremmo vivere in pace, ma lì io spero di andarci il più tardi possibile. Diciamo che sopporterò di tribolare ancora per anni..... spero 😊😊😊😊

**mamma\_lara** Venerdì, 20 Marzo 2015 12:22

Feffe, hai detto una parola che per noi cefalgici è proprio difficile da attuare "adattamento", Ogni volta che leggo del nostro cervello, spesso leggo che ha un problema adattativo.

Sai quante volte ho faticato ad adattarmi, ma dovevo farlo per una questione di sopravvivenza e di responsabilità. Tante volte avrei fatto scelte diverse da quelle che ho fatto, ma ho dovuto scegliere quelle più idonee al momento.

Ora mi adatto più facilmente, ma penso sia alla mia età e anche al fatto che ho raggiunto una posizione "comoda" e posso permettermi anche l'adattamento.

Però se lascio andare il mio istinto, quello è sempre in opposizione. E' con il ragionamento e l'esperienza che poi arrivo a fare il meno peggio.

**nico26** Venerdì, 20 Marzo 2015 12:07

Buon pranzo a tutte !Eclissi passata e spero che passi anche il virus del vomito a nico visot che da stanotte a stamane alle 9 ha vomitato 5 volte tipo fontana!Poverino vedere i bimbi star così male.Confido nel miglioramento.

Io stamattina sono andata a vedere se ci sono offerta per la Sicilia a Giugno!!

**Piera** Venerdì, 20 Marzo 2015 10:35

Lara buona la salsa tonnata!!! bella idea. dopo il controllo del colesterolo, me la farò anch'io 😊

**mamma\_lara** Venerdì, 20 Marzo 2015 10:31

Monica, io non sono vegetariana ma non mi piace la carne, solo fatta ai ferri riesco a mangiarla. Sono 4 mesi oggi e ho ottenuto dei risultati che non avrei mai sperato. Faccio tutti i giorni il test e sono sempre positiva per fortuna. Mangio formaggi per i grassi.

Ma siccome si sono messi in testa che dovevo dimagrire (non so da dove gli venisse questa idea 😊😊) quando sarà il momento che potrò darci dentro, mi farò una bella maionese poi frullerò una scatoletta di tonno rigorosamente con olio e farò una bella salsa tonnata. 😊😊😊

**mamma\_lara** Venerdì, 20 Marzo 2015 10:24

Gabriele è andato a fare la spesa. Abbiamo deciso che domani facciamo un po' di cappellacci, mi da una mano lui, perchè mia sorella Loredana lavora e di tempo non ne ha. Ma per quelli faccio bene anche senza delle mie sorelline, perchè non ne ho troppi da fare, purtroppo ho poca zucca 😊

Prima di uscire mi ha detto: "non scappare" poi ha sorriso e ha continuato dicendo: "fa pure come vuoi, tanto non riesci a correre e ti raggiungo in fretta".

E' stato un suo modo per dirmi che mi vuole bene 😊😊😊😊

**mamma\_lara** Venerdì, 20 Marzo 2015 10:20

Feffe, cerco di farmi andare bene tutte le stagioni, ma quando sono proprio stanca se siamo nella stagione fredda mi sembra di esserlo ancora di più.

Il tremore che mi viene in questi momenti, è come se avessi gli organi interni ad avere freddo e faccio sempre tanta fatica a scaldarmi dentro.

**mamma\_lara** Venerdì, 20 Marzo 2015 10:14

Buongiorno a tutti.

ieri sera avevo i ragazzi a cena e ho fatto tardino.

**Piera** Venerdì, 20 Marzo 2015 10:12

Feffe anch'io ho sempre avuto un grande istinto materno, quando mi sono sposata a 22 anni la cosa che desideravo di più era avere bambini e tre mesi dopo il matrimonio ero già incinta.....certo ho avuto la fortuna di incontrare l'uomo giusto. A volte penso che avere questa immensa propensione ad essere madre non sia sempre positivo, ci sono persone che capiscono subito come sei fatto e diventano "predatori emotivi" Succhiano linfa vitale, energia, positività. Ci usano con grande abilità, per placare e colmare i propri vuoti.

purtroppo nel mio cammino di vita ne incontrati alcuni e il male che mi hanno fatto mi pesa ancora.

**paula1** Venerdì, 20 Marzo 2015 09:27

FEFFE81 anche io, come PIERA, quando sono estremamente stanca ho tantissimo freddo...proprio non riesco a scaldarmi con niente.....

per lo stress da lavoro ti capisco, perchè anche io che andavo volentieri, ora, certi giorni, ho dei magoni colossali...e faccio fatica a gestirli perchè come solito mi tengo tutto dentro e mi sembra di avere una bestia che mi rode e corrode poco alla volta..... 😞

**paula1** Venerdì, 20 Marzo 2015 09:18

Buon giorno a tutti...qui sole...direi che stanotte è stata eccellente...ero con un infermiere nuovo e mi sono trovata molto bene...abbiamo fatto i nostri lavori...lui è molto gentile e disponibile.....(giovannissimo: la metà dei miei anni) e poi ci siamo seduti in cucina a bere un tè...abbiamo parlato e sono arrivate le cinque in un batter d'occhio...anche i pazienti erano tranquilli e ciò ribadisce il mio pensiero che se diamo le informazioni e l'assistenza adeguata sono più rilassati e riposano meglio.....

ah ci siamo anche divisi un gelato Conad buonissimo regalatoci dai genitori di un bambino...lo abbiamo offerto anche alla dottoressina di guardia...

stamattina dovevo andare in banca, ma stare un'ora in giro ad aspettare che aprisse non mi andava e sono venuta a casa...ho fatto bene perchè sono stanca e anche in scooter gli occhi tiravano a chiudersi.....

ora aspetto che inizi l'eclissi di Sole e poi me ne vado a dormire... 😊

stasera Fausto ha il concerto a Bologna nel locale che abbiamo visto sabato scorso quando ci hanno spaccato il vetro della macchina.....io non ne ho molta voglia, ma prevedendo un bassissimo afflusso di gente farò il sacrificio di andarli ad ascoltare... 😞

**rossana** Venerdì, 20 Marzo 2015 08:42

E ovviamente sono impegnata a pensare cosa faremo noi fratelli lunedì per Stefano.

Il piccolo di casa coi capelli brizzolati 😞

Andremo a sorpresa a casa sua, ma ovviamente devo farmi venire una bella idea.

Spero mi arrivi

Buona giornata a tutti

**rossana** Venerdì, 20 Marzo 2015 08:35

Vedo di vestirmi e partire.

Devo passare dalla pasti del mio fratello piccolo che lunedì compirà 50 anni.

Lo sto aiutando col "web marketing", quando me l'ha chiesto ero anche preparata.

Ho seguito alcune lezioni in un corso di Ecipar che tratta il tema del linguaggio sui social e quanto ci

sarebbe da sapere.....

La prima cosa che questa docente - ragazza in gambissima - ci ha detto: ricordatevi che andando su un social andate in piazza.

Quindi pensate a come vi vestite, cosa dite, a salutare educatamente e evitare le persone sconvenienti.

Credo che ci sia molto da lavorare sull'argomento.

E comunque non mi faccio mai trovare impreparata: la pasticceria chiede aiuto per i nuovi media e io ho già studiato ed ho qui per loro la persona che ci / li aiuterà. 😊

**rossana** Venerdì, 20 Marzo 2015 08:28

Si PIERA confidiamo sull'interpretazione del Sole che incontra la Luna.

E cerchiamo di ricordarci cosa dobbiamo e potremmo fare per trattare meglio questo pianeta.

Se penso a Expo sto male: lo slogan era e forse è ancora (ma chi ci crede) "Nutrire il pianeta" e sta diventando una fiera del cibo molto allargata.

Per questo evento abbiamo espropriato e cementificato ettari e ettari di terreni che erano campi coltivati.....meglio che mi taccia se no LARA mi deve cancellare la mattina subito.

**rossana** Venerdì, 20 Marzo 2015 08:23

Buongiorno a tutti,

ANNUCCIA per fortuna dici che la prendi con calma.....hai stirato 7 camicie e non è mezzogiorno!

Ma con tre uomini in casa devi essere bene allenata.

Toccante il messaggio di ieri sul papà, grazie per averlo condiviso.

**Piera** Venerdì, 20 Marzo 2015 08:12

Stamattina ci sarà l'eclissi, i popoli antichi credevano che fossero presagio di avvenimenti catastrofici, ma ci sono anche credenze più ottimistiche riguardo a questo fenomeno naturale: a Tahiti per esempio, le eclissi erano interpretate come il congiungimento amoroso del Sole e della Luna. Perfino ai giorni nostri, presso certe tribù eschimesi e artiche si crede che le eclissi siano un segno della benevolenza divina: il Sole e la Luna lasciano temporaneamente il proprio posto in cielo per controllare che sulla Terra vada tutto bene.....mi auguro che al sole e la luna che oggi si baceranno piaccia questo mondo che tutti noi dovremmo amare e rispettare di più' .

Buona giornata a tutti 😊

**Annuccia** Venerdì, 20 Marzo 2015 08:05

Buongiorno a tutti!

ieri sera altro rientro a casa con MDT ed era tutto il pomeriggio che avevo malessere generale con nausea.

Mi sono impasticcata e a letto.

Stamani sto un po' meglio ma piena di dolori, me la prendo con molta calma, anche se ho già stirato 7 camicie.

Andrò a fare la spesa e nulla di più.

Devo preservarmi oggi pomeriggio vado a studio per recuperare lunedì.

FEFFE, mi dispiace per il periodo difficile e così pesante.

**feffe81** Giovedì, 19 Marzo 2015 21:30

PIERA devo ammettere che la testa finora ha fatto la brava, e questa è una vera fortuna, però è pesante. I miei progetti...sono andati tutti in fumo! GIUSEPPINA sono sincera, non ho assolutamente aspettative alte e non ho stress da prestazione, anzi mi sento sicura delle mie capacità 😊 mi distrugge proprio il numero di ore da passare fuori casa e non sapere mai a che ora potrò uscire la sera e che mi possano chiedere anche il sabato o la domenica

MONICA che rabbia il "mancato trip"! mi spiace per la dieta che non fa bene 😞

MARIPARIS mi hai incuriosita!

MAMMALARA io mi sento spessissimo mamma dentro, per questo soffro il non avere figli miei...ieri ho avuto un bellissimo regalo: uno dei miei nipotini (i gemellini) mi ha mandato un messaggio vocale dolcissimo dove mi diceva che mi vuole tanto bene e non mi vuole mai e poi mai lasciare 😊 avevo gli occhi a cuoricino!!

Comunque ora vi ho riletto con più attenzione e decisamente devo fare mio il verbo "adattarsi"

**giuseppina** Giovedì, 19 Marzo 2015 20:47

FEFFE ho conosciuto anch'io quella brutta reazione di tremore incontrollabile, anche per me era dovuto al lavoro, aspettative troppo alte e stress da prestazione. Una volta non sono riuscita a uscire dalla macchina per presenziare a una gara d'appalto a cui tenevo molto, mi vergognavo a entrare in quello stato 🙄🙄🙄

**Piera** Giovedì, 19 Marzo 2015 20:14

Ti capisco, non e' facile lavorare a certi ritmi per nessuno, per noi è difficile il doppio, spero che tu resista il tempo dei tuoi "progetti"!!! 😊

**feffe81** Giovedì, 19 Marzo 2015 20:09

PIERA mi sento proprio un tremore, sia nelle mani e mandibola, sia mi gira la testa 🙄 ho resistito 2 mesi, vorrei resistere ancora un po' per far curriculum, ma tutti i giorni ho un sottofondo di rabbia e invidia che non vanno bene 🙄 niente, non riesco proprio a cambiare questi pensieri

**Piera** Giovedì, 19 Marzo 2015 19:41

Feffe io quando sono molto stanca, mi viene un gran freddo e tremo, non so se questa e' la tremarella che intendi tu, durante i lavori "usuranti" che ho svolto negli ultimi anni, la sera ero così stanca che per riuscire a dormire dovevo prendere un antidolorifico, avevo male dappertutto .....meno male che ho trovato questo lavoro 😊

**feffe81** Giovedì, 19 Marzo 2015 19:20

Ciao forum, vi leggo ma non riesco a scrivere più di tanto, questo lavoro mi assorbe troppo 🙄 MAMMALARA però ho letto che è andata bene ieri e che ti hanno rilasciata subito, che bello! Sono talmente stanca che mi è venuta la tremarella, ma a voi succede?

**Monica** Giovedì, 19 Marzo 2015 17:34

Mariparis un abbraccio anche a te

**Monica** Giovedì, 19 Marzo 2015 17:33

Comunque paziente anche se sta tornando il mdt. E sto pure dalla parrucchiera

**Monica** Giovedì, 19 Marzo 2015 17:32

Mariagrazia avrei voluto diventare vegana ma sarebbe stato impossibile seguire la dieta chetogenica. Mangio sempre le stesse cose, insalata, formaggi e uova. Ogni tanto affettati vegani e Wurstel di soia. A me piacciono i legumi e mi mancano tanto i ceci, forse più della pizza

**mariagrazia** Giovedì, 19 Marzo 2015 16:21

Quando vado a fare la spesa anche io perdo ore a leggere tutte le etichette. Quando vado con mio figlio anche lui lo fa e mi aiuta.

Cmq è davvero difficile.

Monica per te lo sarà certamente di più, non mangiando carne. Ma sei vegetariana o vegana? I vegetariani penso abbiano qualche scelta in più rispetto ai vegani

**nico26** Giovedì, 19 Marzo 2015 16:09

Un abbraccio amiche mie!!!

**Piera** Giovedì, 19 Marzo 2015 16:06

fare la spesa per noi e' veramente difficile, io non so perche' i produttori aggiungano zucchero come se piovesse!!!, ma in tutto , anche in alimenti insospettabili 😊 dovrete vedermi quando faccio la spesa sembro sherlock holmes alla ricerca di un indizio, che poi una lente d'ingrandimento mi farebbe veramente comodo 😊

**Piera** Giovedì, 19 Marzo 2015 15:57

Giuseppina e' bella questa cosa che pensi di Giuseppe, un figlio non suo e sposare una ragazza incinta!!! a quei tempi non deve essere stato facile per lui..... 😊 Monica ti capisco la cheto e' molto limitante nel cibo, io da un lato nel seguirla sono facilitata , a parte la pizza che anch'io come cris mi sognavo la notte, mi piaceva mangiare sempre le stesse cose, mi da una sorta di sicurezza!!!!



anche adesso che seguo la dieta di transizione certi cibi non riesco a mollarli 😊 ah la mente che potere!!! 😊

**paula1** Giovedì, 19 Marzo 2015 15:19

Buon pomeriggio a tutti...Auguri a GIUSEPPE e GIUSEPPINA di Buon Onomastico...

hai ragione GIUSEPPINA erano più "avanti" 2015 anni fa che adesso.....

infatti anche io ho sempre pensato che il falegname Giuseppe era una buona persona prendersi cura di un figlio non suo...e anche che gli italiani abbiano accolto già da allora un extracomunitario... invece adesso siamo tornati ai tempi dell'inquisizione se si potesse.....

**giuseppina** Giovedì, 19 Marzo 2015 14:52

grazie a tutte per gli auguri di san Giuseppe, è un santo che mi piace, umile, laborioso e molto avanti, se pensiamo che si è preso cura di un figlio non suo 2000 anni fa, quando ancora non si usavano le famiglie allargate 😊

**mamma\_lara** Giovedì, 19 Marzo 2015 14:44

UNA RICERCA FA LUCE SULLA CONTAGIOSITA' DELLA DEPRESSIONE

Gli stati d'animo legati alla depressione possono essere contagiosi?

E' il tema di una ricerca di Gerald Haefel e Jennifer Hames, due psicologi dell'università di Notre Dame nell'Indiana (Usa), pubblicata sulla rivista Clinical Psychological Science. Intanto una premessa: chi reagisce in modo negativo agli eventi stressanti, spesso o fa perché interpreta tali eventi come invincibili e si ritiene incapace di reagire.

Questo pessimismo è noto agli psicologi come vulnerabilità cognitiva e può essere il segnale che la depressione è in agguato.

Di solito viene avvertito per la prima volta nel periodo dell'adolescenza.

Convinti che il contagio avvenga soprattutto nelle fasi di transizione e di cambiamento della vita, gli psicologi hanno esaminato 206 ragazze e ragazzi in età da college, con un questionario in grado di valutarne la vulnerabilità cognitiva e eventuali sintomi depressivi già presenti. Il test gli è stato somministrato tre volte: a un mese dall'ingresso nel campus, dopo tre e dopo sei mesi.

Ebbene, i test hanno rivelato che le matricole che avevano un compagno di stanza con elevati livelli di vulnerabilità cognitiva erano più suscettibili a imitarne lo stato d'animo, sviluppandoli anche loro. Mentre quelli che avevano un compagno di stanza poco "vulnerabile", rischiavano meno.

Il "contagio" era evidente sia a 3 mesi dall'ingresso nel college che dopo 6 mesi.

E gli studenti che avevano mostrato un aumento della vulnerabilità cognitiva nei primi 3 mesi, dopo 6 mesi avevano quasi il doppio dei sintomi depressivi rispetto a coloro che non avevano mostrato un tale aumento.

"I nostri risultati suggeriscono che potrebbe essere possibile utilizzare l'ambiente sociale di un individuo come parte del processo di intervento" - hanno spiegato Haefel e Hames, suggerendo che l'effetto contagio potrebbe essere sfruttato per contribuire a trattare i sintomi della depressione.

"Vivere a contatto con persone con uno stile cognitivo adattivo (capaci di adattarsi, ndr) dovrebbe contribuire a facilitare il cambiamento cognitivo in terapia".

"Il nostro studio - continuano - dimostra che la vulnerabilità cognitiva ha il potenziale per crescere e calare nel corso del tempo a seconda del contesto sociale.

Questo significa che non è immutabile".

da:

<http://www.sanitanews.it/quotidiano/intarticolo.php?id=7329&sendid=870>

**mariparis** Giovedì, 19 Marzo 2015 14:39

Monica ti mando un bacio, speriamo che presto tu possa stare bene...

**mariagrazia** Giovedì, 19 Marzo 2015 14:36

Auguri alla nostra Giuseppina e a Giuseppe e auguri a tutti i papà del forum

**mariparis** Giovedì, 19 Marzo 2015 14:36

Buon pomeriggio a tutte.

e tanti auguri ai Giuseppe e Giuseppina e a tutti i papà'.

Piera e Annuccia grazie per le cose stupende che avete scritto.  
e volevo dare un abbraccio a Piera per la perdita di un suo caro...  
Lara sono davvero felice che sia andato tutto bene e che sei nella tua amata casetta.  
vi voglio bene e vi penso spesso...non sono di molte parole perché sta accadendo una cosa che non è mai successa in tantissimi anni e non so spiegarla.  
nulla di grave, anzi positiva...poi vi racconterò. Un abbraccio

**Monica** Giovedì, 19 Marzo 2015 14:24

MAMMA LARA mio padre non ha un rapporto semplice con il cellulare. Glieli leggo sempre io i messaggi

**Monica** Giovedì, 19 Marzo 2015 14:23

ieri pomeriggio sono andata al supermercato per comprare qualcosa e mi è preso lo sconforto. Questo no, quello no, quell'altro troppi carboidrati. Sono uscita con quattro cose dopo aver speso 7,00 €. Mai successo 😞

**Monica** Giovedì, 19 Marzo 2015 14:21

iera sera mega attacco con vomito.

Alle 20.00 mi sono messa a letto dopo aver preso il trip. Alle 22.30 mi sono svegliata che il mdt era aumentato. Ripercorrendo con la mente il momento in cui credevo di aver preso il trip, mi sono resa di avere un vuoto. Così ho aperto il cassetto del comodino dove ho i trip, e la confezione era integra 😞 Forse ho preso eutirox al posto del trip o forse lo volevo prendere e poi non l'ho fatto 😞 Questa cosa mi ha spiazzata 😞 Purtroppo poi era troppo tardi ed è partito il vomito. Alla seconda volta Valerio mi ha fatto una puntura di plasil ed anche il mdt si è calmato.

Oggi 32° giorno di dieta e benefici molto, troppo, pochi 😞

**mamma\_lara** Giovedì, 19 Marzo 2015 14:21

Monica, mandagli un messaggino e digli che glieli fai di persona questa sera

**mamma\_lara** Giovedì, 19 Marzo 2015 14:20

Annuccia, pensandoci bene bene, sai che io non mi sento per nulla una persona forte, anzi, mi sembra di avere paura di tutto. Forse è per quello che faccio finta di essere forte. E a forza di fare finta mi sta riuscendo che ogni tanto forte lo sono.

Per anni non mi sono potuta permettere di fare affidamento su qualcuno che ho imparato a fare in qualche modo lo stesso.

**Monica** Giovedì, 19 Marzo 2015 14:17

Buongiorno a tutti e tanti auguri a GIUSEPPE e GIUSEPPINA.

Stamattina ho visto mio padre ma mi sono proprio dimenticata di fargli gli auguri 😞 Rimedierò stasera 😊

**mamma\_lara** Giovedì, 19 Marzo 2015 14:07

E' arrivata una nuova amica.

Benvenuta emi70

**mamma\_lara** Giovedì, 19 Marzo 2015 13:58

Che bello lo scritto della tua amica Annuccia. Me lo copio e lo mando ai miei ragazzi (fra i quali c'è anche Gsbriele). Anche loro sono uomini speciali

**mamma\_lara** Giovedì, 19 Marzo 2015 13:54

Annuccia, sono ancora qui che rido.

Gabriele ha a fianco la donna che probabilmente desidera. Lui sa che io sono affidabile e forte e se solo fossi diversa forse non gli andrei bene.

O forse non andrebbe bene lui a me se mi fosse impedito di essere forte.

Io ho sbagliato una volta nella scelta dell'uomo, ma al tempo ero una bimba.

Poi però anche a Gabriele non impedisco nulla di nulla e sa che ogni battaglia dovrà combattere io sarò forte anche per lui nel caso lui "cedesse".

Poi io ho sempre pensato che devo essere un esempio per i miei figli e per tanti anni mi sono dovuta arrangiare. Non avevo neppure il tempo di piangere e se una volta ho pianto ho dovuto trovare la scusa che avevo bagnato i panni, perché ne avevo tante di scuse talmente valide e presenti

perennemente nella mia vita che avrei pianto per anni.

Va la che va bene così. Meglio acciaccata in strada e anche nella tempesta piuttosto che sul divano a pensare al quanto sto male.

Va bene che ci potrebbe anche essere una via di mezzo, te lo consento il pensiero, però lo sai bene cara amica che io sono esagerata, lo dico sempre e le vie di mezzo non so neppure come siano fatte.



Ti voglio bene.

**Sissi** Giovedì, 19 Marzo 2015 12:20

Ciao a tutti e buona giornata, se possibile. Auguri a Giuseppina, a Giuseppe e a tutti i papà.

**Annuccia** Giovedì, 19 Marzo 2015 12:00

Succede quando meno te lo aspetti. Lo ritrovi al tuo fianco, senza volerlo, senza cercarlo: l'Uomo che non sarà mai spaventato, confuso, disilluso, che non ti dirà mai "ho bisogno di tempo", o (la peggiore) "non sei tu, sono io". L'Uomo che non sarà mai stanco di te, anche se l'hai trascurato, anche se gli hai risposto male, anche se ha avuto una giornata difficile al lavoro o anche se ha mille impegni, non sparirà: sarà sempre lì pronto ad abbracciarti, proteggerti, parlarti, ascoltarti, capirti, darti il consiglio giusto e non gli peserà prendersi cura di te. Accettandoti per quella che sei, tralasciando il fatto che sei cresciuta.

Questo è quello che scrive una mia amica sul suo papà che è mancato da qualche tempo. Mi fa piacere condividere con voi. E' un bel pensiero d'amore tenendo presente che lei non è stata fortunata con i suoi mariti (ha già due matrimoni falliti alle spalle)!

**Annuccia** Giovedì, 19 Marzo 2015 11:54

LARA, non ho parole per la tua volontà di ripresa, mi meraviglio solo un po' di Gabriele che te le sta dando tutte vinte..... 😊

**Annuccia** Giovedì, 19 Marzo 2015 11:52

Buongiorno a tutti! auguri al nostro GIUSEPPE e alla nostra GIUSEPPINA. Il giorno 19 marzo , ormai, mi ricorda due brutti eventi, quindi ho messo un po' da parte.

A Roma si mangiano le zeppole di san Giuseppe, bigné fritti con crema all'interno, una bontà unica, ma anche io li penso intensamente senza mangiarli.

In questo giorno comunque lascio un mio messaggio dedicato ai papà. Sono felice di essere stata fortunata di avere un nonno, un papà , un marito e adesso anche un figlio che sono stati e sono dei papà con la "p" maiuscola. Forse è per questo che spesso mi "leggete" pro uomini 😊 da loro ho avuto e ho tutt'ora tanto amore.

**mamma\_lara** Giovedì, 19 Marzo 2015 11:35

Piera, sì, meglio non pensarci 😞

**Piera** Giovedì, 19 Marzo 2015 11:33

qui a Bologna per San giuseppe si usa mangiare le "raviole" che e' un dolce di pasta frolla con un ripieno di marmellata alla prugna.....meglio che non ci pensi , troppi ma troppi zuccheri 😊

**nico26** Giovedì, 19 Marzo 2015 11:23

Buon S.Giuseppe E Giuseppina a tutti i nostri amici del forum.

Oggi sole sole e questo aiuta tanto!!! 😊

**mamma\_lara** Giovedì, 19 Marzo 2015 10:58

Devo stampare un po' di cose per il gruppo di oggi.

**mamma\_lara** Giovedì, 19 Marzo 2015 10:57

Rossana, mi accompagna Gabriele perchè poi va a prendere Emma. Poi a casa mi porta Graziella 😊

Non devo neppure fare la fatica di guidare 😊😊

**rossana** Giovedì, 19 Marzo 2015 10:42

Ah bein LARA, vai anche al gruppo.

Non ho parole..... 😞

**mamma\_lara** Giovedì, 19 Marzo 2015 10:24

Paula, i tuoi saluti notturni tengono aperto il forum H 24 come direbbe Crozza quando imita un politico lombardo

**mamma\_lara** Giovedì, 19 Marzo 2015 10:22

L'ho detto che oggi c'è il gruppo?

Si!!!!

Oggi ci siamo.

Poi con sta giornata come si fa a non trovarci. 😊

**mamma\_lara** Giovedì, 19 Marzo 2015 10:19

Sissi, si vede che il computer perde i colpi. Avevo scritto un messaggio a te che non trovo più.

Mi ha fatto ridere il messaggio che hai scritto. Ma hai ragione sai, io in ospedale mi sento reclusa e il fatto che mi abbiano rilasciato per buona condotta ci sta proprio. 😊😊😊

Grazie

**mamma\_lara** Giovedì, 19 Marzo 2015 10:17

Mamma mia che nostalgia di Elvino. Lui ha portato con se tutte le mie confidenze di bambina.

Raccontavo a lui ogni cosa e lui le portava nel suo cuore senza mai dire a nessuno ciò che gli dicevo. Era lui che avrei sposato se a 14 anni non fosse diventato un Angelo.

Me lo aveva promesso che mi avrebbe chiesto di sposarlo, anche se ero una che non stava mai ferma e per lui che era su una sedia a rotelle un po' lo scombuscolava

**mamma\_lara** Giovedì, 19 Marzo 2015 10:09

Mi sono sentita mamma fin da piccola, facevo da mamma alle bambole, ai gatti e anche alle mie amiche. Mariella una carissima amica della mia infanzia ancora se lo ricorda di come mi occupavo di lei. E Elvino, il mio compagno di scuola paralizzato al quale portavo i compiti ogni giorno. E sono convinta che sia così anche per un uomo.

**rossana** Giovedì, 19 Marzo 2015 10:08

Grazie PIERA 😊

**rossana** Giovedì, 19 Marzo 2015 10:07

LARA sai che anche io riesco a pensare a quel che ho avuto piuttosto che a quel che non riesco a fare.

A letto, spesso ad occhi aperti, penso ai deserti che ho visto per lavoro e non e ai diversi colori del loro cielo e mi dico che ho anche visto tanto.

Cosa inimmaginabile per i miei genitori come per tanti altri.

Poi ho fatto anche belle vacanze itineranti con le amiche e con Alberto.

Insomma si impara ad adattarsi, s'ha da fare.

**rossana** Giovedì, 19 Marzo 2015 10:05

Bene LARA, i dolori a gambe e schiena li conosco perché ho fatto quell'esame due volte e ancora me li ricordo.

Basta stare su quel letto rigido, io che dormo su un memory fa te...dei trasbordi poi non parliamo anche se stavano attentissimi.

L'importante è che stia lontana la grappolo, questa sì che è una notizia 😊

**mamma\_lara** Giovedì, 19 Marzo 2015 10:04

Sono convinta che non sia avere dei figli ci faccia diventare mamma o papà. Mamma e papà lo si è dentro anche se non abbiamo figli nostri.

E Alberto cara Rossana sarà papà dentro

**mamma\_lara** Giovedì, 19 Marzo 2015 09:54

Rossana, un po' di dolori sparsi qua e la, ma niente grappolo e questo per me è la cosa importante. Ho un po' di mal di schiena, forse è stato un movimento sbagliato mentre facevo i trasbordi tra un lettino e l'altro. Non so cosa farci, ma le mie gambe non fanno forza se sono stese e ho dovuto fare movimenti che forse la schiena non ha gradito.

Ma detto questo va tutto bene. Ho dormito niente praticamente, però son0o stata a letto al calduccio e senza grappolo. Solo questo conta.

Poi devo stare bene per forza. Domenica forse arrivano le sorelline per la solita baldoria per i cappelletti e i cappellacci. 😊😊😊

Ma si dai che è andata bene e ora tutto si sistema.

Non oso immaginare invece come stanno le tue gambe, a me hanno detto di tardare le protesi fin che riesco a sopportare, perchè comunque è un bel calvario anche a vere a che fare con quelle.

Hai ragione quando dici che ci si deve adattare, pensa che quando ripenso alle mie corse o a quando ballavo per una serata intera mica ci penso con nostalgia, ma riesco a vivere questi pensieri con gioia e mi sento fortunata di aver potuto correre e ballare, ci sono persone che mai hanno avuto questo privilegio.

Ora balla e corre la mia anima sempre.

Grazie carissima.

**Piera** Giovedì, 19 Marzo 2015 09:51

Rossana, anche Alberto e' padre!!! e per fortuna che esistono tanti uomini come lui, oggi fagli gli auguri perche' se li merita tutti

**rossana** Giovedì, 19 Marzo 2015 09:47

PIERA bellissimo davvero il messaggio, molto toccante.

Per noi che non siamo genitori poi.....quasi commovente, perchè alla fine - molto immodestamente - ci sentiamo tali.

E Alberto che non è padre ma che è così paterno e premuroso e generoso con tanti che di lui hanno bisogno.

Grazie, credo tu abbia detto una cosa vera.

**rossana** Giovedì, 19 Marzo 2015 09:43

Buongiorno a tutti,

LARA com'è andata la notte e come va ora col dolore?

**Piera** Giovedì, 19 Marzo 2015 09:31

bella idea Lara!!! 😊 ora lo faccio anch'io

**mamma\_lara** Giovedì, 19 Marzo 2015 09:25

Piera, mi piace troppo il tuo messaggio per i papà. Troppo bello. Grazie. lo mando in giro ai miei ragazzi e a Gabriele

**mamma\_lara** Giovedì, 19 Marzo 2015 09:24

Buongiorno a tutti.

Auguri anche da parte mia a tutti i Giuseppe e le Giuseppina.

E auguri a tutti i papà.

**Piera** Giovedì, 19 Marzo 2015 08:51

**auguri a tutti i Giuseppe e Giuseppina**, in particolare ai "nostri"!!!!

Auguri a chi è papà e a chi si sente padre. A quelli che hanno figli e a quelli che li vorrebbero. A quelli che hanno capito che esseri padri non è solo una questione di sangue ma un atto d'amore. Auguri a quei papà che hanno una famiglia, ma anche un cuore grande per poter accogliere i figli degli uomini che padri non sanno e non vogliono essere."

Come al solito non e' farina del mio sacco , ma mi piace molto 😊 la sento molto mia 😊

**cri69** Giovedì, 19 Marzo 2015 07:50

Buongiorno a tutti ,qui sta arrivando il sole 😊

**paula1** Giovedì, 19 Marzo 2015 05:06

Buon giorno a tutti...passo per un saluto mattutino 😊 tra poco partiamo col giro e va bene perché il tempo sembra passare più veloce...non vedo l'ora di essere a casa 😊 sono contenta che la mia testa fa la brava...meno il mio ginocchio..l'ho dovuto di nuovo fasciare e imbottire di crema

Artrosilene... 😊 e su 3 piani di ospedale ho trovato solo un tubetto praticamente finito e

basta... 😊😊 abbiamo una "farmacia" che fa scappare da ridere..... 😊

buon risveglio a tutti

**rossana** Mercoledì, 18 Marzo 2015 21:48

Si CRIS, come dice MONICA vale la pena che tu ti dia ancora del tempo visto che molte amiche ne hanno tratto vantaggio.

Pazienza pazienza e ancora pazienza.....ma dove cavolo la andiamo a prendere????? 😞

**rossana** Mercoledì, 18 Marzo 2015 21:47

MARIA spero vada meglio.....

**rossana** Mercoledì, 18 Marzo 2015 21:45

SISSI bentrovata, anche tu sempre alle prese col dolore.

Che pa@@e....

**rossana** Mercoledì, 18 Marzo 2015 21:44

ELISABETTA anche io ti ho sempre in mente e immaginavo le difficoltà che descrivi.

E' difficile "adattarsi", ne so qualcosa ma ce la farai.

In questo periodo faccio molta fatica anche io con la camminata.

Ogni gamba va per conto suo, come può a determinare un andamento tutt'altro che "regolare".

La schiena ovviamente ne fa le spese e spesso, come in questi giorni, mi fanno molto male i piedi perché li schiaccio troppo a terra.

Non devo pensare a come farò in futuro, non serve a niente quindi non lo devo fare.

Forza cara, un "equilibrio" arriva presto o tardi anche se costa tanta ma tanta fatica.

Vivere con dei limiti nella deambulazione e misurarsi in tutte le attività quotidiane è tutt'altro che facile.

Il primo passo è accettare.....ma si fa presto a dirlo.

**rossana** Mercoledì, 18 Marzo 2015 21:37

PIERA come dice GIUSEPPINA è sempre triste perdere qualcuno della nostra famiglia.

Non si può fare a meno di soffrire.

Mi dispiace.....

**rossana** Mercoledì, 18 Marzo 2015 21:35

ANNUCCIA è brutto trovarsi per strada con l'aura 😞, ma proprio brutto.

Già non è piacevole quando ci troviamo "al sicuro" ma in viaggio fa un pò paura, per noi e per gli altri.

Evidentemente da qualche parte la forza ci arriva in quei casi.

**rossana** Mercoledì, 18 Marzo 2015 21:33

PAULA per il tuo post di ieri quoto anche io il messaggio di PIERA.

Sei fantastica, vedi di ricordartene.

E buon lavoro, spero che la notte sia tranquilla per quanto possibile.

**rossana** Mercoledì, 18 Marzo 2015 21:32

MAYA ma quanta fatica devi aver fatto.....mamma mia.

E' bello vederti ora sorridente e sentire che stai recuperando con la tua famiglia.

Sono proprio contenta.

Bella quella del MDT che non va mai in cassa integrazione.....

**rossana** Mercoledì, 18 Marzo 2015 21:31

LARA,

addirittura a casa.....ma va là che sei forte mica poco.

Sono contenta per te anche se immagino che avrai del dolore 😞

**mamma\_lara** Mercoledì, 18 Marzo 2015 20:54

Buona notte e sogni bellissimi per tutti. State bene se potete

**mamma\_lara** Mercoledì, 18 Marzo 2015 20:46

Mi sa che vado a letto. Ho le gambe che mi fanno abbastanza male

**mamma\_lara** Mercoledì, 18 Marzo 2015 20:45

Nico, si, andrà tutto bene.

Ho sentito la Tunisia ed è di una tristezza infinita



**mamma\_lara** Mercoledì, 18 Marzo 2015 20:43

Giuseppina, va la che ho avuto tanto tafferuglio. Non era mica detto che mi ascoltassero. 😊😊

**mamma\_lara** Mercoledì, 18 Marzo 2015 20:42

Maria, grazie mille anche a te carissima

**mamma\_lara** Mercoledì, 18 Marzo 2015 20:41

Paula, fai bene a tenerti per te alcune frasi, c'è in giro tanta di quella rabbia che si fa anche fatica a sorridere. Però non sanno cosa si perdono, ridere di se stessi è la cosa più bella che ci sia.

Fai pure tutte le battute che vuoi con me, basta che non mi dici che sono una buona da niente 😊  
😊😊😊😊

**mamma\_lara** Mercoledì, 18 Marzo 2015 20:38

Mariagrazia, certo che sei rimasta traumatizzata. La mia situazione è stata diversa. Sono stata io a chiedere che non mi venisse fatta l'anestesia e c'è una bella differenza. Io ero preparata, mentre tu no.

**mamma\_lara** Mercoledì, 18 Marzo 2015 20:34

Cris, ci vuole pazienza e vedrai che piano piano starai meglio anche tu.  
Forza carissima e il morale alto..... se riesci

**nico26** Mercoledì, 18 Marzo 2015 19:51

Sono felice che sei a casa Lara e sono sicura che andrà tutto bene!  
Mi sono persa un pezzo di Piera...ma se ho capito dalla frase mi stringo a lei in un forte abbraccio.  
Ragazze avete sentito in Tunisia???Io ho molta molta paura!!!  
un abbraccio

**giuseppina** Mercoledì, 18 Marzo 2015 19:20

un pensiero per PIERA, è triste quando se ne vanno i membri della famiglia è un altro pezzo che manca 😞

**giuseppina** Mercoledì, 18 Marzo 2015 19:18

bentornata LARA , ero sicura che avresti fatto a modo tuo 😊 andrà tutto bene

**Maria9195** Mercoledì, 18 Marzo 2015 18:45

un forte abbraccio a LARA... sono 😊😊😊 che sei già a casa..baci

**paula1** Mercoledì, 18 Marzo 2015 17:58

Buon pomeriggio a tutti...ho riposato un po'...sempre poco, ma mi accontento...tra poco scendo in città ed eviterò il sarcasmo 😊 visto che un battuta di ieri mi è costata il "lavoro" extra 😊😊  
per fortuna c'è il sole così è più semplice il viaggio...  
MAMMA LARA..sono contenta che sia andato tutto bene e soprattutto che ti abbiano accontentato..

**Cris83** Mercoledì, 18 Marzo 2015 17:38

Vi ho letto.. ma sono un po' di poche parole..

MAMMA LARA sono contenta che sia andato tutto bene! di mando un enorme abbraccio!! 😊

**Sissi** Mercoledì, 18 Marzo 2015 17:31

Ciao a tutti, ho avuto periodo nero costellato di emicranie e non sono aggiornata sul forum. LARA, sono contenta che tu sia già a casa, " liberazione anticipata per buona condotta?" 😊 Buona serata a tutti!

**Cris83** Mercoledì, 18 Marzo 2015 15:57

si infatti MONICA vado avanti e non mollo! io tanta fatica a dire non la faccio! la fame non ce l'ho più.. anzi se mi capita di mangiare un pochino di più, tipo se vado cena dai miei suoceri..lo sento subito.. prima mi fermavo perchè altrimenti avrei mangiato senza fondo!

Mi manca tanto la pizza.. da quando faccio la dieta me la sono sognata già 3 o 4 volte!! ih ih..

**Monica** Mercoledì, 18 Marzo 2015 15:51

ELISABETTA mi dispiace per il dolore che hai alle gambe, bisogna sempre sopportare e pazientare. Le tue parole mancano, però sono contenta che continui a leggerci

**Monica** Mercoledì, 18 Marzo 2015 15:50

CRIS bisogna pazientare. Io ormai è da un mese che seguo la dieta, ma benefici li ho da una settimana. Già aver avuto il raffreddore senza mdt è una grande conquista e l'aver perso peso mi spronano a continuare.

Anche se non ne posso più di insalata 😞 Non mangiando carne il mio menù è mooolto limitato 😞

**Monica** Mercoledì, 18 Marzo 2015 15:48

Buon pomeriggio a tutti. MAMMA LARA sono contenta che sei riuscita a fare l'esame senza l'anestesia. Penso che anche io all'idea di un'attacco di grappolo scatenato dall'anestesia, dopo tanti giorni, avrei venduto l'anima al diavolo pur di evitarlo

**mariagrazia** Mercoledì, 18 Marzo 2015 14:46

Lara hai già fatto e sei a casa! Come sono contenta! Non ti strapazzare però! Sei stata molto coraggiosa a non usare anestesia. A me una volta, prima che mi togliessero l'utero, dovettero fare una isteroscopia urgente e me la fecero senza anestesia. Ricordo di aver sofferto tantissimo e uscii traumatizzata dalla sala operatoria

**Cris83** Mercoledì, 18 Marzo 2015 14:38

Ciao,

Esco da due giorni di spaccacervello.. stanotte verso le cinque e diminuito un po'.. stamattiana non avevo assolutamente voglia di lasciare il letto dalla tristezza e la stanchezza dopo il dolore..ma a un certo punto, non so come la forza riesco a trovarla.. almeno per ora.

Con la cheto vado avanti e non mollo ma vorrei cominciare a vedere qualche miglioramento.. 😞

un abbraccio forte a tutti..

dopo vi leggo..

vi voglio bene 😊

**mamma\_lara** Mercoledì, 18 Marzo 2015 14:04

Il tablet scrive ciò che vuole. 😞

**mamma\_lara** Mercoledì, 18 Marzo 2015 13:58

Elisabetta, grazie mille, sapevo sai che in mezzo a tutte le belle cose che mi arrivavano c'erano anche i tuoi pensieri.

Per le tre gambe ti capisco. Io in casa dondolo per camminare. La gamba destra non vuole piegarsi e la gamba non vuole raddrizzarsi. E' tutto un su e giù. Ma ho trovato una mossa che fa raddrizzare la gamba che non vuole farlo. Ora mi manca solo di riuscire a piegare la gamba che non vuole farlo. Senza fretta ci riuscirò.

Non mollare mai cara e sappi che ti vogliamo tutti un gran bene

**Elisabetta** Mercoledì, 18 Marzo 2015 13:52

Bentornata a casa, Lara. Stamattina anch'io ti ho ricordata tanto.

Vi penso tutte col solito affetto ma sono di poche parole malgrado. Non mi trovo bene con le mie tre gambe.

Vita dura per i diversi. Non sono nè bipede nè quadrupede. Può darsi, comunque, che, col tempo, mi abitui a questo nuovo faticoso stato. Ogni passo è un'impresa impegnativa.

Un abbraccio a tutte e tutti. Elisabetta

**mamma\_lara** Mercoledì, 18 Marzo 2015 12:35

Cri, infatti sono stata la prima anche questa mattina. 😊😊

**mamma\_lara** Mercoledì, 18 Marzo 2015 12:33

Sono stati i vostri pensieri ad aiutarmi. 😊😊

**mamma\_lara** Mercoledì, 18 Marzo 2015 12:32

Rossana, ora fa male, ma passerà. Intanto sono a casa ed è già fatto tutto. 😄😄😄

**mamma\_lara** Mercoledì, 18 Marzo 2015 12:29

Maya, sono convinta che se si riesce a gestire la paura del dolore e la paura della paura, si riesca a sopportare cose molto grandi. Ecco, questa mattina sapevo che ero in buone mani e ho pensato a gestire le mie paure. Il resto è stato tutto normale. 😊

**mamma\_lara** Mercoledì, 18 Marzo 2015 12:26

Annuccia, hai ragione, mi hanno spedito a casa per manifeste molestie 😄😄😄😄

**mamma\_lara** Mercoledì, 18 Marzo 2015 12:25

Eccomi, sono a casa.

Non ci posso credere, ma non avendo fatto la minima anestesia, mi hanno "rilasciato" anticipatamente.

Ho un bel po' di mal di pancia ma sopporto, ho paura influisca sul mio MDT.

Il 17 aprile ho l'esito di quello che devono analizzare. Ma andrà tutto bene. Ne sono certa.

Sono di un felice che se riuscissi farei i salti di gioia.

Sono uscita dalla sala operatoria con un sorriso da orecchio a orecchio. Mancava solo che volessi fare la corsa.

Ma che roba. Non immaginate la gentilezza e la grande comprensione di tutto il personale.

Lo sapete che io voglio solo donne e questa mattina avevo solo donne.

E tutte troppo ma troppo brave.

**nico26** Mercoledì, 18 Marzo 2015 11:03

Lara sei una roccia !!!!!!!

Dio te stradora !!!!

**Annuccia** Mercoledì, 18 Marzo 2015 11:01

LARA, bravissima!!!! il più è fatto. Hai corrotto tutti , come sempre..... 😊

**rossana** Mercoledì, 18 Marzo 2015 10:59

Buongiorno,

bene LARA che hai già fatto. Grazie e spero tu non abbia troppo male.

Buona giornata e a dopo

**cri69** Mercoledì, 18 Marzo 2015 10:45

LARA già fatto ? Bene 😄😄

**Maya** Mercoledì, 18 Marzo 2015 10:05

Mami sono contenta che ormai hai fatto ...per il doloretto....sei una roccia ,come fai

**mamma\_lara** Mercoledì, 18 Marzo 2015 10:00

Buon giorno a tutti.

Fatto tutto, ho parlato bene con l'anestesista e ci siamo messe d'accordo, niente di niente, neanche un piccolo calmante, poi pregando quasi in ginocchio ho convinto la dottoressa a mandarmi a casa nel pomeriggio. Ora ho un bel dolorino, ma ormai è fatta. Grazie a tutte.

Vi voglio bene

**Annuccia** Mercoledì, 18 Marzo 2015 08:17

A studio c'è "maretta" e manca un clima per poter stare bene.

**Annuccia** Mercoledì, 18 Marzo 2015 08:13

Ieri sera sono tornata a casa per miracolo. Ho fatto il percorso di ritorno (per fortuna senza agente 007) con l'aura, non vedevo assolutamente nulla dalla parte destra. Il mio scrupolo è stato quello di mantenermi su un lato in modo da potermi fermare se ci fosse stato bisogno. L'anno scorso quando persi l'uso del braccio e della parola (anche se per pochi attimi) era proprio questo periodo.

**Annuccia** Mercoledì, 18 Marzo 2015 08:08

Quello che scrive PAULA mi è di grande insegnamento, ma lei lo sa ciò che penso.

**Annuccia** Mercoledì, 18 Marzo 2015 08:07

Buongiorno a tutti!

LARA, in bocca al lupo! dacci notizie e presto presto ti sarai tolta il pensiero, quello che tu dici piccolo, ma sempre un pensiero è. Aspetto notizie.

PIERA, mi dispiace per la perdita, hai ragione a cercare di trovare qualcosa di bello che possa accompagnare "altrove" questa persona speciale.

Per quanto mi riguarda grazie ancora a tutte voi.

**cri69** Mercoledì, 18 Marzo 2015 07:58

Buongiorno a tutti, un pò di nebbia ma il sole sta venendo la meglio 😎 -

PIERA condoglianze, sempre triste quando un ns caro ci lascia...

LARA sarai già in pole position, vedrai che andrà tutto bene.

Un ben arrivato a i nuovi.

**nico26** Mercoledì, 18 Marzo 2015 06:53

Lara ti siamo vicine/i tutti e ti auguriamo una grosso in bocca al lupo!!!!

**paula1** Mercoledì, 18 Marzo 2015 01:06

e a proposito...se non mi ricollego...

un grande in bocca al lupo a MAMMA LARA per oggi... 😊 vedrai che andrà tutto bene....

**paula1** Mercoledì, 18 Marzo 2015 01:04

Buona sera a tutti...ho la schiena che urla 😞 sto facendo i lavori con calma e anche stanotte

abbiamo portato una salma all'ultimo viaggio.... 😞 non vedo l'ora che arrivino le 7, ma ancora siamo

indietro come la coda del somaro 😄😄😄 Mamma Lara docet...

**Gri** Martedì, 17 Marzo 2015 23:43

Passo per dare il mio in bocca al lupo a MAMMA LARA, pensieri alti anche da parte mia.

ANNUCCIA, meno male, ti ho tanto pensata.

PIERA, mi spiace per lo zio Checco, ma ora sarà felice ad arare il campo in cielo.

MAYA, bella la foto, siete sereni lo si vede dai vostri occhi.

Buona notte a tutte, tutti.

**mariagrazia** Martedì, 17 Marzo 2015 22:00

Piera mi spiace per tuo zio.

Lara pensieri positivi per te.

Annuccia sono felice x l'esame.

Un abbraccio a tutti, a domani

**Simona** Martedì, 17 Marzo 2015 20:37

Lara.. hai tutti i pensieri positivi possibili anche da parte mia. .

piera mi spiace per la perdita .. condoglianze a te e alla famiglia..

annuncia bene per il tuo esame..ora rimaniamo concentrati con i pensieri per aprile.. 😊

**mamma\_lara** Martedì, 17 Marzo 2015 20:29

Buona notte e sogni bellissimi per tutti. State bene se potete.

Brave/i lo sarete di certo. ♥ ♥ ♥

**mamma\_lara** Martedì, 17 Marzo 2015 20:28

Piera, 5 giorni fa anche un mio cugino è andato in cielo. Lui ha finito di soffrire, poi ti dirò la sua vita. Io ero piccola e ancora ho ricordi di come era bello, poi purtroppo non ho mai più avuto modo di vederlo. Ora è un Angelo ne sono certa. Amava la musica e suonava la fisarmonica.

**mamma\_lara** Martedì, 17 Marzo 2015 20:25

Feffe, dai va che oggi l'hai scapata.

**mamma\_lara** Martedì, 17 Marzo 2015 20:25

Grazie grazie mille a tutte. Non appena esco vi dico com'è andata

**Piera** Martedì, 17 Marzo 2015 19:58

Lara tanti ma tanti incrocini per domani

XX  
XX  
XX 😊😊

**Piera** Martedì, 17 Marzo 2015 19:51

oggi sono un po' triste, ha lasciato questa terra uno zio, il papà di quella cugina con cui vado sempre in vacanza, se ne è andato in un modo bellissimo, se bellissima si può dire della signora Morte!!! stamattina è andato a lavorare sul suo amato campo e non è più tornato a casa... 😞 mi piace pensare che la terra che tanto amava l'abbia accolto amorevolmente come un figlio tra le sue braccia. Ciao zio Checco riposa in pace.

**feffe81** Martedì, 17 Marzo 2015 19:29

Ci sono eh, ieri ero un po' in difficoltà, ancora emicrania partita al lavoro perché mi hanno fatto stare in condizioni ambientali per me intollerabili 🤢 quindi terzo trip in tre giorni. Oggi per fortuna è andata bene. ANNUCCIA bene per i controlli di ieri!! MAMMALARA pensieri pronti per te 😊

**mariagrazia** Martedì, 17 Marzo 2015 18:28

Buona sera a tutti. Ho appena finito di fare lezione e sono stanchina, ma soddisfatta. I ragazzi che seguono mi stanno dando grandi soddisfazioni. Oggi giornata fredda e uggiosa. Stamattina sono andata dalla sartina per farmi stringere delle cose, tipo pantaloni e gonne. Anche la gonna lunga del coro... meno male che l'ho misurata stamattina... domenica durante il concerto correvo il rischio di rimanere in mutande 😊

**mamma\_lara** Martedì, 17 Marzo 2015 18:20

Mi sa che devo proprio fare la valigetta. 😊😊

**mamma\_lara** Martedì, 17 Marzo 2015 18:18

Mariparis, ora per te è il momento della musica e della lettura. Sai che i più grandi artisti avevano anche loro i periodi, metti Picasso, non ricordo bene tutti i periodi, ma ne ha avuti parecchi. Sarà così anche per te. Intanto ti tienici informati/e, così ti seguiremo passo passo. 😊 Forza carissima

**mamma\_lara** Martedì, 17 Marzo 2015 18:10

Piera, hai avuto lo stesso mio pensiero per Paula, raccontato da te come meglio non avrei potuto.

**mamma\_lara** Martedì, 17 Marzo 2015 17:32

È arrivata una nuova amica. Benvenuta Marty

**nico26** Martedì, 17 Marzo 2015 17:08

Mappatura ok!  
Mando pensieri positivi per tutte noi!

**Piera** Martedì, 17 Marzo 2015 14:00

Paula sei eccezionale!!! ci racconti in modo straordinario delle tue fatiche notturne: tu per la vita hai tanto rispetto lo stesso rispetto che hai anche per la morte. grazie

**paula1** Martedì, 17 Marzo 2015 13:37

Buon giorno a tutti...qui piove...ieri sera sono andata giù presto e ci ho messo parecchio...è un gran fastidio guidare la sera perché coi fari delle auto si vede pochissimo...stamattina altra acqua fitta...diventerò un fungo 😊  
la notte è andata bene, molto tranquilla, i bambini deliziosi...l'unica pecca è stata portare la salma in camera m. con la pioggia..., abbiamo un pezzo (una salita e una discesa 😞) scoperti...il parente voleva venire con noi, ma ci siamo vergognate della situazione e gli abbiamo detto che non si poteva...

con 2 lenzuola sopra non si è quasi bagnato 😞  
stamattina ho riposato un po' meglio anche se i muscoli continuano a fare i capricci...ho stacato il telefono così i call center non mi hanno disturbato 😊

**mariparis** Martedì, 17 Marzo 2015 13:19

Buongiorno a tutti. Anche oggi qui non c'è il sole, ma da domani dicono che dovrebbe migliorare. vi leggo sempre con tanto piacere...  
Annuccia sono contenta che sia andato tutto bene.  
Rossana e' sempre un piacere imparare nuovi vocaboli.  
in questi giorni mi sento meglio...forse perché sta per arrivare la primavera, o forse perché sto facendo cose che mi gratificano e mi fanno essere piu' fiduciosa...  
quando sono sola a casa, dopo aver sbrigato le faccende domestiche, mi dedico alla lettura e all'ascolto della musica...e devo dire che questo mi fa stare bene.  
spero che questo momento magico duri a lungo e che il mio cervello problematico non rovini tutto...come sempre.  
un bacione

**Maya** Martedì, 17 Marzo 2015 12:22

Annuncia si è vero, gli affetti più cari col tempo mi hanno ripagato di momenti tristi e giorni dove mi chiedevo ,se avevo fatto le scelte giuste, quando ho deciso di ascoltare solo me stesse.....la mia famiglia ,non capiva, ora credo che vedendomi felice e serena abbia tolto quel velo ,la loro vicinanza per me è importante, .

**nico26** Martedì, 17 Marzo 2015 11:50

Buongiorno a tutti .

Annuccia grande!!!!!! 😊

Maya che bella la foto.

Ora vado a fare la mappature dei nei prima che arrivi l'estate!!!

A dopo!!!!

**Annuccia** Martedì, 17 Marzo 2015 11:20

Buongiorno a tutti! anche qui ancora pioggia.

Mi sono svegliata con una bella spadona alla nuca, ma era il meno che mi aspettassi dopo la giornata di ieri.

MAYA, bella la foto, la avevo già ammirata su facebook. Sono felice che i rapporti prima o poi si consolidano e le manifestazioni di affetto riescono ad uscire fuori, non sempre è così, ma se c'è un bene profondo esce sicuramente.

ROSSANA, sei forte! 😊

LARA 😊

**mamma\_lara** Martedì, 17 Marzo 2015 10:33

[Pirin, Maya e Lory](#)

**Maya** Martedì, 17 Marzo 2015 10:05

Devo anche dire che Andrea si sta dimostrando molto maturo e più affettuo, per qualche anno non c'aveva abbracci ne da mamma ne da papà.....ora ci cerca lui ,si è un po' ammorbidito .... 😊

**Maya** Martedì, 17 Marzo 2015 10:02

Piera 😊

**Maya** Martedì, 17 Marzo 2015 10:02

Piera

**mamma\_lara** Martedì, 17 Marzo 2015 10:00

Maya, faccio subito

**Piera** Martedì, 17 Marzo 2015 09:54

Maya e come dice Saint-Exupery:  
"non si vede bene che col cuore.



L'essenziale è invisibile agli occhi."  
così diventa tutto molto semplice 😊

**Maya** Martedì, 17 Marzo 2015 09:53  
Mami .....quanto bene .grazie.

**Maya** Martedì, 17 Marzo 2015 09:52  
Mami ho messo ora due foto su Facebook ...riesci a portale qui ,io Pirin e Lory.

**mamma\_lara** Martedì, 17 Marzo 2015 09:50  
Maya, normale ai miei occhi e alla mia anima. ♥

**Maya** Martedì, 17 Marzo 2015 09:50  
😊😊

**Maya** Martedì, 17 Marzo 2015 09:50  
Mami ciao

**mamma\_lara** Martedì, 17 Marzo 2015 09:47  
Maya, trovami una persona oggi che ha una vita normale. Poi cosa è la normalità.  
Io sono normale e mi piace tantissimo. Tutto è normale dentro e fuori di me.  
Saranno gli altri a non essere normali. 😊😊😊😊  
Anche tu sei normale ai miei occhi 😊😊😊

**Maya** Martedì, 17 Marzo 2015 09:47  
sabato sera festa di compleanno della nipotina più piccola di casa Gioia 6 anni ,siamo andate io e Lory per lei secondo incontro coi miei famigliari,direi benissimo siamo state bene,ma il meglio è stato il mio Pirin ha spiegato con. Che ramo di parentela fosse con noi Lory al gestore del bar e a due carissimi amici di Mauro il papà della bimba,Lory stessa a casa me l'ho raccontato ,quello che colpito la semplicità è la serenità nel parlare,insomma tututto....bellissimo .

**mamma\_lara** Martedì, 17 Marzo 2015 09:44  
Buongiorno a tutti  
Rossana, hai messo la parola che proprio mi s'addice. Sai bene che io sono esagerata in tutte le mie manifestazioni. Io sono da sempre, se ho 10 persone ospiti preparo per 20 e via così finendo anche con i sentimenti. Io sono esagerata sempre.  
Sai quante volte dico tutto tutto, tantissime. Poi ti sarai accorta che io uso spesso il superlativo assoluto quando parlo e siccome non posso dire tuttissimo dico tutto tutto.  
Mi piace questa parola, perchè ce l'ho dentro. Grazie grazie.  
Quanto riguarda le parole ricercate, ho vissuto con una persona che le usava spesso e le usava solo per fare del male, quindi le uso pochissimo. Ma ben vengano se l'uso è con cuore come hai fatto tu

**Maya** Martedì, 17 Marzo 2015 09:37  
Il mdt fa' come al solito,nel mattino faccio di tutto fino verso le 14/15.....poi piano piano arriva  
,quello in cassaintegrati one ...nemmeno un giorno !!!!! 😡😞

**Maya** Martedì, 17 Marzo 2015 09:34  
Buon giorno anche da me pioggia..... 😞 ..dalla nonnina giornata di riposo ,causa pioggia,ma domani se sarà bello..all'ora si che ci sarà da correre...bucato ,vetri .....e tu tutto ..... 😊😊 .....insomma anche nelle faccende devo trovarmi ferma causa brutto tempo .ma io un lavoro "normale " NO !!!!!  
Beh io non son proprio una sulla riga di normalità'.. 😊😊😊

**cri69** Martedì, 17 Marzo 2015 09:05  
ROSS grazie 😊 ,anzi grazie 😊

**rossana** Martedì, 17 Marzo 2015 09:02  
Forse però tu dovresti dire "sasacco" 😊

**rossana** Martedì, 17 Marzo 2015 09:01

CRI, pensi che io la conoscessi? No proprio.

Ho fatto una sintesi perché l'avevo già guardata.

"Tortuosità, sia in un percorso sia in un discorso.

Parola di registro letterario, l'ambage è l'immagine multiforme del giro intorno.

Nel lessico più comune, si può parlare senza ambagi giungendo subito al sodo o superare la solita ambage e baciare chi ci va."

Ma come mi piace giocare con le parole 😊😄😊😄

**cri69** Martedì, 17 Marzo 2015 08:46

ROSS bellissima mi piace un sacco 😄.Ma ora però spieghi anche ambage....per gli ignoranti come me 😄

**rossana** Martedì, 17 Marzo 2015 08:44

Ma sulla scorta degli esempi che da la definizione credo dovrei dire che mi fa male tututto il corpo. Comunque ci siamo capiti.....

**rossana** Martedì, 17 Marzo 2015 08:43

E se pensate che balbetti beh adesso "ghe pensi mi".

Ho appena appreso una parola e ne ho fatto sfoggio subito ma credo non esattamente in modo appropriato.

Ovviamente ve la dovete sorbire 😄 :

"Tutto quanto, interamente  
contrazione di [tutto tutto].

Quando si vuole usare un rafforzativo di 'tutto', oggi si dice 'tutto quanto'. Ma non è l'unica possibilità offerta dalla nostra lingua: in passato era usata un'alternativa più immediata e colorita, cioè 'tututto', semplice contrazione di 'tutto tutto'. È vero, si tratta di un termine desueto, ma la sua stranezza contribuisce a dargli un tono acceso. Si può parlare della piazza tututta illuminata, della brigata che si sbafa tututto il buffet, della partecipazione di tututto il paese alla sagra."

Certo, se questa parola non è conosciuta sembra solo una versione balbettata di 'tutto'; ma ha un significato intuitivo e tutt'altro che difficile, e in contesti aulici o ironici, e in generale quando si voglia ostentare una garbata stravaganza, rimane una risorsa interessante, che si può usare senza ambage.

**rossana** Martedì, 17 Marzo 2015 08:41

Buongiorno anche da qui, il tempo è come dalla CRI.

Sono dolorante e mi fa male tututto ma tututto.

**cri69** Martedì, 17 Marzo 2015 08:18

Buongiorno a tutti, qui sempre brutto e vento.

**mamma\_lara** Lunedì, 16 Marzo 2015 22:02

Buona notte e sogni bellissimi per tutti. State bene se potete

**mamma\_lara** Lunedì, 16 Marzo 2015 22:00

Rossana, grazie per il pensiero. 😊

**mamma\_lara** Lunedì, 16 Marzo 2015 21:59

Paula, A me hanno insegnato una strategia, quando chiamano rispondo, poi quando mi chiedono di parlare con la signora Merighi io dico chi è che la vuole, loro iniziano la trafila e io chiudo così parlano al vento. 😊

Infatti da un po' si sono diradate le chiamate.

**mamma\_lara** Lunedì, 16 Marzo 2015 21:49

Annuccia, bene, intanto uno è andato, poi sempre allerta per il resto. Qui mica si mollano tutti i pensieri positivi.

**mamma\_lara** Lunedì, 16 Marzo 2015 21:48

Piera, grazie della dritta, nel caso di necessità saprò cosa usare.

**Piera** Lunedì, 16 Marzo 2015 21:00

Monica io per la gola uso le caramelle iodosan o tantum, senza zuccheri, sono efficaci e non rischi con la chetosi

**mamma\_lara** Lunedì, 16 Marzo 2015 20:55

Monica, mercoledì mattina, ma la mia è una sciocchezza. Poi ovviamente vi farò sapere

**Annuccia** Lunedì, 16 Marzo 2015 19:53

Sono tornata da poco, tutto bene.  
Ora attendo il 1 aprile per la TAC.

Grazie a tutti voi per i pensieri, hanno funzionato 😊

**Monica** Lunedì, 16 Marzo 2015 19:08

Annuccia come sono andate le visite? Lara quando hai il ricovero?

**Monica** Lunedì, 16 Marzo 2015 19:05

Buonasera a tutti. Sono sul treno di ritorno da Milano. La testa ha retto bene nonostante stamattina fossi fuori chetosi. Stanotte non riesco a dormire per la tosse e dopo essermi scolata lo sciroppo sono passata alle caramelle. Credo che la dieta stia dando i suoi frutti perché nonostante 4 giorni di forte raffreddore non ho avuto mdt 😊 quando l'ho avuto a gennaio ho avuto mdt per tutta la durata del raffreddore 😊

**paula1** Lunedì, 16 Marzo 2015 17:27

Buon pomeriggio...mi preparo per scendere al lavoro...non ho riposato molto anche perché il telefono ha squillato 3 volte... 😞 la prossima volta lo stacco...a parte quelli che "rompono le scatole" per farti cambiare gestore di qualsiasi cosa (e sono anche diventati subdoli quando ti parlano 🤪) l'ultima telefonata mi è parsa strana: mi hanno chiesto se ho animali domestici...e siccome gli ho risposto "non più" il tizio mi ha detto.."ah non ha più il cane allora arrivederci"...., ma se io avevo un gatto ????????

ho fatto richiesta alla Telecom di avere questo ultimo numero, ma siccome ho risposto non riescono a darmelo...evviva le tecnologie...siamo spiati e controspiati, ma quando si ha bisogno diventa una odissea....

Buona serata a tutti ..vi leggo stanotte

**rossana** Lunedì, 16 Marzo 2015 15:07

Buongiorno a tutti,  
un grosso in bocca al lupo ad ANNUCCIA e LARA!  
I nostri pensieri più favorevoli 😊😊

**mariagrazia** Lunedì, 16 Marzo 2015 14:31

Buon pomeriggio a tutti e benvenuti ai nuovi iscritti. Vi auguro che questa nostra casa vi sia di aiuto come lo è stato e lo è per me

**nico26** Lunedì, 16 Marzo 2015 13:45

Buon lunedì' piovosissimo e umidissimo!!  
Benvenuti a tutti i nuovi iscritti in questa super super mega famiglia!!  
Lara super super pensieri positivi tutti per Te!!!!

**Annuccia** Lunedì, 16 Marzo 2015 12:41

Buongiorno a tutti!

**mamma\_lara** Lunedì, 16 Marzo 2015 11:42

Feffe, attenzione alla malinconia, sai che si fa tanto presto ad innamorarsi di lei.

**mamma\_lara** Lunedì, 16 Marzo 2015 11:41

Elisabetta, spero tu ci legga, non dico neppure "spero che tu stia bene".

**mamma\_lara** Lunedì, 16 Marzo 2015 11:33

Paula, dai va 150 non sono pochi, ma sono quasi la metà di quello che ti aveva chiesto l'altro

**mamma\_lara** Lunedì, 16 Marzo 2015 11:31

Buongiorno a tutti.

Devo ancora fare la valigia e sono indietro come la coda del somaro.  
Sto facendo un po' di polenta per una ragazza che porta a danza le sue bimbe con Emma. Ha comprato della farina in montagna e lei pensava di farla in 10 minuti.

**paula1** Lunedì, 16 Marzo 2015 09:43

Buon giorno... anche qui sta piovendo e io dovrei andare su in paese 😞  
per il vetro della macchina ho chiesto due preventivi e alla Carglass sono un po' ..... (271eu)  
mentre un altro a Casalecchio ci fa 150eu...già prenotato 😊😊

**cri69** Lunedì, 16 Marzo 2015 08:15

Buongiorno a tutti ,qui pioggia.

Per la salvia ,ve la vendo come l'ho comprata,dovrebbero stare lontane una dall'altra....non nel piatto 😊😊 .

ANNUCCIA in bocca al lupo per oggi.

Benvenuti ai nuovi 😊 .

**paula1** Domenica, 15 Marzo 2015 20:49

sì penso che spenderemo così...ed è già un bel furto... 😞 domani sento in un paio di posti...

zz  
😞 Vado a riposare...stasera i muscoli mi fanno male come se bruciassero ...boh.. 😞

Buona notte a tutti

**feffe81** Domenica, 15 Marzo 2015 20:05

PAULA a quanto pare non sono l'unica malinconica! Ora ho messo su una bella minestrina che mi rincuora 😊 per il finestrino io ricordo sui 200euro, dipende poi  
Un caloroso benvenuto ai nuovi!

**Piera** Domenica, 15 Marzo 2015 19:58

Paula ho chiesto a Giorgio per il tuo vetro, non sapevo però che macchina avete, mi ha detto che per un'utilitaria il costo si aggira sulle 150 euro circa

**mamma\_lara** Domenica, 15 Marzo 2015 18:46

Grazie Piera

**mamma\_lara** Domenica, 15 Marzo 2015 18:30

E' arrivata una nuova amica. Benvenuta federica74

**mamma\_lara** Domenica, 15 Marzo 2015 18:30

E' arrivata una nuova amica. Benvenuta federica74

**mamma\_lara** Domenica, 15 Marzo 2015 18:29

Grazie Annuccia

**paula1** Domenica, 15 Marzo 2015 18:26

Buona sera a tutti...e un ben arrrivati ai nuovi ingressi...

oggi non siamo andati molto lontano perchè col vetro della macchina tutto incerottato non era molto conveniente...siamo andati a mangiarci un panino al lago e poi siamo rientrati...oggi giocava la nazionale di rugby e poi ha cominciato a piovere forte...

FEFFE non sei la sola credo ad avere le malinconie della domenica sera...io, benchè da domani lavori le 4 notti, sono già angosciata, per fortuna le prime 3 dovrei essere con 3 infermieri che mi garbano e solo l'ultima con una che sopporto molto poco... 😞

volevamo farci un'idea di cosa ci chiederanno per il vetro, ma su internet non si trova niente...dei bei furboni direi ! 😞

**feffe81** Domenica, 15 Marzo 2015 18:18



sempre alla pappa dei bimbi. Un'altra curiosità non mettete la salvia vicino al rosmarino perchè quest'ultimo la rovina, diventa un infestante. Pensa un pò 😬

**mariagrazia** Domenica, 15 Marzo 2015 14:35

buon pomeriggio e buona domenica a tutti.

**Piera** Domenica, 15 Marzo 2015 14:25

Lara ma scusa che colpa ne hai tu se le riprese di 007 sono andate male, anche se non lo dicevi, non e' che per questo non le rifacevano, credo che Annuccia sia contenta almeno di saperlo !!! 😄

**mariparis** Domenica, 15 Marzo 2015 14:19

Nico sei eccezionale 😊 io in 10 minuti non mi preparo neppure una tazza di the 😄

**mariparis** Domenica, 15 Marzo 2015 14:16

Buon pomeriggio a tutti. Qui cielo coperto e piovgerella. Stamattina siamo stati con Alberto all'auditorium parco della musica. C'era accanto una bellissima libreria, tanti cd musicali e dvd...avrei speso volentieri una fortuna.

c'era una bella atmosfera...tante persone che prendevano un caffè, chiaccheravano o leggevano...

Lara non ti ho ancora ringraziato per le belle parole che hai scritto alcuni giorni fa. Ieri pensavo che mi piacerebbe tanto raccontarti alcune vicende della mia vita di presenza, e ricevere magari qualche buon consiglio...ma mi va bene anche così...le tue parole sono sempre profonde e conducono alla riflessione.

Paula mi dispiace per il vetro rotto...é sempre una seccatura...

Gri é molto dura conciliare lavoro e famiglia...ma tu sei una ragazza con una marcia in piu' e sono certa che troverai il modo di cavartela.

Rossana, Vecchioni l'ho visto qualche giorno fa al cinema...ha recitato un piccolo ruolo nel film di Castellitto Nessuno si salva da solo.

Feffe come va la testolina?

bacini a tutte

**nico26** Domenica, 15 Marzo 2015 14:08

Feffe il vento lo sento sui miei muscoli tutti doloranti. La sett. scorsa con il sole tutto ok o quasi .stamane tutto un acciaccio .

E dopo devo andare in centro a Modena con il laboratorio di cristalli con tutti amici di nico .Spero che piova stasera. Ah.....proposito .....in 10 min ho preparato il tutto per 8 persone staser.....Risotto con verdure e per gli uomini salciccie con cime di rapa del campo!!!!!!

Forza donne!!!

**feffe81** Domenica, 15 Marzo 2015 12:49

PAULA nel lavoro è veramente grigia 😞😡 mi spiace per il finestrino, una vera rottura in tutti i sensi.

ROSSANA anche per me i giorni più probabili di mdt sono sabato e domenica...

**feffe81** Domenica, 15 Marzo 2015 12:47

MAMMALARA la pasta non la sto più mangiando da un po', ma ieri c'era il pomodoro e tra gli ingredienti della salsiccia il vino e per me sono trigger. Comunque oggi c'è anche il vento 😄

**mamma\_lara** Domenica, 15 Marzo 2015 12:27

Simona, buona domenica anche a te

**mamma\_lara** Domenica, 15 Marzo 2015 12:27

Feffe, non si sa cosa dire, un volta è il sugo, l'altra volta e la pasta. 😞

Poi quando non sono questi due o il mangiare è il vento a scatenare l'attacco. 😞 Mahh

**mamma\_lara** Domenica, 15 Marzo 2015 12:24

Cri, anche da ste parti si asciuga 😊

**mamma\_lara** Domenica, 15 Marzo 2015 12:23



Piera, non immagini quanto mi sono pentita per aver scritto il messaggio per Annuccia che parla delle riprese a Roma.

Ho sbagliato, lei già sta male e io ho aggiunto male. Non ho pensato prima di scrivere. Non lo farò mai più. Non si fa, NO

**mamma\_lara** Domenica, 15 Marzo 2015 12:21

Paula, leggevo che le aziende italiane hanno i dirigenti più pagati e incapaci del mondo, forse è vero visto come trattano i loro dipendenti.

Andare al lavoro contenti si rende e si lavora per il bene dell'azienda.

E non mi vengano a dire che i lavoratori sono fannulloni, forse ci sono, ma ci sono anche tante altre persone che lavorano gratis, sto parlando dei volontari che per fare qualcosa che li renda felici lavorano gratis dopo aver fatto le loro ore di lavoro retribuito

**mamma\_lara** Domenica, 15 Marzo 2015 12:17

Gri, oggi sono in vena e non si salva neppure il tuo datore di lavoro, anche per lui dose doppia. Spero che tu riesca a farti scivolare le cose come se tu fossi bella unta di olio d'oliva.

**mamma\_lara** Domenica, 15 Marzo 2015 12:15

Paula, ora fa gola di tutto, quindi non abbiamo mai nulla al sicuro.



Per l'offerta di lavoro mi trattengo perchè sarebbe da schiaffoni anche per chi propone cose simili. mia mamma diceva "schiaffoni a due a due fino a che diventano dispari".

**mamma\_lara** Domenica, 15 Marzo 2015 12:12

Nico, hai ragione, ma bisognerebbe anche pensare di intervenire sulle famiglie di questi ragazzi, magari dando loro un bel po' di schiaffoni. Parlando con persone che hanno a che fare con i bulli, mi hanno detto che alle spalle hanno genitori inesistenti. Ci sono le eccezioni, ma poche

**mamma\_lara** Domenica, 15 Marzo 2015 12:00

Rossana, anche a me piace molto Vecchioni e tutte le sue canzoni.

Si, leggo i giornali anche se mi fanno un po'   quindi cerco di leggere anche la stampa indipendente per avere un'idea anche di quelle notizie che sfuggono ai giornali più grandi.

Poi ovviamente faccio la tara 😊

Buon pranzo e sicuramente sarà ottimo visto la compagnia. 😊

**mamma\_lara** Domenica, 15 Marzo 2015 11:57

Buongiorno a tutti.

Ho fatto un bel po' di maltagliati non so come sono venuti con la nuova farina. Speriamo bene.

Oggi ho i ragazzi a pranzo 😊

**rossana** Domenica, 15 Marzo 2015 10:58

Comunque ho riascoltato Vecchioni.....sono romantica e mi voglio emozionare.

Fate i bravi, a dopo e buona domenica

**rossana** Domenica, 15 Marzo 2015 10:56

Buongiorno a tutti,

devo scappare a dare un saluto ai miei poi pranzo con due amiche di scuola. 😊


FEFFE quando lavoravo mi succedeva che lo stress accumulato si scatenasse con emicranie nel week-end, poi devo dire non ci ho più capito molto perché lo avevo così frequente....

LARA tu che trovi anche il tempo di leggere il giornale sei davvero Fantastica!

PAULA purtroppo queste cose succedono, adesso direi che non è più così costosa la sostituzione o così mi sembra di ricordare quando Alberto ha dovuto sostituire il vetro davanti del furgone che è costato comunque tanto.

**paula1** Domenica, 15 Marzo 2015 10:17

Scendiamo a sistemare la macchina....ci sono pezzi di vetro dappertutto e dobbiamo cercare di chiudere il finestrino..domani o dopodomani speriamo che alla Carglass ci sistemino tutto...

 hanno pure messo pioggia..

Buona giornata a tutti

**paula1** Domenica, 15 Marzo 2015 10:14

GRI mi fa sempre dispiacere leggere come sui luoghi di lavoro si venga trattati così male.....io ogni tanto scrivo del mio perchè fino a 2 anni fa andavo al lavoro contenta e ora ci vado angosciata.... ieri ho incontrato il ragazzo che avevo mandato al colloquio in ospedale...gli ha fatto una proposta oscena 😞 ossia "aprire una partita Iva" lui che è fuoriuscito dal mondo del lavoro proprio perchè gli artigiani con cui lavorava erano alla canna del gas.....ma io dico..con tutti i tipi di contratto che poteva utilizzare ? la conclusione è nelle parole di questo ragazzo: "vogliono scimmie pagate a noccioline!"...

**cri69** Domenica, 15 Marzo 2015 10:10

Buongiorno e buona domenica,qui sole e tanto vento....bene si asciuga 😊 .

**feffe81** Domenica, 15 Marzo 2015 09:45

Buona domenica a tutti!

La mia è iniziata con un altro trip, pazienza, per fortuna posso permettermi di non fare nulla oggi. Comunque ieri sera ero poi stata meglio e mi sono goduta la cena (anche se credo che a farmi male sia stato il sugo che avevo fatto 😞 )

GRI mi dispiace sentirti così, hai tutta la mia comprensione...vedi come puoi fare per sopravvivere senza impazzire

**paula1** Domenica, 15 Marzo 2015 09:00

Buon giorno a tutti...ieri sera siamo andati a vedere il locale dove suoneranno venerdì prossimo i ragazzi...è in centro e abbiamo fatto almeno 10 giri prima di trovare un parcheggio... 😞 coi ragazzi, eravamo in 6, abbiamo mangiato in un locale piccolissimo palestinese...tutto molto buono e forse ci tornerò, perchè volevo assaggiare il cous-cous...poi al locale per entrare ci hanno chiesto 8 eu per la tessera, ma c'era un concertino blues con alcuni musicisti che conosciamo...quando siamo tornati alla

macchina 😞 abbiamo trovato il finestrino spaccato 🚗💥, per fortuna non hanno rubato niente...dietro c'è una valigetta che quel zuccone di Fausto lascia sempre con dentro un microfono che costa 160eu... 😞 , poi avevo anche lasciato le chiavi di casa e un libro di poesie in dialetto bolognese 😞 😞 ...

mentre tornavamo su ci hanno fermato i Carabinieri - tipico 😞 - però si sono impietositi e non ci hanno controllato niente... 😊

vabbè morale: dopo la multa di dicembre, ora anche questa spesa...

😞 no, non abbiamo l'assicurazione per atti vandalici, l'abbiamo tolta (come molte altre clausole) per risparmiare..... 😞 siamo proprio dei poveretti... 😞 😞

**Piera** Domenica, 15 Marzo 2015 08:52

Caspiterina Lara!!! allora anche la troupe di sua maesta' fa cilecca!!!! roba da non credere.....Annuccia stai attenta al giorno 17, sembra pero' che girino di notte... 😊

**Gri** Domenica, 15 Marzo 2015 08:50

Buongiorno e buona domenica a tutti! Qua cielo grigio grigio... NICO, sono d'accordo con te sul voler e dover aiutare quei ragazzi! Per quanto riguarda il mio superiore, si credo se ne renda assolutamente conto e lo fa proprio per far lo str.....

**Simona** Domenica, 15 Marzo 2015 08:38

Buongiorno a tutti e buona domenica 😊

**nico26** Domenica, 15 Marzo 2015 08:36

Buona domenica cara famiglia mia.

Tempo grigio grigio ma si e' a casa e vediamo un po' .Dolori articolari ma visto il tempo si fa come si puo'.Gri che tenerezza che mi fai e che rabbia invece il tuo datore di lavoro .Ma mi chiedo...ste persone ...secondo voi lo fanno per cattiveria o non vedono cio' che fanno alle persone.Per me sono cose inconcepibili!!!Pensate invece da me ...noi abbiamo un bellissimo oratorio in paese e con tanti volontari sta risalendo e vedere tante famiglie,giovani che si trovano e giocano fanno sport e' molto bello.Beh. ultimamente vi e' un gruppetto di ragazzi 10/13 anni un po' sballati,un po' difficili che

vengono ....e non hanno un comportamento molto consono ad un luogo parrocchiale.  
Beh...secondo voi.....visto che io amo i giovani perche' con loro se motivati riesci a spostare le montagne....sono svariate volte che chiedo un incontro per cercare se possibile con educatori,psicologi e aiuti del settore cercare di aiutare ste ragazzi ,Risposta???Bla bla bla....e allora sono andata dal parroco e guardandolo negli occhi gli ho detto chiaro....Don ....mi scusi ma ns Signore non era colui che andava in mezzo alla gente ,aiutava,sosteneva e non solo leggeva la parola di Dio ma la metteva in pratica tutti i giorni e mi scusi abbiamo in dovere di aiutare ste ragazzi perche' non e' possibile che davanti all'oratorio ci siano le belle famiglie vestite bene firmate e dietro nel campetto ci siano emarginati,ragazzi soli !!Scusate lo sfogo ma mi prende il cuore ste questione!

**rossana** Domenica, 15 Marzo 2015 00:33

LARA sei troppo forte, proprio sul pezzo è il caso di dire.  
Ti ci mancava solo lo smartphone ed ecco che non ti scappa più niente.....  
Che mito!!  
Buonanotte

**mamma\_lara** Sabato, 14 Marzo 2015 23:38

Piera, girano con pellicola.  
".....racconta Roberto Malerba, il produttore delle riprese italiane. "Noi giriamo tutto in pellicola, tra l'altro, ed è necessario che tutto sia perfetto". Ma chi spera di vedere Daniel Craig o almeno il regista Sam Mendes si rassegni: entrambi hanno lasciato Roma ormai da giorni. A girare sarà la cosiddetta "seconda unità" e al volante dell'Aston Martin ci sarà una controfigura."

**mamma\_lara** Sabato, 14 Marzo 2015 23:36

Buona notte e sogni bellissimi per tutti. State bene se potete

**mamma\_lara** Sabato, 14 Marzo 2015 23:35

Feffe, mi spiace carissima.

**mamma\_lara** Sabato, 14 Marzo 2015 23:34

Gri, anche a me fai tanta tenerezza. Lavorare così è proprio uno star male continuo.  
Fai attenzione cara, cerca di non farti coinvolgere più di tanto e scrollati tutto quello che ti sta attorno, altrimenti farai troppa fatica e alle volte soffre più la mente del fisico.

**mamma\_lara** Sabato, 14 Marzo 2015 23:26

Sono uscita con Gabriele e i nostri amici.  
Loro hanno mangiato la pizza e io ho preso una insalata e un pezzo di formaggio grana.  
Loro hanno speso 8 euro per una pizza 4 stagioni e io ho speso 8 euro del formaggio e 4 per l'insalata. 😞😞😞  
Va mo la che per aver mangiato un bocconcino di formaggio e 3 foglie di insalata non è poi una gran spesa. 😞😞

**mamma\_lara** Sabato, 14 Marzo 2015 23:21

Annuccia, Piera, non mi permetterei mai di scherzare su una cosa che vi fa star male e se dico qualcosa per scherzo lo lascio capire.  
lo ho letto questo : James Bond, danni alla pellicola, set da rifare sulla Nomentana martedì si ripete il ciak.  
Articolo di repubblica.it  
Attenzione perchè con 3 sul cellulare repubblica si paga.  
Mi spiace, ma dicono che la ripetono il 17  
Scusami Annuccia se te l'ho detto, un'altra volta sto zitta.

**Piera** Sabato, 14 Marzo 2015 23:01

Annuccia, credo proprio che Lara stia scherzando sulla storia di 007 e la pellicola!!! 😊 chi fa al giorno d'oggi i film con la pellicola???? e' l'era del digitale e dopo che hanno "fittato" mezza roma non credo proprio che usino mezzi così antiquati 😊😊 stai serena..... 😊

**rossana** Sabato, 14 Marzo 2015 22:06

GRI che tenerezza mi fai 😊  
Forza pure

**Gri** Sabato, 14 Marzo 2015 21:13

Buonasera carissime/i, sono alcuni giorni che non scrivo, è stata una settimana di fuoco e non sono riuscita nemmeno a leggervi. Ho recuperato ora. Inizio con lo scusarmi con NICO, augurissimi in stra ritardo.

Io ho iniziato a lavorare full time da lunedì ed è davvero dura, inoltre al lavoro c'è una situazione molto pesante, il mio capo mi sta facendo trovare lungo. Vi dico solo che rientrata lunedì con due ore in più, e cioè senza le due ore di allattamento, mercoledì mi ha gentilmente obbligata a fare un lavoro molto duro (qua non posso dir altro) e facendo 2 ore di straordinario. Il che non è che in situazione normale sarebbe stato chissà che, ma sa perfettamente che ho il piccolo a casa da più di un mese e mezzo, che lo allatto, che non sta bene e magari avrebbe potuto avere un po' più di tatto e darmi un po' di tempo per abituare il cucciolo a vedermi più tardi gradualmente, non due giorni due ore dopo e al terzo 4 ore dopo il solito.

Va beh, non commento altro. In più stanno facendo vero e proprio mobbing verso alcuni.... Sono proprio demoralizzata e preoccupata.

La testa in tutto ciò, non so come, ma ha retto piuttosto bene.

Lunedì il piccino rientra al nido, spero in bene. La bimba ha la febbre da ieri e le placche alle tonsille....spero non gliele attacchi. Oggi ha iniziato l'antibiotico. Niente da fare, pace in casa mia non ce n'è.... Avanti tutta.

Oggi sono andata in farmacia e mi sono fatta dare un po' di ricostituenti potenti, perché sono una straccio.

Vi abbraccio

**feffe81** Sabato, 14 Marzo 2015 19:42

Ho preso un trip, stava peggiorando rapidamente. Forse per questo non mi piaceva il gelato?

ANNUCCIA è vero 😊

**Annuccia** Sabato, 14 Marzo 2015 19:31

LARA, spero che tu stia scherzando su agente 007, non potrei affrontare un'altra settimana come la passata. Le mie preghiere erano indirizzate a finire il prima possibile, e sono stata chic nel dire questo..... potevo anche esprimermi diversamente e piuttosto colorita.

Per domani ho preparato un tiramisù all'ananas e un ciambellone salato con la pancetta. Dovrei rivedere anche mio fratello e company, tra influenze varie e settimana bianca non li vedo da moltissimo tempo.

**Annuccia** Sabato, 14 Marzo 2015 19:28

FEFFE, immagino la tua delusione del gelato, sgarrare senza soddisfazione è drammatico. 😊

**Annuccia** Sabato, 14 Marzo 2015 19:27

LARA, si può fare 2 euro!!!! devo andare al mercato della coldiretti, forse domani mattina.

**nico26** Sabato, 14 Marzo 2015 19:07

Sono cotta... Visto la bella giornata ne ho approf. per fare tante cosucce in casa e lavatrici a go go !! Stasera però si cena fuori to mo!!!

Un abbraccio dolci donzelle e dolci ometti

**mamma\_lara** Sabato, 14 Marzo 2015 17:25

Feffe, anch'io farò la polenta la prossima settimana. io non la mangio, ma i miei l'adorano. mi spiace per il chiodino. Spero scompaia .

**mamma\_lara** Sabato, 14 Marzo 2015 17:23

Rossana, hai ben ragione. Ma questa mattina mi sono trattenuta e ne ho comprati solo 2 kg di farina. se ci fosse stata la gentil rosso ne avrei presi 5 kg.

La spesa grossa la faccio in settimana ma solo se le mie sorelle vengono a fare i cappelletti e cappellacci, li si che ne devo prendere dei kg, 11 per l'esattezza e un centinaio di uova, queste le prendo dal parente del fratello di Gabriele che ha le galline ruspanti. Se riescono vengono sabato e vanno a casa la domenica, così ne abbiamo di tempo per fare e disfare. 😊😊

Con la farina comprata questa mattina essendo di grano duro, farò i maltagliati per domani a pranzo. Gabriele ha voglia di pasta e fagioli, così con i maltagliati ci sta proprio bene. Ho già messo a bagno i

fagioli e fra un po' metto su il brodo. Mi manca il gambuccio di prosciutto. però ho le croste di formaggio parmigiano reggiano. 😊😊

**mamma\_lara** Sabato, 14 Marzo 2015 17:16

Annuccia, non ho trovato la gentil rosso ma ho trovato una farina di grano duro per fare il pane e la pasta. La gentil rosso tempo fa l'ho pagata 3 euro e rotti al kg mentre la farina di questa mattina l'ho pagata 2 euro.

Tutte e due sono di produzione bio e senza ogm ovviamente.

ho letto che le riprese del film 007 le devono rifare per un problema alla pellicola. Mi sa che sono state gli impropri che qualcuno gli ha spedito.

**feffe81** Sabato, 14 Marzo 2015 17:03

MAMMALARA forse il nemico ha ascoltato, ho un chiodino a destra...complice il vento che ho preso fuori. Ora sto in casa e stasera faccio la polenta 😊

**feffe81** Sabato, 14 Marzo 2015 17:01

ROSSANA lo sappiamo che LARA è un tantino esagerata, mica ne avrà preso solo 1kg 😊

ANNUCCIA slurp ogni tanto le cotolette ci vogliono! lo sono uscita a prendermi un gelato alla mia gelateria preferita ma non mi è piaciuto, chissà se han cambiato qualcosa.

SIMONA spero che il mdt non ti impedisca di godere della giornata, ottimo il tempo senza trip 😊

**rossana** Sabato, 14 Marzo 2015 16:29

Se la LARA sta ancora acquistando della farina.....aiuto!

Anche che sia conveniente spenderà sicuramente una fortuna 😊

**rossana** Sabato, 14 Marzo 2015 16:28

SIMONA mamma mia che bel dritto.....un mese senza triptani, non aggiungo altro per scaramanzia.

ANNUCCIA hai fatto bene a derogare, ogni tanto qualcosa che nutra lo spirito aiuta anche a livello fisico.

Per le riprese del film in corso a Roma non dico niente.....e non oso immaginare il disagio.

PAULA brava, hai iniziato bene questo sabato all'insegna della leggerezza e prendendoti finalmente cura di te.

Spero che la giornata prosegua così come è iniziata.

CRI leggere del tempo che passi con tua figlia è cosa commovente visti i precedenti. Brava.

**paula1** Sabato, 14 Marzo 2015 15:43

Buon pomeriggio a tutti...non mi sembra vero essere fuori dal posto di lavoro 😊 oggi dedicato al colore dei capelli... 😊 ora riposo che stasera si scende in città...

**rossana** Sabato, 14 Marzo 2015 13:22

Buongiorno e a dopo

**rossana** Sabato, 14 Marzo 2015 13:22

Poco fa, mentre facevo ginnastica in casa da sola, ho ascoltato alla radio Luci a San Siro di Vecchioni. Mi fa sempre piangere, che emozione.....

Troppo bella

**Annuccia** Sabato, 14 Marzo 2015 13:16

LARA, per curiosità quanto paghi quella farina ???? ieri da Eatly avrei voluto comprare anche io la farina di mulino, ma mi sono rifiutata di spendere 5 euro per un pacco. Sempre farina è..... sono uscita da lì con tre cose, i prezzi sono sempre più proibitivi

**Annuccia** Sabato, 14 Marzo 2015 13:13

Abbiamo già pranzato e con Roberto abbiamo deciso di sgarrare!!!!!!!!!!!!!! 😊 ho fatto le cotolette, non so quanti secoli erano che non friggevo. Avevamo bisogno di tirarci un po' su 😊

**Annuccia** Sabato, 14 Marzo 2015 13:11

Buongiorno a tutti!

NICO, ti sei tolta il pensiero, so bene che certi esami non sono "simpatici"!

CRI, mi aggiungo alle amiche che lo hanno già scritto, anche io ricordo e il mio fatidico "tutto passa" qui ci sta proprio bene.

FEFFE e PAULA, buon riposo in questo fine settimana.

SIMONA, fai quello che puoi.

**Simona** Sabato, 14 Marzo 2015 11:48

Buongiorno a tutti. . Oggi ho un fastidioso mdt a sin ma sto facendo tutte le cosine che devo fare. . Diciamo che oggi non mi faccio fermare da lui almeno che non arrivi il vomito... a dire la verità potrei anche concedermi un triptano visto che è dal 15 febbraio che non ne prendo 1....un record assoluto x me.. gravidanza a parte mai successo...

**mamma\_lara** Sabato, 14 Marzo 2015 10:11

Cri, tutto ti meriti, ma non sempre ci viene dato ciò che meritiamo. Per quello che ti conosco io tu meriti tutto quello che hai. Tutto tutto 😊

**mamma\_lara** Sabato, 14 Marzo 2015 10:09

Vado qui a fianco a casa mia al Mercato della Terra. Compro della farina di un grano antico (il Gentil Rosso BIO) quasi estinto che ora coltivano sulle rive del Po', è una farina integrale con la quale faccio crostate molto buone a dire di chi le mangia. Poi la uso a fare il pane con la pasta madre.

Scappo

**cri69** Sabato, 14 Marzo 2015 10:09

LARA 😊 grazie, un pochino credo di meritarmelo!

**mamma\_lara** Sabato, 14 Marzo 2015 10:06

Cri, ricordo bene anch'io la sofferenza che avevi quando sei arrivata, inconsolabile e avevi ragione. Lasciami dire che sei stata brava a superare quei momenti e ora ti stai godendo la tua bimba. Sai che penso siano poche le mamme che passano così tanto tempo con le loro figlie, a quell'età hanno altro da fare e se fanno cose di solito hanno amiche o il fidanzato. Dai va che è bello questo e godilo tutto perchè te lo meriti. 😊

**mamma\_lara** Sabato, 14 Marzo 2015 10:02

Feffe, mia mamma diceva "pensa male che vada bene". Anche per te questo fine settimana va bene, ora speriamo che il nemico non ci ascolti 😞

**mamma\_lara** Sabato, 14 Marzo 2015 10:01

Buongiorno a tutti.

Paula riposati questo w e, ma fai quello che ti fa star bene, il riposo migliore per me è questo. 😊

**cri69** Sabato, 14 Marzo 2015 09:35

FEFFE si davvero, sai ci penso spesso ma cerco anche di lasciar perdere, senza crogiolarmi, prendo quello che viene...e mi piace un sacco 😊

**feffe81** Sabato, 14 Marzo 2015 09:20

CRI che bello sentirti felice con tua figlia 😊 se penso a quello che scrivevi quando sei arrivata al forum...una vera trasformazione 😎

**cri69** Sabato, 14 Marzo 2015 09:00

Buongiorno a tutti, anche oggi c'è il sole 😎. Ieri sera sono andata a cena con la mia bimba, troppo bello...mi sembra di essere un pavone quando fa la ruota 😎...e, la sto aspettando, tra un pochino arriva 😊.

**nico26** Sabato, 14 Marzo 2015 08:43

Buon sabato a tutti!!!

**feffe81** Sabato, 14 Marzo 2015 07:19

Buona giornata a tutti!



**feffe81** Venerdì, 13 Marzo 2015 22:13

buonasera a tutti! ho fatto un po' tardi al lavoro ma abbiamo finito stasera quello che c'era da fare quindi domani non devo andare 😊😊😊😊 PAULA anche il tuo lavoro non scherza eh, per fortuna abbiamo il weekend davanti 😊

**paula1** Venerdì, 13 Marzo 2015 21:38

Buon giorno a tutti...sono stanchissima...oggi 12 ore e mezza di lavoro più il viaggio....per fortuna fino a lunedì sera non ci penso.....

vado a riposare prima di stramazzone in terra... 😊😊😊  
buona notte

**mamma\_lara** Venerdì, 13 Marzo 2015 21:11

Buona notte e sogni bellissimi per tutti. State bene se potete.

**mamma\_lara** Venerdì, 13 Marzo 2015 21:11

Cris, buona serata. Di certo non avrai modo di annoiarti.

**mamma\_lara** Venerdì, 13 Marzo 2015 21:08

Nico, è fatta. Spero sia tutto a posto.

**nico26** Venerdì, 13 Marzo 2015 20:50

Eccomi per un saluto.

Risonanza Angiografica fatto ma e' stata dura per 40 minuti dentro al tubo in una stanza gelida con solo il camicione bianco e la testa bloccata tipo casco!!

E' andata comunque e ora sono a casa in relax .

Un abbraccio

**Cris83** Venerdì, 13 Marzo 2015 18:28

Grazie Piera! 😊

**Piera** Venerdì, 13 Marzo 2015 17:43

Cris credo che al Mcdonalds tu possa mangiare quell'insalata che si chiama Caesar salad con il pollo croccante.....la prendeva anche il nostro dottore quando ci andava 😊

**Cris83** Venerdì, 13 Marzo 2015 17:34

Stasera vado al mcdonald's con le mie nipoti.. spero ci sia un'insalata!! 😊😊

**Cris83** Venerdì, 13 Marzo 2015 17:33

MAMMA LARA avrei voluto essere una mosca per vederti.. sarai stata strepitosa!! 😊😊

Le tue parole sono sempre sagge e fanno sempre riflettere.. 😊

**Cris83** Venerdì, 13 Marzo 2015 17:32

Ciao!

Non vorrei urlarlo troppo ma mi sembra che questa settimana sia andata leggermente, e sottolineo leggermente meglio! Vado avanti senza farci troppo caso però!

**mamma\_lara** Venerdì, 13 Marzo 2015 15:39

Mariparis, ho scritto talmente tanto qui della mia vita che ormai di privato che riguarda il mio passato c'è ben poco che non ho scritto e quello che non ho scritto alle amiche che mi vogliono bene è bastato guardarmi un po' per capire tutto, anche senza fare domande.

Hai ragione, è difficile, ma difficile poi che cosa? Ricordare, dimenticare o imparare a convivere con ciò che ci ha creato tanta ma tanta sofferenza.

Ho pensato un po' prima di scrivere e sinceramente non so quale sia la cosa migliore da fare.

Ho provato tante di quelle volte a togliermi da addosso la sofferenza e ogni volta mi si appiccicava sempre di più. Poi ho tentato a dimenticare, ma anche lì ho fallito, ogni volta le ferite diventavano sempre più grandi. Ho provato anche a ricordare e anche lì ho capito che non era la strada giusta.

Non è tanto che ho capito come ho fatto ed è stata una parola sola che mi ha fatto trovare la strada

giusta, la parola è TRASFORMAZIONE.

Ecco, ho imparato a trasformare tutto quello che mi ha portato sofferenza e mi sono accorta che piano piano tutta la mia sofferenza si è trasformata in una marcia in più.

Capisco dico sempre e dietro al capisco molte volte è vissuto quello che capisco.

Sapessi cara quante volte la mia anima è rinata, e ogni volta era sempre più forte.

Non è facile però e capisco anche che ognuno ha i propri dolori da elaborare, ma se non si fa questo si rischia di autodistruggersi.

Mi ha tanto aiutato togliere dalla mia anima il rancore e il pensiero che io sia una persona debole.

Tutti siamo deboli di fronte alle avversità, ma qual'è la persona che non ha tempeste da affrontare e a me è bastato non fermarmi.

E' giusto non dimenticare, perchè questo ci porta a salvarci in caso di pericolo, ma i ricordi non devono toglierci la speranza. Ecco, questa è un'altra parola che sconfigge la commiserazione di se stessi. Guai piangersi addosso o guardare sempre a quanto siamo stati male. Pensa che io pur non essendo una scioppina delle sofferenze, non farei cambio con nessuno. Le mie sono mie e sono tutte medaglie al valore per me.

Come un libretto delle istruzioni come dico da sempre. Difficoltà, arrivate pure e vedrete che mi basta leggere a qualunque pagina del mio libro delle istruzioni e troverò un valido aiuto.

Sono nel mio cuore per sempre tutte le persone che mi hanno aiutato, ma anche se non sono nel mio cuore ringrazio anche le persone che non mi hanno aiutato, perchè non hanno portato cose "malate" nella mia vita e senza di loro sicuramente tutto ne ha giovato.

Poi lasciami dire una cosa fondamentale, io ho i miei tre figli e devo essere un esempio per loro, per le loro compagne e Marco.

E' mio pensiero che se ce la faccio io, per loro possa essere meno difficile portare le loro di sofferenze e mica pensare che le loro siano piccole.

Ecco cara, chiedi pure, poi vediamo cosa dire.

Un bacio

**mariparis** Venerdì, 13 Marzo 2015 15:03

Ho dimenticato di salutarvi. Buon pomeriggio a tutte 😊

**mariparis** Venerdì, 13 Marzo 2015 14:52

Lara non voglio farti domande personali ed intrufolarmi nella tua vita. Può darsi anche che io stia fraintendendo le tue parole...quindi scusami.

ma quello che hai scritto mi ha fatto riflettere su un aspetto della mia personalità. Ho la tendenza a rimanere ancorata al passato (anche a quel passato che mi ha causato molta sofferenza) e certe volte ho la tendenza ad auto sabotare le conquiste fatte nella mia vita...nel senso che mi riprometto sempre di imparare dagli errori, invece poi e' difficile e non sempre ci riesco. Anch'io sono in perenne lotta con me stessa...

**Annuccia** Venerdì, 13 Marzo 2015 12:23

Buongiorno a tutti!

PAULA, hai visto che "bordello"! anche ieri sera sono arrivata alle 8 a casa. Spero che ci voglia ancora grande pazienza per poco, non mi meraviglierei se qualcuno facesse una "botta di matto"! e non nego che avrebbe anche ragione.

**mamma\_lara** Venerdì, 13 Marzo 2015 12:14

Pensando a me, ho notato che si fa una fatica immane a lasciare gli "attaccamenti" ai quali ci siamo affidate per tanti anni. Bisogna fare degli sforzi enormi e il più delle volte si cede alla stanchezza.

Come posso fare per riuscire a mantenere le distanze dalla fragilità che mi porta alla distruzione della strada percorsa?

Per me la lotta continua.

**Piera** Venerdì, 13 Marzo 2015 11:15

Paula, tu grandi sacrifici, li fai per tante altre cose.....che forse non hai la voglia di aggiungerne altri, puo' darsi che in tal senso la dottoressa abbia perciò' abbia ragione..... 😊

**mamma\_lara** Venerdì, 13 Marzo 2015 10:56

Paula, per luglio va bene e non ti preoccupare, ho anche i divani che sono comodissimi. 😊😊😊

Ho fatto sindacato e ho potuto notare che il primo obiettivo è dividere i dipendenti, poi puoi fare ciò

che vuoi. Solo che questo la maggior parte delle volte fa danni enormi, perchè la cosa migliore invece è essere uniti per tutelare il bene del posto dove si lavora.

Questo fa sempre il bene di tutti.

Per ciò che dice la dottoressa, devi vedere se lei ha ragione veramente e partire da lì, è vero che senza GRANDI sacrifici non si ottiene nulla.

**mamma\_lara** Venerdì, 13 Marzo 2015 10:46

Nico, anche qui giornata bellissima. Anzi, vado a fare la lavatrice 😊  
In bocca al lupo per la risonanza

**mamma\_lara** Venerdì, 13 Marzo 2015 10:45

Buongiorno a tutti.

**nico26** Venerdì, 13 Marzo 2015 10:27

Buonamattina a tutti. Oggi alle 14.20 ho la Ris. magnetica alla testa per le crisi si aurea. Vedremo come va!

Fuori pero' c'e una giornata splendida e questo aiuta tanto. Lara ti giuro vorrei averti filmato.!!! 🤖

**mariagrazia** Venerdì, 13 Marzo 2015 08:44

Buon giorno a tutti. Anche qui una bella giornata.

**cri69** Venerdì, 13 Marzo 2015 08:18

Buongiorno a tutti, bella giornata anche oggi.

**paula1** Giovedì, 12 Marzo 2015 21:35

Nell'incontro di ieri con la dottoressa mi ha ripreso sul fatto dell'alimentazione.....dice che io voglio i risultati senza fare i sacrifici...e se non inizio a vedere dei risultati anche il disturbo alimentare ci sguazza dentro....credo che abbia ragione 😐 😊

vado a riposare....buona notte a tutti 😴

**paula1** Giovedì, 12 Marzo 2015 21:32

ANNUCCIA le riprese dello 007 le hanno fatte vedere stanotte in tv...la Aston Martin nel Tevere.....c'era uno spiegamento di forze dell'ordine (suppungo sempre pagate da noi) da far invidia ai più grossi capi di stato....mah...

MAMMA LARA lo so che ci sei e infatti stamattina ti pensavo perchè stanno organizzando anche un raduno dei corsari del Bookcrossing proprio a Ferrara e credo che questo non me lo vorrò perdere...in luglio poi che posso dormire anche nel tuo cortile 😄 😄 😄 😄

**paula1** Giovedì, 12 Marzo 2015 21:28

Buona sera a tutti...pomeriggio decente e sono uscita un'ora prima per prendere la corriera blu..non mi fido ancora la mattina sulla strada...domani faccio la lunga al lavoro e forse chiudiamo il reparto...sabato e domenica sono a casa...domani volevo anche fare quattro chiacchiere con la

caposala, ma porca miseria 🤡 sono tutti rassegnati ai voleri di questo direttore....non hanno tutti i torti perchè è una persona abbastanza indegna, ma anche noi siamo troppo disuniti... 😞

**mamma\_lara** Giovedì, 12 Marzo 2015 21:01

Buona notte e sogni bellissimi per tutti. State bene se potete

**mamma\_lara** Giovedì, 12 Marzo 2015 20:12

Mi sono comprata un cellulare di quelli tosti. Zeno mi ha detto che con i programmi che servono a me non posso prenderne uno lofietto.

C'è poi anche da dire che io lo uso per un sacco di cose.

Ho speso più del telefono che vestirmi un anno 😄 😄 😄

**mamma\_lara** Giovedì, 12 Marzo 2015 20:08

Paula, pensa che mi fa piacere tu non venga, ero preoccupata a saperti in giro con selladicavallo a tarda sera.

Sappi che casa mia c'è

**mamma\_lara** Giovedì, 12 Marzo 2015 20:06

Annuccia, i pensieri positivi sono tanto preziosi che non vanno "sprecati" 😊😊

Mi spiace per le riprese di 007, ma Roma è talmente bella che penso valga la pena vedere il film solo per le riprese della tua bellissima città

**mamma\_lara** Giovedì, 12 Marzo 2015 20:04

lo cioccolato coop senza zucchero ma non fondente, un quadratino ogni tanto

**mamma\_lara** Giovedì, 12 Marzo 2015 18:03

Rossana, era da filmare, ne valeva la pena.

Sono stata proprio insopportabile. Gli ho persino criticato la seduta per provare le scarpe. 😊😊

**mamma\_lara** Giovedì, 12 Marzo 2015 18:01

Ecco fatto.

Tutto sistemato. Mi sono conciata come un incrocio di tutti i tamarri europei e gli ex voto di un santuario. Mi sono portata tutto di nascosto, altrimenti Gabriele me lo avrebbe impedito 😊😊

Ma è andata

Certo che gli sarà ben venuto un bel nervoso dopo che mi sono provata più di 10 paia di scarpe e sono saltata fuori dicendogli che nel suo negozio non c'era nulla che mi piacesse.

Behhh, diciamo che mi sono presa una bella soddisfazione.

Ora però devo fare attenzione, perchè ci sarà la mia foto affissa alla porta con scritto "attenzione questa deve rimanere fuori".

Poi sono andata anche dal mio medico e c'era la sostituta, molto brava e anche una bellissima ragazza.

**rossana** Giovedì, 12 Marzo 2015 17:58

MDT in sottofondo e sto facendo i miei adorati esercizi 😞

**nico26** Giovedì, 12 Marzo 2015 17:48

Vi mando un abbraccio enorme e scappo a casa.

**mariagrazia** Giovedì, 12 Marzo 2015 16:25

lo pure seguo x bene. Non mi è difficile proprio perché mi sento bene.

leri mi sono fatta il pane cheto, ma alla fine l'ho solo assaggiato, mi è bastato il profumo.

**Piera** Giovedì, 12 Marzo 2015 16:22

Maria grazia bisogna fare una buona dieta cheto e buona dieta di transizione, per prolungare il più possibile tutti gli effetti dei benefici ottenuti, io seguo alla lettera quello che dice il dottore.....

**mariagrazia** Giovedì, 12 Marzo 2015 16:18

io sono terrorizzata all'idea di uscire dalla chetosi e spero di poterci stare il più a lungo possibile. mi sento proprio bene!

**Piera** Giovedì, 12 Marzo 2015 16:15

pochissimi Mariagrazia!!! credo di fare la dieta di transizione piu' vicina alla chetosi

possibile.....qualche striscia lievemente cheto l'ho avuta 😊

**mariagrazia** Giovedì, 12 Marzo 2015 16:15

così poco? ma forse è un bene che qui non la trovi, altrimenti non perderò mai i miei ultimi kg

**Piera** Giovedì, 12 Marzo 2015 16:14

Pensa mariagrazia che il cioccolato coop senza zucchero costa solo 1,40 per 100 grammi, l'ho vista anch'io la tavoletta in farmacia.

**mariagrazia** Giovedì, 12 Marzo 2015 16:13

Piera, ma in transizione sei sempre con pochissimi carbo? e non sei più in chetosi?

**mariagrazia** Giovedì, 12 Marzo 2015 16:12

La cioccolata senza zucchero qui la trovo solo in farmacia, ma costa un botto...

**mariagrazia** Giovedì, 12 Marzo 2015 16:11

annuccia io li tengo a bagno x 4/5 ore, in mezzo bicchiere di acqua

**Annuccia** Giovedì, 12 Marzo 2015 16:10

CRIS83, non si sa, per ora siamo in alto mare!!!! per me è fantascienza!!!! tra l'altro con la crisi, non è piccolo l'inconveniente di sprecare un "botto" di benzina per stare nel traffico.

**Piera** Giovedì, 12 Marzo 2015 16:09

Cris anche a me ora il triptano fa effetto quasi subito, sono ancora in dieta di transizione, ma anche in cheto era uguale

**Piera** Giovedì, 12 Marzo 2015 16:03

mi ha detto il dottore che anche la novi ne fa uno senza zucchero molto buono, ma io non l'ho mai trovato nei supermercati che frequento, in tutti i modi leggi attentamente l'etichette, perche anche i fondenti al 92% hanno di solito l'aggiunta di zuccheri, e noi quelli non li possiamo mangiare

**Piera** Giovedì, 12 Marzo 2015 16:00

Cri io uso quello a marchio coop, a me piace fondente, ma c'e anche quello al latte, per me e' buonissimo, a me il cioccolato non ha mai scatenato crisi emicraniche

**Cris83** Giovedì, 12 Marzo 2015 15:58

Ciao.. stamattina ho ceduto a un triptano.. fortunatamente ha fatto effetto quasi subito!

Anch'io FEFTE spesso mi riduco come hai detto.. certe volte arrivo al bagno ma non riesco a tornare verso il letto e sto lì seduta in terra in attesa dell'attacco successivo di vomito!

Pensieri positivi per tutti!!

PIERA ha ragione quelli hawei funzionano bene e costano poco.. anche alcatel però non è male e hanno dei buoni prezzi. lo l'ho preso per mia mamma e le ho insegnato a usare whatsapp.. Comunque non è difficile, anch'io all'inizio non lo sopportavo il touch poi ci si prende subito la mano.

PIERA è buono il cioccolato senza zucchero? Ma è al 100% fondente? Devo provarlo..

Devo ricorrere anch'io il Neobioxy.. anche se mangio molte verdure resto ferma.

MONICA buon viaggio di lavoro. Cerca di organizzarti per le proteine.. magari mettile in una bottiglietta e quando le prendi aggiungi l'acqua.. io l'ultima volta che ero fuori ho fatto così.. o portati i grok sono comodi da portarsi dietro.

Cavolo che rompimento ANNUCCIA.. avevo sentito alla tv che stavano girando il film! ma è una rottura.. per quanto ancora bloccano le strade?

**mariparis** Giovedì, 12 Marzo 2015 15:39

Ho dimenticato di scrivere anni.  
Monica come stai? E Valerio? Bacini

**mariparis** Giovedì, 12 Marzo 2015 15:37

Annuccia, Paula spero proprio che comprerete uno smartphone. Io ci ho messo molti anni a decidermi, poi l'anno scorso mi sono iscritta ad un corso e tutti i partecipanti avevano creato un gruppo su whatsapp. Io mi sentivo esclusa e ho deciso di comprarlo. Adesso non tornerei più indietro 😊

mio papà che ha 73 ha lo smartphone da qualche anno ed ha una lista di amici su whatsapp il doppio della mia 😞

Annuccia so che per la stipsi fanno molto bene i kiwi

**Annuccia** Giovedì, 12 Marzo 2015 15:06

e quanta acqua, un bicchiere???

**Annuccia** Giovedì, 12 Marzo 2015 15:06

MARIAGRAZIA, per quanto tempo vanno tenuti a bagno i semi di lino?

**Annuccia** Giovedì, 12 Marzo 2015 15:04

MARIAGRAZIA, credo proprio che ci sia poco da fare con gli apparecchi acustici, gli otorini sostengono che i tecnici non sanno tarare gli apparecchi

**Annuccia** Giovedì, 12 Marzo 2015 15:03

GIUSEPPINA, non sappiamo bene di cosa è morta, ma dovette subire un intervento importante all'intestino pochi giorni prima e le suore dissero ai figli che si lamentava di "andare" poco.

Meglio cambiare discorso! 😞

PIERA, ci conto! 😊

**mariagrazia** Giovedì, 12 Marzo 2015 14:48

Per quanto riguarda l'apparecchio acustico con mia suocera abbiamo sempre problemi. La figlia le fece comprare un tipo che costa il doppio di amplifon e lei non ci sente cmq. è tutto un cambiare batterie, andare dal tecnico per registrarli (ne porta 2) e alla fine l'unico modo di farci sentire è gridare come ossessi

**mariagrazia** Giovedì, 12 Marzo 2015 14:46

Annuccia, quando mamma ha problemi ad andare in bagno le metto a bagno un po' di semi di lino, diciamo un cucchiaino abbondante. Dopo qualche ora le mangia i semi e beve il liquido e il giorno dopo va in bagno senza problemi

**giuseppina** Giovedì, 12 Marzo 2015 14:42

però ROSSANA è una fortuna avere la pressione bassa almeno non devi prendere altri farmaci

**Piera** Giovedì, 12 Marzo 2015 14:40

Annuccia non ti mancheranno le mie preghiere 😊

**giuseppina** Giovedì, 12 Marzo 2015 14:40

ROSSANA fai bene a non uscire, stai a letto che ci guadagni

**Piera** Giovedì, 12 Marzo 2015 14:39

Annuccia ho sgranocchiato anche cioccolato senza zucchero, erano i primi giorni di dieta e avevo una fame!!!!!! 😊

**giuseppina** Giovedì, 12 Marzo 2015 14:38

ANNUCCIA è morta per la costipazione 😞

**Annuccia** Giovedì, 12 Marzo 2015 14:32

MONICA e PIERA, prendo nota dei consigli, anche se papà e mamma hanno un armadietto dedicato a questo problema..... 😊  
d'altra parte, capisco che si spaventano, mia suocera è morta così.

**Annuccia** Giovedì, 12 Marzo 2015 14:31

LARA, la tua solita generosità.... grazie mille!!! comunque il mio esame è lunedì e l'altro il 1° aprile. 😊

**Annuccia** Giovedì, 12 Marzo 2015 14:30

MONICA, ricordo PIERA a Ferrara che mi sgranocchiava i grok nelle orecchie, eravamo vicine. Ogni tanto apriva la borsa furtivamente, credo fossero proprio quelli ..... per gentilezza non le avevo fatto domande..... 😊

**rossana** Giovedì, 12 Marzo 2015 14:23

LARA ora come ora la tua impresa di "sistemare il signore" mi sembra titanica, non ce la potrei fare.....

**rossana** Giovedì, 12 Marzo 2015 14:22

Sentendomi particolarmente stanca - volevo andare a fare due passi, fuori si sta bene - mi sono provata la pressione.

85 - 64, mi sa che vado a letto.

La primavera mi fa sempre questo effetto, poi sono figlia di ipotesi che lo sono rimasti anche da vecchietti.



**mamma\_lara** Giovedì, 12 Marzo 2015 13:35

Fra un po' vado a sistemare il negoziante delle scarpe che mi ha trattato da pezzente poi vado dal medico. Sono senza farmaci

**mamma\_lara** Giovedì, 12 Marzo 2015 13:32

Grazie amiche per i pensieri, ma io ho ben poca cosa da fare. Meglio concentrarli tutti su Annuccia e Margherita. Sono loro le più bisognose di pensieri positivi.

Mi hanno già detto che devo stare dentro una notte 😞 Con Gabriele abbiamo già pensato che non diremo ai ragazzi che vado in ospedale altrimenti poi Enza si fa scrupoli su chi tiene Emma e magari sta a casa dal lavoro. Di questi tempi meglio che al lavoro ci vada, così ho detto a Gabriele che sta con me la mattina dell'intervento poi al pomeriggio va a prendere Emma e sta con lei a casa.

L'indomani poi la mattina viene in ospedale e al pomeriggio quando mi dimettono viene a prendermi anche se ha Emma. Tanto mi aspetta fuori e io mica sono "impedita"

Ragazze, niente gruppo il giovedì. Mi spiace. Avrei troppe cose da far combaciare e non so a che ora mi dimettono. La scorsa volta mi hanno dimessa alla sera del giorno dopo 😞

**mamma\_lara** Giovedì, 12 Marzo 2015 13:25

Monica, i grok sono ottimi per quando si sta fuori un po' di tempo. Io a Bologna ho portato proteine e grok.

Però puoi portare sedano e anche una zucchina. Io mangio le zucchine anche crude e mi piacciono. Oppure puoi portare un po' di ravanelli o altra verdura concessa.

**mamma\_lara** Giovedì, 12 Marzo 2015 13:19

Buongiorno a tutti.

Ho comprato le scarpe e ho pure trovato una bancarella con cosine carine e belle pesanti da mettere anche ora. E' inutile, io ho freddo.

Le scarpe sono proprio belle e per fortuna ho trovato una commessa troppo ma troppo brava.

Pensavo fosse la proprietaria del negozio per tanto ci teneva, mi ha fatto provare di tutto fino a che non ho trovato le scarpe che mi stavano bene.

Quando si tratta di scarpe non bado alla spesa 😊

**nico26** Giovedì, 12 Marzo 2015 13:12

Buon pranzo a tutte/i

a proposito di cell. ....io lo uso tanto per lavoro allora dato che sono un po' cieca ho preso un nokia da 6 pollici e devo dire che me lo godo tantissimo. Dato che avevo fatto la garanzia per cadute accidentali ....stamattina l'ho spedito a Milano per cambio display perche' caduto e si e' rotto ....e ora un un \_Nokia di 8 anni fa'.....e faccio una fatica immensa e ho un display di 3 cm e non vedo nulla!!!!!!

Ci credete che ieri sera ero in panico per cio'???Poi mi sono fermata e ho detto .....No cara Dany cosi' non va ...e' come una dipendenza e non va bene!!!

Manda tanti pensieri positivi a tutte ma proprio tutte voi!!!vi voglio bene

**Piera** Giovedì, 12 Marzo 2015 12:43

Monica, la puoi fare anche stando fuori la dieta.....ti ricordi che sono venuta a Ferrara ed ero gia' in dieta? per un giorno anche se mangi solo polveri non succede nulla anzi ..... 😊

**Monica** Giovedì, 12 Marzo 2015 12:26

Comunque l'untore sta meglio, almeno stamattina non aveva febbre

**Monica** Giovedì, 12 Marzo 2015 12:23

Eh ANNUCCIA continueremo ad urlare 😊 Mio padre dopo che ha avuto l'ictus ha difficoltà ad andare in bagno. Sono ormai anni che la sera prende i "Grani di lunga vita", li prende in erboristeria. Pensa che laddove hanno fallito i lassativi e i clisteri, i grani hanno funzionato alla grande. Talmente tanto che ormai il suo intestino si è abituato e se non li prende, non ci va mai 😞

**Piera** Giovedì, 12 Marzo 2015 12:22

Annuccia anch'io non volevo capitolare alla smartphome, ma ora sono molto contenta anche solo per wathsapp, le ragazze mi mandano tanti bei messaggi e anche noi facciamo girare le foto dei bimbi e commentiamo allegramente 😊 dai modernizzati, sarai contenta 😊 per il problema stitichezza c'e'

un buon integratore che ci prescrive il dottore noi "chetini", non e' un lassativo e non fa venire mal di pancia, si chiama Neobioxy e' in bustine e se ne possono prendere anche due al giorno, magari senti dal loro medico curante se puo' andare bene.

**Annuccia** Giovedì, 12 Marzo 2015 12:11

Non potrete crederci , ma ieri sera ci ho messo più di un'ora per tornare da studio a casa (7

chilometri) , abbiamo l'agente 007 sul Tevere, avete capito bene.... 🤔 l'intero lungotevere è occupato dalle riprese del film , masse di curiosi si fermano a guardare sotto le sponde del fiume. Vigili e ausiliari impegnatissimi nei controlli. Insomma un vero marasma, ieri sera in macchina a passo d'uomo (ad essere ottimisti) parlavo da sola inc..... nera 🤔. Il nostro amato Sindaco .... fa di tutto per farci vivere una vita "pericolosa!"

**Annuccia** Giovedì, 12 Marzo 2015 12:08

MONICA, cerca di organizzarti, altrimenti non puoi sapere se la dieta funziona oppure no. Reggerai sicuramente..... comunque portati la scorta.

**Annuccia** Giovedì, 12 Marzo 2015 12:06

Presto lo compro 😊

MONICA, Valerio sta un po' meglio? a parte l'"attaccaticcio" ..... domani avrei accompagnato mamma da Amplifon , almeno a comprare le pile per l'apparecchio, ma mi ha detto che ora ha altri problemi e non sentire non le interessa più di tanto. Come darle torto???? la tua mamma ha ragione, si risolve ben poco e si spende molto. Finchè potete urlare..... 😊 Non è un bell'argomento, ma ha problemi di andare in bagno, lo scrivo qui, magari potete dare qualche dritta (chi ha i genitori anziani) . Il problema è tipico dei vecchi, ma se lei si lamenta vuole dire che ha molto fastidio. SISSI, un grande abbraccio, mi fa piacere leggerci ogni tanto.

**Monica** Giovedì, 12 Marzo 2015 12:03

Lunedì vado a Milano per lavoro, partenza alle 7.50 e ritorno alle 22, con il treno. Ho il terrore di non reggere tante ore fuori 😊 Porterò la scorta di trip 😊 E temo di non poter seguire nemmeno la dieta. Vedrò se riuscirò ad organizzarmi con le proteine

**mariparis** Giovedì, 12 Marzo 2015 12:01

Buongiorno a tutti. Un grosso in bocca al lupo ad Annuccia, alla nipotina di Rossana e a Lara. Sarete nei miei pensieri.

**Sissi** Giovedì, 12 Marzo 2015 11:57

"Scappo", un caro saluto e un abbraccio a tutti

**Sissi** Giovedì, 12 Marzo 2015 11:57

Scusate gli errori, oggi ho problemi anche con la tastiera del p.c., non solo con lo smartphone... 😊 Scarico la colpa al mdt, che mi fa anche dire parole sbagliate o dimenticarle.

**Sissi** Giovedì, 12 Marzo 2015 11:55

Ciao a tutti e tanti pensieri positivi anche da per la Annuccia, Margherita e Lara. Oggi emicrania, l'ho avuta anche domenica (oltre 16 ore nonostante un sintomatico) e sono "cotta"; ovviamente ho inserito la "funzione bradipo" e tento di superare la giornata senza farmaci. ANNUCCIA, ti abituerai anche tu allo smartphone, io all' inizio ho faticato e tuttora a volte mi innervosisce, ma ci tocca... d' altronde siamo del secolo scorso...

**Monica** Giovedì, 12 Marzo 2015 11:51

L'untore ha colpito, Valerio mi ha attaccato il raffreddore 😊 Sto invecchiando, fino a due anni fa non mi prendeva mai niente e adesso in tre mesi già due volte il raffreddore 😊

**Monica** Giovedì, 12 Marzo 2015 11:50

ANNUCCIA è più semplice di quello che pensi. Poi hai tutto in un cellulare. Io non posso pensare di tornare ad un telefono "semplice" 😊 Sono talmente abituata a cercare sul telefono ogni cosa che mi passa per la testa, che senza mi sentirei persa

**Monica** Giovedì, 12 Marzo 2015 11:48

Buongiorno a tutti. Mando anche io tanti pensieri positivi per ANNUCCIA, LARA e MARGHERITA 😊

**Annuccia** Giovedì, 12 Marzo 2015 11:35

Sono così incapace che il pensiero di dover imparare..... il "touch" poi non lo sopporto, nemmeno avessi delle dita così grandi.

**Annuccia** Giovedì, 12 Marzo 2015 11:34

PIERA, mi segno la marca dello Smartphone, anche io vorrei provare a comprarlo. Su whatsapp (non so se si scrive così) i miei "uomini" hanno formato il "gruppo del Lupo" ed io non posso partecipare avendo un cellulare antidiluviano.... Enrico però mi ha già avvertita che non sanno se mi faranno entrare nel giro, la mamma di Alessandra ad esempio è esclusa. Girano le foto di Lupetto e i commenti di Enrico, Andrea, Alessandra e Roberto, il papà di Alessandra legge ma non scrive mai 😊

**Annuccia** Giovedì, 12 Marzo 2015 11:30

Buongiorno a tutti!

grazie per i pensieri , la prossima settimana comincio. In realtà sono due esami  
ROSSANA, incrocio le dita per Margherita.  
LARA, la prossima settimana sono con te!

**rossana** Giovedì, 12 Marzo 2015 09:52

Ora devo scappare, buona giornata a tutte.....a dopo

**Piera** Giovedì, 12 Marzo 2015 09:48

Tanto per fare un esempio a caso: io e mio fratello, un abisso.....una bella e brava persona ehhhh 😊 ma che tontolone, ve ne potrei raccontare a bizzeffe dall'infanzia ad ora ne ha combinate di ogni .....eppure e' l'adorato figlio maschio 😊

**Aleb97** Giovedì, 12 Marzo 2015 09:47

Buongiorno a tutti. Faccio la mia comparsa anche questo mese.

SIMONA che bello il tuo messaggio! Mi è piaciuto leggere di come chi soffre di emy è una persona speciale. 😊

**rossana** Giovedì, 12 Marzo 2015 09:47

PIERA quanta ragione hai.

La Marghe comanda a bacchetta i due fratelli e coordina casa e cucina in assenza dei genitori come una vera donna di casa.

Esattamente come facevo io.

Cosa vuoi che ti dica, molto immodestamente le donne hanno sì una marcia o anche due in più.

Poi per fortuna ci sono anche i maschi eh .....ci mancherebbe 😊

**rossana** Giovedì, 12 Marzo 2015 09:46

ANNUCCIA ti mando anche i miei di pensieri positivi, e dentro di me ho già pronunciato riti scaramantici che qui non posso riferire. 😊

**Piera** Giovedì, 12 Marzo 2015 09:45

Rossana, e' che le donne hanno sempre una marcia in più'!!! 😊 .....se poi ci sono fratelli maschi vicino , la differenza si nota subito 😊

**Piera** Giovedì, 12 Marzo 2015 09:43

Paula io ho preso uno smarphone della Huawei, l'ho ordinato su Amazon , ma ce l'hanno anche all'ipercoop, i mie esperti mi ha detto che e' ottimo e costa davvero poco.....se lo uso io, e' veramente semplice 😊

**rossana** Giovedì, 12 Marzo 2015 09:43

Buongiorno a tutti,

MARIAGRAZIA che bella la tua definizione "anime belle", grazie.

Ieri la Marghe stava meglio, era senza febbre e soprattutto il medico ha confermato che non serve

l'antibiotico il che avrebbe creato interferenze con l'intervento. Almeno questo vincolo non c'è. Ieri sono stata da lei ed è proprio una donna, tranquilla impostata non spaventata. Non dovrei dirlo ma è la terza figlia dopo due fratelli maschi e rossa di capelli come me.....forse mi assomiglia un pò pur essendo a livello di testa mooolto più dotata 😊  
Grazie a tutte voi per esservi prese a cuore questa causa 😊

**paula1** Giovedì, 12 Marzo 2015 09:38

Buon giorno a tutti...qui sole...stanotte ho avuto parecchio male alle gambe e alle ginocchia..ora va un po' meglio..speriamo che oggi pomeriggio non ci sia da correre come ieri...era un delirio assurdo...domani, per stare a casa sabato, dovrò sicuramente fare una lunga... 😊  
MAMMA LARA non riesco a venire a Ferrara al "Fiocchetto Lilla" perchè Selladicavallo va bene, ma vorrei farlo vedere anche ad un altro meccanico e io sono ancora dolorante...così per premio vado a farmi il colore ai capelli e forse mi compro anche uno smartphone come regalo per i miei "primi" 50 anni 😊😊 così posso stare un po' al passo coi tempi... 😊 ne ho visto uno economica, quasi da bambini, così me lo faccio impostare dalla nipote... 😊

**mariagrazia** Giovedì, 12 Marzo 2015 09:10

Buongiorno anime belle.  
Pensieri positivi per tutti coloro che dovranno affrontare qualche difficoltà nei giorni a seguire con l'augurio che tutto vada x il verso giusto

**cri69** Giovedì, 12 Marzo 2015 08:32

Buongiorno a tutti, anche oggi sembra una splendida giornata di sole.

**Simona** Giovedì, 12 Marzo 2015 07:47

Buongiorno a tutti. ..  
pensieri positivi per Annuccia, Lara e Margherita di Rossana...

**feffe81** Mercoledì, 11 Marzo 2015 22:30

MAMMALARA io spesso mi sono spostata carponi per casa per scongiurare il rischio cadute, però avere qualcuno che supporta è meglio!

**mamma\_lara** Mercoledì, 11 Marzo 2015 21:30

Buona notte e sogni bellissimi per tutti. State bene se potete

**mamma\_lara** Mercoledì, 11 Marzo 2015 21:29

Giuseppina, vedrai che farà parecchia attenzione il signorino

**mamma\_lara** Mercoledì, 11 Marzo 2015 21:28

Rossana, non faremo mancare i pensieri anche per la tua nipotina. Non è possibile, bisogna proprio che vada tutto bene

**mamma\_lara** Mercoledì, 11 Marzo 2015 21:25

Maya, forza carissima.

**mamma\_lara** Mercoledì, 11 Marzo 2015 21:24

Feffe, sai che anch'io facevo come te, mi sedevo per terra e Gabriele mi tirava per le braccia portandomi in bagno. Anche solo appoggiare i piedi per terra mi aumentava il dolore. Però sentivo quando mi veniva il mancamento e mi stendevo a terra in tempo.  
Poi quando ho smesso tutti i sintomatici il dolore non mi ha più distrutto come prima.  
Con la cefalea a grappolo invece durante l'attacco ho energie che non so neppure da dove arrivano.  
In bocca al lupo per il campionato 😊

**feffe81** Mercoledì, 11 Marzo 2015 20:56

ANNUCCIA pensieri positivi pronti per te!  
MAMMALARA anche per il tuo intervento

**feffe81** Mercoledì, 11 Marzo 2015 20:53

ROSSANA povera Margherita, confido che le dottoresse la prendano in carico appena guarisce dall'influenza

**feffe81** Mercoledì, 11 Marzo 2015 20:52

E anche oggi ho completato la mia giornata lavorativa, la testa è stata brava e sono soddisfatta di me. Devo tenere botta fino a sabato compreso che lavoro. Domenica inizia il campionato. Vediamo! MARIPARIS quando ho gli attacchi forti io non riesco a fare nulla, sto a letto al buio e in silenzio, non riesco a parlare e fatico ad ascoltare. Vomito restando a letto in una bacinella e se devo andare in bagno ho bisogno dell'aiuto di qualcuno perché nelle ore peggiori le gambe non mi reggono.


**Maya** Mercoledì, 11 Marzo 2015 20:45

Testa delicata....

**Maya** Mercoledì, 11 Marzo 2015 20:42

Ciao..giornata piena.....ora corso croce blu..

**giuseppina** Mercoledì, 11 Marzo 2015 20:01

LARA se è così devi farlo nero 

**giuseppina** Mercoledì, 11 Marzo 2015 20:00

PIERA MONICA credo anch'io che non si possa tralasciare un doveroso soccorso in caso di bisogno, nonostante le brutte persone, poi se uno non se la sente almeno una telefonata al 118 non costa niente e non si rischia

**giuseppina** Mercoledì, 11 Marzo 2015 19:52

ANNUCCIA vai fiduciosa a fare gli esami di routine, i nostri pensieri positivi ti accompagnano 😊

**mamma\_lara** Mercoledì, 11 Marzo 2015 19:02

Ci sono ma ho Emma che sta usando il computer

**mariagrazia** Mercoledì, 11 Marzo 2015 18:52

Annuccia pensieri positivi per te e un abbraccio

**mariparis** Mercoledì, 11 Marzo 2015 18:02

Simona, no, non mi hai ferito affatto. Le tue parole sono state come un balsamo per la mia anima, che in questo periodo e' sofferente e un po' confusa. Grazie con tutto il cuore

**Piera** Mercoledì, 11 Marzo 2015 17:55

Fate bene a non sfiorare, la chetosi e' l'unica cosa che ci puo' far star meglio, uscirne anche solo per un giorno, a noi emicranici non fa bene di certo.

**mariagrazia** Mercoledì, 11 Marzo 2015 17:50

Cris io non sfioro con i carbo! Sto molto attenta a non farlo. Domenica mangiando una fettina di dolce cheto non ho mangiato poi la frutta secca allo spuntino e oggi per assaggiare il pane di semi ho fatto lo stesso

**Piera** Mercoledì, 11 Marzo 2015 17:46

Simona puoi usare il solfato di rame, e' una polvere azzurra, da sciogliere nell'acqua, poi metti tutto in uno spruzzino e irrori la pianta, e piu' che altro un fungicida e non so se va bene anche per gli animaletti, pero' rende robusta anche la pianta e si ammala meno concima pure,io tratto cosi' le mie rose.....invece per afidi, e animaletti vari uso il Provado in pastiglie, ne metto due nei vasi grandi e dura tre mesi,

**Simona** Mercoledì, 11 Marzo 2015 17:18

Mariaparis ti capisco sai.. però mi sento di dirti ciò che mi è stato detto a me , la nostra emicrania ci crea non poche difficoltà ma fa di noi persone speciali,diverse,con tante qualità in più come una sensibilità elevata,come diciamo sempre noi sentiamo anche una foglia che cade da un albero,poi siamo persone molto organizzate,sul lavoro,sia dentro che fuori casa,rendiamo molto,non ovviamente nei giorni di mdt intenso,però abbiamo una marcia in piu,e le persone che ci sono vicine ci amano anche per questo..il tuo Alberto credo che veda oltre .. quindi io non mi preoccuperei di farmi bella per lui ma piuttosto di cercare di accettare sto male e di sorridere nonostante questo.. l'assunzione di farmaci assidua causa un mdt cronico giornaliero.. inutile combattere.. ci facciamo solo del male.. scusa se ti ho ferito in qualche modo...so bene che i periodi di sconforto e abbattimento ci sono e sono anche frequenti ma noi dobbiamo farcela.. ce la possiamo fare..dentro di noi abbiamo le forze

per andare avanti, dobbiamo "solo" crederci. ..

grazie Monica e Annuccia per le risposte.. 😊

**mariparis** Mercoledì, 11 Marzo 2015 17:00

Ciao Cris sono contenta che ora il mal di testa vada un pochino meglio. so bene che non devo esagerare con i farmaci, ma il mdt ce l'ho quasi ogni giorno e a parte il fatto che il dolore mi terrorizza e non lo sopporto, mi dispiace farmi trovare da Alberto (che torna dal lavoro verso le 17,30) sempre a letto, in pigiama, scontrosa e senza un minimo di decoro estetico. Non so le altre amiche del forum, ma quando ho un forte attacco di emicrania io non riesco a combinare nulla. Ne' in casa ne' per me stessa. ed anche io ho la tremenda sensazione che la vita mi scivoli tra le mani...

**Cris83** Mercoledì, 11 Marzo 2015 16:46

mmmm.. mi fai venire fame.. menomale che è l'ora della merenda! io più che sfiorare con i carbo cerco di mangiare solo esclusivamente quello che c'è scritto sulla mia dieta, soprattutto per i tanti kg che devo perdere.

**mariagrazia** Mercoledì, 11 Marzo 2015 16:15

Buon Pomeriggio a tutti.

Cris, si la tortina è davvero molto buona, l'ho fatta sabato sera e il pezzo che è rimasto è ancora morbido.

Oggi ho fatto il pane cheto, il profumo è inebriante, il sapore è buono, è da migliorare la consistenza.

Anche io all'inizio non mi sono preparata nulla di sfizioso. Ora lo faccio di tanto in tanto, ma più per il gusto di farli, perché poi ne mangio pochissimo.

**Cris83** Mercoledì, 11 Marzo 2015 16:08

MARIPARIS mi dispiace molto sentirti così giù.. qui tutti ti capiamo molto bene.

Non ho consigli da darti perché non saprei cosa dirti visto che anch'io non sto molto bene..

Anch'io prima ero praticamente sempre in abuso di farmaci. Ora non lo sono più, non perché il dolore sia diminuito di tempo o di intensità ma perché ho provato a resistere. Certe volte ce la faccio, altre meno.. Mi sono data un limite di 4/5 analgesici al mese di più non vado.. resto lì a letto, al buio e nel silenzio totale.. e sinceramente la cosa che mi fa stare peggio non è tanto il dolore ma non riuscire a fare nulla, mi sembra che il tempo mi scivoli tra le mani ed è una brutta sensazione, più del dolore.

un abbraccio forte e coraggio.. 😊

**Cris83** Mercoledì, 11 Marzo 2015 16:04

Caro WILLY è sempre un piacere leggetti.. e grazie per le bella parole!

CRI sono molto contenta per te! Avanti tutta!!

MAMMA LARA mi raccomando.. sistemalo per bene il commesso!! 😊

**Cris83** Mercoledì, 11 Marzo 2015 16:03

NICO anch'io sono come te riguardo agli occhiali da sole, sono come una seconda pelle, pensa che è un mesetto che mi si sono rotti ma sono da vista e mi ci vuole qualche soldino per farli.. ho riattaccato la lente divisa in tre con l'attack.. sembra scema ad andare in giro così ma non posso farne a meno! Stasera comunque mi sono decisa ad andare a rifarli.. ho trovato un'amica di mia mamma che ha un negozio di occhiali e mi fa un po' di sconto!!

**Cris83** Mercoledì, 11 Marzo 2015 16:03

MARIAGRAZIA la tortina cheto sembra buonissima.. anch'io come LARA aspetto un po' per provare qualche ricettina..

PAULA leggo solo ora della caduta.. mi dispiace! Il ghiaccio è davvero pericoloso.. se freni è finita! Come stai oggi?

Anche michele l'altro giorno ne ha combinata una grossa.. ha picchiato in un albero mentre faceva



un sorpasso, non si è fatto nulla fortunatamente ma la macchina è da buttare. E pensare che voleva venderla..

Anche se in ritardo auguri a NICO e a tutte le donne!

E auguri anche al piccolo Daniel!!

**Annuccia** Mercoledì, 11 Marzo 2015 16:01

SIMONA, stacca una foglia malata e vai in un vivaio, loro sanno cosa darti.

Nei prossimi giorni controlla a go-go, ho un po' di ansia, ma affronterò il tutto, come sempre.

Pensatemi! 😊

**Monica** Mercoledì, 11 Marzo 2015 15:53

SIMONA puoi usare un infuso di ortica, devi far macerare l'ortica dentro l'acqua. Su google trovi tutta la spiegazione. Io un paio di anni fa ho salvato il basilico da un attacco di acari con questo infuso

**Simona** Mercoledì, 11 Marzo 2015 15:24

Buongiorno a tutti. .son 2 giorni che ho la testa delicata in attesa del ciclo... oggi son venuta a casa una mezza ora prima .. ieri mi ero fermata di più. . Per fortuna Gabriele capisce le mie difficoltà.

..ora sto facendo il sapone liquido di marsiglia per la lavatrice..visto che Mattia ha la pelle delicata ho abbandonato qualsiasi detersivo e ammorbidente e mi faccio il sapone in casa. ..

a chi di voi ha il pollice verde rivolgo una domanda: mi sono accorta oggi che ho la margherita

malata... 😞 stavo togliendo i fiori secchi e ho visto che è piena di insetti i piccoli e verdi e altri insetti tipo moscerini che sembrano morti sui petali.... mi spiacerebbe proprio tanto vederla morire perché è diventata enorme, è sempre stata bellissima, con fiori gialli grossi ed ha sempre fiorito 2 volte l'anno.... l'ho comprata 3 anni fa che era piccolissima e l'ho vista crescere...insomma.... ci sono affezionata..... sapete darmi delle dritte per vedere di recuperarla?

**Cris83** Mercoledì, 11 Marzo 2015 14:42

Ciao a tutti!

oggi fortunatamente va un po' meglio.. tra ieri e lunedì avevo una gran voglia di battere la testa nel muro!! 😡

stanotte e anche un po' stamattina sono stata male ma poi è diminuito da solo.. ma non ho trovato la forza psicologica di fare qualcosa e di alzarmi.. menomale che ho il cane che a un certo punto se sto troppo ferma mi combina danni o usa la mia testa come cuscino e quindi mi sprona ad alzarmi.. ora sono a lavoro.. sistemo qualche cosina e poi vi leggo..

un abbraccio.. 😊

**mamma\_lara** Mercoledì, 11 Marzo 2015 12:29

Vado a fare la pappona

**mamma\_lara** Mercoledì, 11 Marzo 2015 12:28

Giuseppina, hai ragione, anche ad una persona che conosco è successa una cosa abbastanza simile. Bisognerebbe avere sempre il telefono per fare filmati.

**mamma\_lara** Mercoledì, 11 Marzo 2015 12:24

Mariparis, sarebbe una bella scena, ma io devo fare ciò che sono capace di fare, me stessa e quella credimi non lascia scampo a nessuno che si prende gioco di me. Prima o poi passa lungo al mio fiume e siccome non dimentico mai nulla, arriverà il momento anche per lui. 😊😊😊

Mia mamma diceva che le lepri si prendono senza correre 😊😊😊

**Annuccia** Mercoledì, 11 Marzo 2015 11:38

Buongiorno a tutti!

**Monica** Mercoledì, 11 Marzo 2015 11:20

MARIPARIS ti ho risposto 😊

Valerio è da ieri a casa con la febbre, e io sto sempre in ansia quando si ammala. Stanotte si è cambiato due volte per tanto che ha sudato. E io subito a pensare che gli è tornata la TBC 😞

Comunque mi ha attaccato il raffreddore, ho un leggero mal di gola e un leggero mdt! Questo mese non esco viva dal mdt 😞

**Monica** Mercoledì, 11 Marzo 2015 11:18

Buongiorno a tutti. GIUSEPPINA assurda la storia dell'ubriaco 😞  
Io mi fermo sempre quando vedo incidenti, soprattutto se sono motociclisti. Anche un mese fa mi sono fermata e ho dovuto trattenere le lacrime, anche se i due ragazzi non si erano fatti niente. E' che li avevo visti volare e mi ha fatto un certo effetto 😞

**nico26** Mercoledì, 11 Marzo 2015 11:06

Un grosso abbraccio a tutte/i e non molliamo mai noi del forum 😊

**mariparis** Mercoledì, 11 Marzo 2015 10:11

Buongiorno a tutti!

Monica ti ho scritto.

Annuccia grazie, spero di sentirti presto!

Cris mi dispiace che non stai bene...

Lara perché non fai come nel film pretty woman...ti metti tutta in ghingheri, metti cinque buste per mano (fa niente se sono vuote) ed entri nel negozio...e dici che se non fossero stati così maleducati avresti fatto tutto quello shopping da loro 😊

**mamma\_lara** Mercoledì, 11 Marzo 2015 09:53

Giuseppina, se non ci fossero stati tutti i discorsi pregressi avrei preso anch'io la cosa in quel modo. Ma c'è anche da dire che in quel negozio non ci si va se si vuole risparmiare.

Poi gli avevo anche detto quante erano le paia di scarpe che mi ero comprata 7 anni prima e gli ho detto anche che ne indossavo un paio in quel momento.

Va la che è stato bello maleducato. ma farò un giretto domani così lo sistemo.

Certo che non ha assolutamente scalfito la mia autostima, ci vuole ben altro. Fosse stato uno sbarbatello imberbe lo avrei perdonato. Ma era un adulto che secondo me pensava di spedirmi al più presto fuori dal negozio come se gli rovinassi la media

**mamma\_lara** Mercoledì, 11 Marzo 2015 09:47

Buongiorno a tutti.

Un salutino prima di andare dalla parrucchiera a fare la tinta. La prossima settimana ho l'intervento e mi voglio fare trovare in ordine.

Penso che andrò domani per le scarpe.

**Piera** Mercoledì, 11 Marzo 2015 09:05

Giuseppina, ma che storia brutta quella dell'incidente con l'ubriaco, io se sono da sola, mi dispiace ma non mi fermo mai, ci sono truffe attuate anche con bambini a neonati al seguito dei truffatori, se invece sono in compagnia di qualcuno mi fermo sempre, una volta feci tornare indietro Giorgio, perché mi pareva di aver visto una bici in un fosso, alla fine era solo un rottame, ma non potevo pensare di non togliermi il dubbio!!!!

**cri69** Mercoledì, 11 Marzo 2015 08:27

Buongiorno a tutti, qui freschino.

Vedo di mettermi in moto anche se tornerei a nanna 😞

**giuseppina** Martedì, 10 Marzo 2015 22:19

MONICA però conosco una che si è fermata a soccorrere un ubriaco in bici caduto nel fosso e che si è ritrovata l'incidente accollato, l'assicurazione ha pagato 50.000 eurini e lei è stata espulsa perché non aveva denunciato l'incidente 😞

**giuseppina** Martedì, 10 Marzo 2015 22:04

auguri NICO belli i festeggiamenti a Verona, in questa stagione va benissimo una giornata alle terme

**giuseppina** Martedì, 10 Marzo 2015 21:57

ROSSANA spero che tua nipote si riprenda presto, vedrai che le dottoresse l'hanno presa a cuore e troveranno presto un nuovo spazio per l'operazione

**giuseppina** Martedì, 10 Marzo 2015 21:54

mai mi sarebbe venuta in mente la storia della pezzente 😊 che dici, ho un buon carattere o un eccesso di autostima 😊😊😊

**giuseppina** Martedì, 10 Marzo 2015 21:48

pensa come siamo tutti diversi LARA, se il commesso mi avesse detto una frase come quella, io l'avrei presa come una legittima preoccupazione all'idea di farmi spendere troppi soldini 😊

**Cris83** Martedì, 10 Marzo 2015 21:47

Vi scrivo un saluto veloce perché ho la testa che fa un male cane.. Ed é così da due giorni.. Spero che questa dieta -profilassi possa avere qualche effetto perché non ne posso davvero più!!  
Un abbraccio forte a tutte e sogni d'oro!

**rossana** Martedì, 10 Marzo 2015 21:44

Mia nipote Margherita doveva essere rioperata all'occhio domani a Verona dove due dottoresse tenteranno nuovamente.

Ci sono poche possibilità ma bisogna provarle tutte.

Lei però da domenica ha un febbrone da cavallo, influenza proprio e non può andare.....stasera è pure svenuta due volte.

Povera in questo periodo diciamo che proprio proprio per il verso giusto non va ma restiamo ottimisti. E pensare che le dottoresse le avevano a fatica ritagliato uno spazio per l'intervento perché ritengono sia da fare il prima possibile..... 😞

Pazienza, speriamo bene.

**rossana** Martedì, 10 Marzo 2015 21:41

Auguri anche a Daniel, mamma mia quanto pesa a soli due mesi!

Già non ce la potrei fare a prenderlo su.....

Proprio un bambolottone!

**rossana** Martedì, 10 Marzo 2015 21:40

Ciao a tutti,

NICO tanti tanti auguri, Buon Compleanno!

Ho letto che ti sei fatta un bel regalo.....niente è meglio di un giorno libero.

Carino il marito che ti cucina la cena, niente da dire.

**paula1** Martedì, 10 Marzo 2015 21:40

Buona sera a tutti...passo per un saluto veloce...sono rientrata con la corriera blu perchè per domani mattina avevo ancora paura di trovare il ghiaccio...ci sono 300 mt di strada sempre bagnati su entrambe le corsie e la temperatura della mattina è ancora rigida.....

domani pomeriggio ho anche l'incontro con la dottoressa del DCA poi torno a casa che c'è ancora luce...



vado a riposare....Buona notte a tutti

**cri69** Martedì, 10 Marzo 2015 21:15

Buonasera non vi ho letto, rinnovo solo gli auguri a Nico ed al piccolo Daniel.

Oggi c'era Giulia quindi solo per lei....e un sacco di risate.

Notte serena

**Simona** Martedì, 10 Marzo 2015 20:26

Ho letto la nostra rivista Cefalee Today , davvero molto interessante.. bella l'intervista al Dr Di Lorenzo e bella anche la risposta della d.ssa Sancisi .. 😊

**nico26** Martedì, 10 Marzo 2015 20:06

Grazie a tutte degli auguri!

Ho deciso di prendermi una giornata con marito e figlio alle terme di Verona e devo dire che e'un posto splendido

che in un oretta ci arrivi e c'era poca gente !Poi maritino mi ha fatto la cenetta lui !

Ho staccato telefono mail messaggi e devo dire che sono stata bene.

Ogni tanto ci vuole anche se stamane quando mi sono alzata alle 7 mi era partito un attacco con

vomito poi sono uscita a dar da mangiare ai cani e quindi tra una cosa e l'altra ho perso 10 minuti. Sara' stato il freddo.sara' forse che doveva andare cosi' mi e' sparito.!  
che strano!!!  
Lara non so che aggettivo dare al negoziante!!!!tu ricorda brilli di luce meravigliosa sia fuori che nell'anima!!!  
Un abbraccio

**Piera** Martedì, 10 Marzo 2015 19:45

brava Lara sistemalo per bene!!! 😊 io non mi sono mai sentita trattata da pezzente, se l'hanno pensato non l'ho notato per fortuna 😊 e pensare che i soldi di solito, li hanno proprio quelli da cui meno te lo aspetti 😊😊 l'ho sperimentato moltissime volte 😊

**feffe81** Martedì, 10 Marzo 2015 19:21

MAMMALARA tu sfoggi ricchezze ben più grandi ed è povero chi non le vede! Comunque anche io mi sono sentita trattata da pezzente e non è piacevole, unitamente all'essere trattata come poco intelligente in quanto donna.  
NICO auguri!!

**Annuccia** Martedì, 10 Marzo 2015 18:29

Bravissima LARA, così in "ghingheri" lo lascerai di stucco!!!

**mamma\_lara** Martedì, 10 Marzo 2015 18:23

Poi ho una bellissima borsa che mi hanno regalato di Alviero Martini. Ecco, uso anche quella.

**mamma\_lara** Martedì, 10 Marzo 2015 18:21

Annuccia, di certo non gliel dirò, ho deciso che mi proverò una ventina di scarpe e poi dirò che nel suo negozio non c'è nulla che mi piace e che farò una scappatina in San Romano dove ho già visto (oggi pomeriggio) un paio di scarpe che mi stavano meglio. 😊😊

To mo, così impara

In San Romano c'è un negozio che vende scarpe di una marca che lui non tiene.

Poi per domani mattina ho deciso che mi metto collana anello braccialetto e spilla. Ma anche di più, diciamo due o tre anelli. 😊😊😊

Così faccio la tamarra per bene

**Annuccia** Martedì, 10 Marzo 2015 17:37

Grazie cara LARA, hai proprio ragione ho avuto tante "batoste"! e voi mi avete aiutata tanto. Per quanto riguarda il negoziante, mi sembra assurdo, e fai bene ad andare a dirgliene quattro!! vorrei essere una mosca

**mamma\_lara** Martedì, 10 Marzo 2015 16:13

Annuccia, sei stata bravissima in questi anni a gestire il tuo MDT, anche perchè non è che ti siano stati risparmiati pensieri e altre malattie.  
Brava brava.

**mamma\_lara** Martedì, 10 Marzo 2015 16:10

Sta arrivando (forse) la primavera e io mi sono detta che quest'anno ho proprio bisogno di scarpe nuove.

Per me le scarpe sono sempre state un tormento e non immaginate quanti soldi gettati per scarpe che mettevo una volta e poi dovevo regalare.

Questo per dire che sulle scarpe non cerco mai di spendere meno, altrimenti spendo il doppio.

Sono andata nel solito negozio che teneva le scarpe della marca che compro sempre e ho chiesto al commesso o proprietario 😊 se aveva scarpe di quella marca. Mi ha squadrato da capo a piedi (sia chiaro che avevo addosso abiti appena comprati ieri e della mia giusta taglia) e mi ha detto chiaramente che le scarpe non c'erano perchè sarebbero arrivate la prossima settimana, ma dovevo sapere che sarebbero costate parecchio, anche 130 euro, questo detto sempre guardandomi bene e

con un tono ironico, mi sono data un'in..... 😡 non da poco così gli ho chiesto da dove gli veniva l'idea che io non mi potessi permettere le scarpe da 130 euro.

Sono dovuta stare zitta perchè Gabriele già soffriva, lui non sopporta che io discuta.

Non c'è problema, ho già detto a Gabriele che domani mattina vado a fare una visitina ad un negozio di scarpe, solo che a Gabriele non lo dirò, passerò dal negozio per dirne un paio al signore che mi ha trattato male.

E' inutile, potrei vestirmi anche d'oro ma sempre pezzente sembrerei 😊😊

**mariagrazia** Martedì, 10 Marzo 2015 16:05

Piera, mamma ha alti e bassi. Nei giorni scorsi pensavo di doverla ricoverare di nuovo, l'ossigenazione scendeva molto. Ora va un po' meglio, ma è sempre molto precaria

**Piera** Martedì, 10 Marzo 2015 15:48

Mariagrazia, come sta la tua mamma? non ci hai più' aggiornato 😊

**mariagrazia** Martedì, 10 Marzo 2015 15:17

Nico tanti tanti auguri!  
Buon compleme se anche al bellissimo Daniel!

**Maya** Martedì, 10 Marzo 2015 15:07

😊 ciao sono fuori...in bici..alcuni giri da fare .. 😊 .....ora sono in a ditta per documenti; per il lavoro nulla di nuovo

... 😞😡

**cri69** Martedì, 10 Marzo 2015 14:59

NICO augurissimi fanciulla 😊😊

**Monica** Martedì, 10 Marzo 2015 14:43

PAULA ho letto dell'incidente, mi dispiace che sei caduta e contenta che non hai nulla di grave. Non capisco come fanno le persone che assistono ad un incidente a non fermarsi. Anni fa una ragazza è caduta proprio davanti la mia macchina e mi sono fermata subito. Nonostante dietro di noi ci fosse il ragazzo che la seguiva in macchina, lei mi è stata veramente riconoscente perchè sono rimasta lì per mezz'ora con loro. Non ti dico i ringraziamenti per averli aiutati. Che poi io gli ho solo dato dell'acqua per sciacquare la ferita sul ginocchio

**Monica** Martedì, 10 Marzo 2015 14:39

PIERA auguri per il complime se di Daniel, un bel bambolotto 😊

**Monica** Martedì, 10 Marzo 2015 14:37

MARIPARIS ho anche io tanto mdt. Ho avuto solo domenica come tregua. Il ketotest è rimasto a +1 e non c'è verso di farlo salire a 3. Sto anche seriamente pensando di non mangiare per un giorno pur di vederlo salire! Da oggi comunque ho iniziato a tenere un diario alimentare, con la conta dei carboidrati. Voglio capire perchè sono fissa ad 1 😞

**Monica** Martedì, 10 Marzo 2015 14:34

ANNUCCIA mia madre ancora non accetta l'idea di mettere l'apparecchio 😞 Quindi quando parliamo con lei, per evitare di ripetere le cose due volte, urliamo 😡 Finora non sono riuscita a convincerla, si vergogna di avere l'"aggeggio" all'orecchio

**Monica** Martedì, 10 Marzo 2015 14:33

Buongiorno a tutti. NICO tanti auguri di buon compleanno 😊😊❤❤

**Annuccia** Martedì, 10 Marzo 2015 14:09

MARIPARIS, ti chiamo appena posso.

MONICA, volevo chiederti se hai risolto qualcosa con l'apparecchio dell'udito per tua mamma (mi sembra fosse lei, ma potrei sbagliare). Noi, con la nostra (mamma) , siamo un po' nelle peste, gli apparecchi Amplifon non le danno affatto sollievo e ogni volta che va al negozio per cercare di risolvere non combina nulla , lei dice che le parlano a tu per tu ad alta voce e ovviamente ci sente.

**mamma\_lara** Martedì, 10 Marzo 2015 13:22

[Cefalee Today](#)

**mamma\_lara** Martedì, 10 Marzo 2015 13:19

Leggete la nostra rivista Cefalee Today  
C'è una bellissima intervista al Dr. Di Lorenzo

**mariparis** Martedì, 10 Marzo 2015 12:16

Buongiorno a tutti!

Annuccia, Feffe vi ringrazio moltissimo per le vostre parole...mi aiutano davvero tanto. purtroppo ancora non riesco a superare un attacco senza prendere nulla, mi fa troppa paura, ma spero piano piano di riuscire a farlo. Spesso prendo un sintomatico anche per Alberto...vi assicuro che in preda ad un forte attacco di emicrania non sono un bello spettacolo da vedere 😊  
Annuccia grazie, sarei felice di fare due chiacchiere con te quando ti va e hai un po' di tempo.  
Auguri con tutto il cuore a Nico e al cucciolotto Daniel

**Annuccia** Martedì, 10 Marzo 2015 11:53

MARIPARIS, capisco tanto la tua crisi del momento. Quando arrivai qui in questo Forum era il 2006 ed ero nelle tue stesse condizioni. Mal di testa quasi tutti i giorni ed anche 19 Imigran al mese più il contorno di Aulin . Anche io, come Feffe, ho fatto pensieri brutti e non ricordo se nel Forum lo avevo mai scritto, ma LARA lo sa.

Non voglio darti consigli perché, purtroppo, non ne ho. Ma sulla mia esperienza il vivere alla giornata ed il fare quello che potevo fare senza progetti e senza impegni se non quelli fatti al momento (il mio famoso "carpe diem" 😊 mi ha aiutata.

Ci sono e quando vuoi potremmo anche incontrarci per parlare un po' , se la cosa può farti piacere.

**Simona** Martedì, 10 Marzo 2015 11:43

Auguri anche al piccolo Daniel... bello lui. .... 😊😊😊

**Simona** Martedì, 10 Marzo 2015 11:42

Nico auguroni... buon compleanno fanciulla 😊😊😊

**Annuccia** Martedì, 10 Marzo 2015 11:34

Buongiorno a tutti!

NICO, tantissimi auguri a te che sei la positività in persona!!!! 😊

Auguri anche al piccolo Daniel

**paula1** Martedì, 10 Marzo 2015 10:55

Scendo in città anche io...Buona giornata a tutti...

**mamma\_lara** Martedì, 10 Marzo 2015 10:15

Sto uscendo.

Anche questa settimana ho Emma ogni giorno, l'altra nonna è impegnata ogni giorno.

Speriamo tutto vada bene.

Vado a fare un po' di spesa e in banca

**mamma\_lara** Martedì, 10 Marzo 2015 10:13

Piera, Daniel è bellissimo.

**mamma\_lara** Martedì, 10 Marzo 2015 10:12

Buongiorno a tutti.

Buon compleanno Nico. ♥

**Piera** Martedì, 10 Marzo 2015 09:20

Oggi e' il secondo compleme di Daniel, pesa piu' di 6 Kg, il nostro bel ciccione 😊

**Piera** Martedì, 10 Marzo 2015 09:17

Buon compleanno Nico 😊

**paula1** Martedì, 10 Marzo 2015 08:51

Tanti Auguri di Buon Compleanno alla nostra Amica NICO26 😊

**paula1** Martedì, 10 Marzo 2015 08:50



Buon giorno a tutti...sempre dolorante e col morale a terra...vabbè...qui sole però...

**feffe81** Lunedì, 09 Marzo 2015 21:30

CRI sono contenta per la notizia del lavoro 😊

PAULA ho letto del tuo incidente, caspita che pericolo! mi spiace tu sia dolorante...un bacione

**feffe81** Lunedì, 09 Marzo 2015 21:18

MARIPARIS anche io mi ritrovo in quello che scrivi, una volta sono arrivata anche a pensare di fare brutte cose se non mi fosse passato il dolore. E prima di entrare nel forum ero convinta che avrei dovuto trovare chi e cosa mi avessero tolto il mdt. Non sei nata sbagliata, sei nata così come sei, come io sono nata così. Il mdt fa parte di noi, come fanno parte di noi gli occhi e i peli. Grazie al forum, leggendo che c'era chi passava attacchi di emicrania senza prendere sintomatici, ho avuto il coraggio di provare. Io sono fortunata, non ho tanti attacchi (uso i trip), ma ne ho di farmacoresistenti e per quelli devo per forza sopportare. Mentre sono lì col dolore cerco di rilassarmi, ascoltarlo, pensare che io non sono solo la mia testa, ad esempio ho i piedi e questi in genere non mi fanno male, quindi posso "godermi" i miei piedi non doloranti. Penso che l'attacco fa il suo corso ma poi finisce, non dura per sempre! E anche che se sto così male l'unica cosa che posso fare in quel momento è occuparmi del mio dolore perché, come ricorda LARA, nessun altro può farlo al posto mio. Il MDT mi impedisce di fare quello che avevo in programma di fare, questo fa rabbia e genera sensi di colpa, ma a posteriori mi rendo sempre conto che non c'è mai nulla di veramente indispensabile da fare e che per forza lo dovessi fare io. Perché invece che un attacco di emicrania potrei avere avuto un incidente e allora gli altri si sarebbero arrangiati senza di me per forza. Però ti capisco perché quando il mdt c'è tutti i giorni è veramente dura.

**Maya** Lunedì, 09 Marzo 2015 21:12

E per stasera continua dolore a sx forte....buona notte 😊

**Maya** Lunedì, 09 Marzo 2015 21:11

Willy io, grazie del messaggio per noi femminucce del forum

**Maya** Lunedì, 09 Marzo 2015 21:04

Ciao...un po' di doloretto pre ciclo giovedì e venerdì pulsava a sx....poi sabato era sopportabile, sabato sera avevo avevamo amiche per cena ,niente uscita per noi donne, ma una serata veramente piacevole ,di chiacchiere ,qualche confidenza ,amiche di anni e nuove amiche arrivate

nella palazzina per conoscerci meglio 😊 ,siamo state benissimo,abbiamo fatti un po' tardi 😊 ma senza rendercene conto 😊😊

**cri69** Lunedì, 09 Marzo 2015 20:49

PAULA grazie,mi spiace proprio tanto...ma cavoli,io dico che sei coraggiosa.Forza ragazza.

**paula1** Lunedì, 09 Marzo 2015 20:34

CRI69 evviva una bella notizia per il lavoro... 😊😊

**paula1** Lunedì, 09 Marzo 2015 20:32

Buona sera a tutti...sono stanchissima e con le ginocchia ancora doloranti... e stamattina il ghiaccio c'era ancora...ero sulla corriera blu..ho mandato una mail in comune e mi hanno risposto, ma ovviamente ancora non ho visto grandi cambiamenti, oggi pomeriggio era ancora tutto così senza segnali e con la perdita d'acqua solita....

Selladicavallo è un po' "scartolato" e il pezzo che si è rotto è sul manubrio e cambiarlo costerebbe molto...le cose importanti però sono a posto 😊

domani lavoro pomeriggio quindi quando scendo sarà meno pericoloso...

al lavoro solito caos... 😞 non vorrei pensarci.....

vado a riposare 😊

**cri69** Lunedì, 09 Marzo 2015 20:32

MARIPARIS sono lusingata dal poterti essere di esempio,credo di non esserne degna,comunque grazie.E grazie per il lavoro,mi devo accontentare ma va bene così.....  
Per le cicatrici,non si vedono ma ci sono...

**mariparis** Lunedì, 09 Marzo 2015 20:10

Cri sei davvero una cara ragazza...e' stato bello per me conoscere un po' la tua vita anche se mi e' dispiaciuto sapere che hai dovuto affrontare dei problemi non facili. Sei stata molto brava e puoi essere orgogliosa di te stessa per come li hai affrontati e superati. Spero di farcela pure io e di poter seguire il tuo esempio.

ho letto da qualche parte una frase che mi ha colpito molto e che recitava più o meno così:"una persona senza cicatrici e' una persona che non ha ancora vissuto".

mi pare di aver letto che a breve inizierai un nuovo lavoro...in bocca al lupo! Grazie e baci

**nico26** Lunedì, 09 Marzo 2015 18:33

Vi abbraccio

**cri69** Lunedì, 09 Marzo 2015 16:56

ROSS mi raccomando il casco 😊😊😊

**rossana** Lunedì, 09 Marzo 2015 15:49

CRI allora è perfetto 😊

Sto studiando il copione, ma quest'anno testo e scaletta non mi convincono...pazienza.

Però quando qualcosa non ci piace fino in fondo facciamo anche più fatica a ricordare.

Poi faccio ginnastica, ormai la odio un pò tanto ma s'ha da fare e sempre di più.

Poi vado a fare la terapia dalla mia dottoressa in scienze motorie.

E' una vita spericolata la mia 😎

**cri69** Lunedì, 09 Marzo 2015 15:47

ROSSANA bella idea mi piace anche il whisky 😊😊

**rossana** Lunedì, 09 Marzo 2015 15:07

Alé CRI, io propongo di prendervi una bella sbornia stasera.....

**cri69** Lunedì, 09 Marzo 2015 14:39

la gioia

**cri69** Lunedì, 09 Marzo 2015 14:38

PIERA non ti dico la ,soprattutto ora che ho visto che è arrivata la disoccupazione 😊😊😊

**Piera** Lunedì, 09 Marzo 2015 14:10

Cri sono molto contenta per la buona notizia, riguardante il lavoro 😊

**cri69** Lunedì, 09 Marzo 2015 13:54

MARIPARIS non possiamo non capire come ti senti,qui,chi più chi meno,ci siamo passate tutte,io posso solo portarti la mia esperienza...in sintesi.

Soffro di emicrania con e senza aura da quando avevo 12 anni,non è stata diagnosticata che dopo tanto tempo.Avevo dai 20/25 attacchi mensili,devastanti,vomito ,svenimenti,non ci vedevo più,perdevo la forza negli arti ed al viso ,formicolii ovunque .Ho avuto un edema cerebrale con ricovero di 15 gg,una bimba a casa di tre anni. Un edema che mi ha impaurito e condizionato la vita per anni.Sono approdata al forum circa 3 anni fa dopo aver provato di tutto.Nel frattempo ho avuto una separazione,un divorzio e la decisione di mia figlia di andare a vivere con suo padre che mi ha completamente devastato.Nel forum ho vuotato il mio sacco che ormai era strapieno,ho lasciato qui tutti i miei dolori e le mie paure e mi sono alleggerita,sono uscite cose che non sapevo nemmeno di possedere.E' stato l'inizio per cominciare a rivivere e come ho detto una volta con un pochino di qualità.Ho imparato a conoscermi ed a conoscere il mio mdt ed a non averne paura,questo con l'ausilio di una nuova neurologa che mi accompagna nel mio cammino, insieme ad una profilassi , insieme a tutti voi ed al gruppo di auto aiuto che è una spalla importantissima,e già il pensiero di non andare per un pò mi angustia.Gli episodi di mdt sono diminuiti a 6/8 episodi mensili,a volte ci sono picchi più alti,che ritengo nella norma.leri ho avuto un aura con conseguente dolore a sx,la mia parte debole,non ho preso nulla,ho spettato ,non si è mai scatenato,ero un pò rincio ma anche quello nella

norma 😊 .

Tutto questo per raccontarti la mia storia che magari non sarà un esempio eccellente e per dirti di non perdere mai la speranza e di non pensare che tu sia sbagliata...NOI SIAMO SPECIALI... e come tali dobbiamo avere cura di noi .

Forza ragazza puoi trovare anche tu il modo di star meglio.Un abbraccio enorme e scusa la lungaggine,che soprattutto ultimamente,non è da me.

**mariparis** Lunedì, 09 Marzo 2015 13:23

Lara tu purtroppo soffri di mdt ma per compensare questo problema ti e' stata donata una qualità rara e preziosa. Quella di far sentire subito meglio e sollevare lo spirito delle persone...con poche e semplici parole che arrivano sempre dritte al cuore.

grazie e tvb

ho letto che hai avuto un po' di pensierini in questi giorni, mi auguro con tutto il cuore che ora tu sia un pochino piu' serena

**mamma\_lara** Lunedì, 09 Marzo 2015 13:02

Annuncia, noi non molliamo mai. 😊

**mamma\_lara** Lunedì, 09 Marzo 2015 12:59

Mariparis, certo che sei tu la causa del tuo MDT, come sei la causa degli tsunami e dei terremoti, ma se ci pensi bene sei la causa anche dei tifoni e degli uragani.

Sapessi cara come siamo brave a sentirci in colpa e se ti metti in testa che la causa del tuo MDT sei tu non fai altro che entrare in un vortice dal quale farai fatica ad uscire.

Puoi fare invece tanto per stare meglio ed è imparare a gestirlo il tuo MDT, il difficile però sta nel come fare. Questa sì che è una bella lotteria.

Ma chissà, forse per imparare quale strada prendere, bisogna prima farle tutte anche con il rischio di perdersi.

Se anche una sola volta non ti fai spaventare dal dolore sarà una vittoria che ti aiuterà a capire che puoi farcela.

Forza carissima.

**mariparis** Lunedì, 09 Marzo 2015 12:52

Mi rendo conto che spesso sono pesante ed in questi giorni vi ho lette ( perché vi sento parte della mia vita e vi sono affezionata) ma ho preferito non scrivere.

ho dimenticato di dire a Paula che mi dispiace per la sua disavventura e di fare un saluto al caro Willy.

**mariparis** Lunedì, 09 Marzo 2015 12:49

Buongiorno a tutti.

volevo anch'io, anche se in ritardo, fare gli auguri alle splendide donne di questo forum e al piccolo Xavier che ha compiuto un annetto.

purtroppo sono davvero giù di tono perche' il mio mdt é ritornato cronico e giornaliero. E sto di nuovo abusando di farmaci. So che i neurologi dicono che è sbagliato ma (almeno per quanto mi riguarda), io non riesco ad escludere il dolore e vivere normalmente come se nulla fosse. Il mio dolore mi annienta, diventa con il passare dei minuti sempre più aggressivo, mi stordisce a livello fisico e psicologico e mi costringe a letto e al buio. Ho paura che questo dolore forte e giornaliero mi porti alla follia, e quindi cerco di bloccarlo subito. E sto cominciando a non avere più fiducia nella medicina tradizionale. In Italia ci sono ottimi medici, ma sono giunta alla conclusione che con questa malattia si procede per tentativi, non esistendo ancora una cura definitiva applicabile a tutti. lo posso dire di aver provato quasi tutto e nulla ha funzionato. Ieri pensavo che forse la causa di questo mdt sono io...forse sono nata "sbagliata"...

**cri69** Lunedì, 09 Marzo 2015 12:35

Grazie ragazze,sono contenta anch'io anche se sarà difficoltoso ma ormai ho provato il caldo caldo,il freddo freddo,proveremo anche il mite ed il vento.La situazione sta cominciando ad essere

difficoltosa soprattutto....per chi non vuol chiedere mai 😊 ,quindi avanti tutta.

**nico26** Lunedì, 09 Marzo 2015 11:52

ForZa .....per tutti!!!

**Annuccia** Lunedì, 09 Marzo 2015 11:20

CRI, sono felice per te! avvantaggiati con la casa. Quanto siamo previdenti! ma sapete che vi dico, viva la faccia di noi emicraniche che riusciamo sempre (o quasi) ad organizzarci .

**Annuccia** Lunedì, 09 Marzo 2015 11:19

Buon lunedì a tutti! mi sono alzata con un nervosismo assurdo, ora va meglio.

LARA, come non capirti, ma andiamo avanti; d'altra parte sono certa che te sei di aiuto a Zeno anche da lontano, una donna come te l'aiuto lo fa arrivare comunque e sempre. 😊  
GIUSEPPINA, non mi ricordavo della tua Cristina, roba veramente da pazzi.

**mamma\_lara** Lunedì, 09 Marzo 2015 11:09

Mariagrazia, sarà stata buonissima la tua tortina, solo che io voglio aspettare prima di "rischiare". Dal 4 febbraio non ho attacchi di grappolo, ma la sento ancora lì la bestia con i segnali che mi manda, quindi meglio non rischiare, ne avrò di tempo per mangiare tortine e dolci 😊

**mamma\_lara** Lunedì, 09 Marzo 2015 11:07

Willy, grazie mille per gli auguri.

Ma ieri era anche la tua festa, come ha detto la nostra Piera. ♥

**mamma\_lara** Lunedì, 09 Marzo 2015 11:02

Nico, io amo il caldo ma anche a me il sole negli occhi è un nemico

**mamma\_lara** Lunedì, 09 Marzo 2015 11:00

Rossana, come non capirti, l'incidente di Evelino nessun testimone e Zeno idem.

Sono convinta non sia questione di nord o sud ma di educazione al senso civile e al dovere.

Quel signore che ti ha causato l'incidente avrà un giudice molto severo, credimi che sarà così, ma mica perchè è stato responsabile dell'incidente, ma per non aver ammesso le sue colpe, ecco, questo è ben più grave.

**mamma\_lara** Lunedì, 09 Marzo 2015 10:50

Simona, ieri sera ero un po' (abbastanza) triste e mica potevo rompere le scatole ai miei figli, già hanno le loro lotte da fare, così mi sono messa a guardare quanta "ricchezza" ho. Ho iniziato a fare un giro per casa poi ho aperto il frigo e la dispensa. Ho continuato con gli armadi e sono pure uscita in cortile.

Non bastava.

Allora ho aperto il mio cassetto dei miei "tesori" e ho letto tutto quello che negli anni ho raccolto. Ci sono dei veri tesori e per continuare ho aperto il computer e ho iniziato a leggere i vostri messaggi che negli anni mi avete lasciato.

Ero commossa nel leggere tanto bene che mi avete lasciato in tanti anni che ci conosciamo e ho un tuo video che mi hai spedito nel 2007 a fine anno. Me lo sono guardata una decina di volte e mi ha fatto un gran bene.

Lo dico sempre che i miei figli vi devono ringraziare, se non avessi avuto voi sai te le volte che sarei diventata una mamma scassa pa@@e.

Grazie grazie a te e a tutti voi

**rossana** Lunedì, 09 Marzo 2015 10:45

Provo a partire, sempre ammesso che parto!

Buona giornata a tutti, a dopo

Ciao Willy!!

**rossana** Lunedì, 09 Marzo 2015 10:43

Buongiorno a tutti,

che bello leggere notizie come quelle di CRI. Evviva, cominciamo bene la settimana.

Sull'indifferenza delle persone in quei casi ho avuto esperienza con l'incidente a 22 anni. Chi mi ha mandato nel fosso è scappato e il giorno stesso gli astanti tutti in bar dai miei fratelli a dire: poverina l'hanno investita, per questo è finita lì....

Due giorni dopo, una volta fuori pericolo, le stesse persone visitate dai miei fratelli negavano persino di trovarsi lì in quel dato momento.

Io sono finita sul quotidiano locale con tanto di foto dentro l'auto piagnucolante nel fosso con titolo " Sperimentato volo di una ventenne ecc..... ecc.."

Insomma ho lottato con tutte le mie forze per non farmi sospendere la patente e soprattutto non ho avuto alcun risarcimento e non è stata un'inezia quella di un trauma cranico che includeva anche il collo.

Ma non mi sono persa d'animo, ho ritrovato la fiducia e appena possibile ho ripreso a guidare.

A quel signore, devo dire la verità, ho augurato solo qualcuno dei miei MDT, niente di più.

Però quell'omertà di cui tanto si parla rispetto al Sud c'era e purtroppo c'è qui: io l'ho sperimentata nel 1982!

**mamma\_lara** Lunedì, 09 Marzo 2015 10:40

Cri, sono contentissima per il lavoro.

Carissima, si dico sempre che la cosa importante è che stiano bene, ma lo penso veramente perchè è così che deve essere. Devo solo imparare a farlo ricordare alla mia anima, quella ogni tanto perde la memoria 😊😊😊

**mamma\_lara** Lunedì, 09 Marzo 2015 10:36

Giuseppina, bisognerebbe riuscire a fare delle distinzioni, ma è difficile. E' tutta una truffa e le donne mica mancano in questo.

Conosco persone che sono state mezze rovinate perchè si sono fidate. Però se una persona cade sul ghiaccio o perchè è incinta, mica rovinano nessuno se si aiutano. Penso sempre che di strada ne dobbiamo fare ancora tanta, solo che non si deve sbagliare direzione.

**mamma\_lara** Lunedì, 09 Marzo 2015 10:32

Paula, bisognerebbe riuscire a farsi da mamma e credimi che non è mai troppo tardi farlo. Ti voglio bene cara, hai un cuore grande per tutti. ♥

**mamma\_lara** Lunedì, 09 Marzo 2015 10:29

Buongiorno a tutti.

Rossana, la dice lunga si cara.

Vorrei essere la con lui e poterlo aiutare, ma siamo troppo lontani.

Ma faccio sempre così ogni volta che arriva e poi parte, però mi riprendo altrimenti sai te la "pesantezza" che divento. Per me e per gli altri. 😞😞

**giuseppina** Lunedì, 09 Marzo 2015 10:02

PAULA 😞 meno male che a parte le ginocchia ti è andata bene, avevi il casco? Sull'indifferenza della gente stendiamo un velo pietoso, la mia Cristina di nove mesi ha fatto una rovinosa caduta in piazza e ha dovuto rialzarsi da sola trascinandosi in macchina, è andata all'ospedale e dopo qualche ora ha partorito. E lì non c'era il sospetto di un agguato, nessuno la considerata comunque...

**cri69** Lunedì, 09 Marzo 2015 08:43

Buongiorno a tutti, qui freddo.

leri la giornata ha portato bene....a metà aprile si comincia a lavorare 😊 e dovrebbe essere per tutta l'estate.

Quindi, avevo già cominciato ma proseguo con le grandi manovre in casa.

PAULA cavoli mi spiace tanto, non immagini quanto ti penso, o forse si...ti sogno persino....oh cavoli ma non ti avrò mica portato sfiga ?

WILLY sempre un piacere leggerti e sei sempre carinissimo, molto piacere mi fa anche leggere che la tua famiglia sta benone. Saluti

LARA come non capirti? Ma tu mi dici spesso...pensa che sta bene... 😊

**Simona** Lunedì, 09 Marzo 2015 07:52

Buongiorno e buon inizio di settimana a tutti. 😊

**nico26** Lunedì, 09 Marzo 2015 06:49

Buon lunedì a tutte/i .Grazie Willy per il tuo post . Sei sempre tanto caro.

leri giornata lunga ma bella pero' visto il sole....zac aurea .Non avevo gli occhiali neri e vista la giornata bellissima rimanere fuori senza per me e' impossibile se non voglio avere l'aurea.

Poi amici che hanno fatto una pizza integrale loro e devo dire...ottima!

Stamattina ho molto sonno e non vedo l'ora che apra il bar per un caffè!!

Buona giornata amici

ps....Paula ci sono passata su quanto hai scritto.Forza carissima!

**Willy** Domenica, 08 Marzo 2015 22:14

Ho letto i vostri pensieri e non potevo mancare per ricordare tutte le donne del forum: meravigliose, eroiche, veramente belle persone, in grado di vivere ogni giorno alle prese con lavoro, impegni di casa, mariti, figli nonostante le limitazioni ed il dolore che questo maledetto mal di testa provoca a tutte loro. Un caro saluto a Paula per l'incidente, nonostante tutto é andata bene, forza.

Buona serata a tutto il forum.

**rossana** Domenica, 08 Marzo 2015 22:03

LARA il tuo post così scritto in modo così "criptico" la dice lunga su come ti senti.

Spero che il tuo cuore possa alleggerirsi presto, da tutti i pensieri.

Un abbraccio

**rossana** Domenica, 08 Marzo 2015 21:59

PAULA cavolo che brutta avventura, pensa te che non avevo letto il tuo post sulla caduta e l'ho realizzato soltanto leggendo le risposte delle amiche che ti hanno scritto in proposito.

Mamma mia sul ghiaccio, che paura....

Spero davvero che si concluda con qualche "dolorino" ...si fa per dire.

Spero tu possa riposare e bene.

**rossana** Domenica, 08 Marzo 2015 21:56

Ciao a tutte,

e tanti auguri amiche del forum.

Auguri anche e soprattutto alle amiche che non scrivono. Non vi nomino perché sicuramente mi dimenticherei qualche nome.

Però qui vi si pensa sempre.....

**mariagrazia** Domenica, 08 Marzo 2015 21:33

Oggi ho fatto una tortina cheto che però hanno mangiato anche gli altri in famiglia.

150 gr di farina di semi ( zucca, lino e semi di girasole)

60 gr di nocciole tritate

60 gr di farina di mandorle

3 uova

100 gr di olio di semi di girasole

160 gr di yogurt greco

20 gocce ( qualcuna in più se piacciono i sapori più dolci)

1 bustina di lievito

1 pizzico di sale

Ho mescolato con lo sbattitore tutto insieme e poi infornato in una teglia da 24 per 35 minuti

**paula1** Domenica, 08 Marzo 2015 21:32



Buona notte a tutti



**paula1** Domenica, 08 Marzo 2015 21:21

Buona sera a tutti...sono ancora dolorante...forse oggi ancora di più perchè ci si è messo anche il collo e le braccia...150 kg di scooter da sollevare non sono pochi... 😞😞 siamo andati a fare un giretto, ma l'aria è ancora fredda...

MAMMA LARA non devi cancellare nulla perchè quello che scrivi è vero...ed è una "cosa" che spesso viene fuori nei miei colloqui con la dottoressa del DCA..io non riesco a farmi valere in niente....e sto peggiorando...ho sempre più timore dei conflitti...in casa..sul lavoro e la prendo persa

...sempre.. 😞 ma so bene che mi faccio del male...

**mamma\_lara** Domenica, 08 Marzo 2015 20:41

Buona notte e sogni bellissimi per tutti. State bene se potete

Vi voglio bene ♥ ♥ ♥

**mamma\_lara** Domenica, 08 Marzo 2015 20:41



Zeno è partito.  
Cuore pesante.  
Ci vorranno un po' di minuti ma poi mi riprendo.  
Grazie Annuccia.  
Ti voglio bene

**Annuccia** Domenica, 08 Marzo 2015 17:40

Buona domenica a tutti e tanti auguri alle mie donne preferite, quelle del Forum che combattono con me una vita pesantuccia ritirandosi sempre su come se nulla fosse stato, ma io conosco molto bene quel dolore.... il maledetto dolore che ci accomuna.

**mamma\_lara** Domenica, 08 Marzo 2015 14:10

Ho Zeno che ha ancora bisogno del computer per sistemarmi un po' di cose.

**mamma\_lara** Domenica, 08 Marzo 2015 14:09

Paula, ho letto dei tuo incidente. Alle volte facciamo delle scelte non troppo giuste e scusami sempre se te lo dico, poi magari mi dici se ho fatto male a scriverlo così lo cancello.

Non penso che dietro alla cosa di non aver fatto denuncia dell'incidente ci sia "coglionaggine" (scusa ma non mi veniva altro da dire) e non credo neppure ci sia trascuratezza. Sono convinta che se fosse successo a me saresti stata bravissima a consigliarmi di fare denuncia e anche di mettere in atto tutte le condizioni per la mia tutela. Mi fa tanta tristezza, perchè ne conosco di persone come te e sai quante donne ci sono in mezzo a queste, quasi tutte praticamente. Sono convinta che dovresti tutelare te stessa come faresti con un'amica o un conoscente.

Ricordatelo la prossima volta che dovesse succederti qualcosa e nel caso tu non riuscissi a difenderti e a tutelarti, fai finta che tuteli una persona che conosci. Oppure fai finta di essere me che si prende cura di Paula.

Anche questo è un piccolo passo per volersi bene.  
Scusami sempre tanto e se ti ho disturbato lo cancello.

**mamma\_lara** Domenica, 08 Marzo 2015 13:58

Grazie Piera, bellissima la frase della canzone di Mia Martini.

**mariagrazia** Domenica, 08 Marzo 2015 12:59

Buona domenica e buona festa delle donne a tutte noi! vi voglio bene!

**mamma\_lara** Domenica, 08 Marzo 2015 12:17

Ho Zeno che sta lavorando al computer

**mamma\_lara** Domenica, 08 Marzo 2015 12:17

Buongiorno a tutti.

Auguri ragazze di ogni età.

E grazie agli uomini che rendono ogni giorno come se fosse la nostra festa.

Come ogni anno eccovi questo racconto.

Poco importa che un viso sia proporzionato, che un corpo sia troppo magro o troppo pesante, c'è un momento in cui una donna è in possesso del potere della bellezza che ci è data in quanto donne.

Spesso il momento è breve.

A volte si presenta e noi neanche ce ne accorgiamo.

Eppure ne resta traccia.

Persino ora, alla mia tarda età, ne resta traccia.

Se nel negozio di apparecchi acustici di Annecy, dove nel pomeriggio hai appuntamento con tuo padre, passi davanti a uno specchio, guardati, guardati i capelli appena lavati, guarda come invitano alle carezze.

Guarda la tua spalla, quando ti lavi nel lavandino, e poi lascia scivolare lo sguardo nel punto dove i seni convergono, guarda il punto tra spalla e seno che si incurva come un alpeggio per trent'anni ancora questo pendio attirerà lacrime, baci ardenti di passione, bambini febbricitanti, teste grevi di sonno, mani rovinate dal lavoro.

Questa bellezza che non ha nome.

Guarda con quanta gentilezza il tuo ventre digrada al centro dell'ombelico, come una begonia bianca in piena fioritura.

Puoi carezzarne la bellezza.

I nostri fianchi si muovono con una sicurezza che nessun uomo possiede; eppure sono una promessa di pace, i nostri fianchi, come la lingua della mucca per il vitello...

Ti dirò quali sono gli uomini che meritano il nostro rispetto.

Quelli che lavorano senza risparmiarsi, per dar da mangiare ai loro cari.

Quelli che danno con generosità tutto ciò che possiedono.

E quelli che passano la vita a cercare Dio.

Il resto è letame.

Gli uomini non sono belli.

Non sono fatti per trattenere qualcosa dentro di se.

Non sono fatti per attirare con la pace che offrono.

Ecco perchè non sono belli.

Gli uomini possiedono un altro tipo di potere.

Bruciano. Emanano luce e calore.

Certe volte trasformano la notte in giorno.

Spesso distruggono tutto.

Sono fatti di cenere.

Noi di latte

(una madre parla alla propria figlia in uno straordinario racconto di John BERGER, Una volta in Europa, ed. Bollati Boringhieri).

**cri69** Domenica, 08 Marzo 2015 11:43

Buongiorno a tutti,una felice giornata a tutte noi....

Anche con l'aura...fà niente !

**Gri** Domenica, 08 Marzo 2015 11:42

Buongiorno e auguri a tutte le donne del forum!

**paula1** Domenica, 08 Marzo 2015 09:15

Buon giorno a tanti Auguri a tutte noi....

**Simona** Domenica, 08 Marzo 2015 09:13

Buongiorno a tutti. .. tanti auguri a tutte le donne... e buona domenica

**nico26** Domenica, 08 Marzo 2015 09:06

A tutte noi non solo oggi ma un abbraccio enorme perche' anche se talvolta triboliamo siao comunque belle fantstiche stupende meravigliose affascinanti e tremendamente uniche ognuna di noi!!!!!! 😊

Paula cavoli mi spiace ma scusa se andavi al lavoro io direi se non erro che tu possa esser in infortunio.(non ricordo quanto tempo prima possa partire .....)

Vi mando una bacione enorme

**Piera** Domenica, 08 Marzo 2015 08:38

**auguri a tutte noi e anche a tutti gli uomini che ci amano e ci rispettano**

.....Ma perché gli uomini che nascono

Sono figli delle donne

Ma non sono come noi

Amore gli uomini che cambiano

Sono quasi un ideale che non c'è

Sono quelli innamorati come te.

Mia Martini

**Gri** Sabato, 07 Marzo 2015 21:34

PAULA, si ma una donna da sola, con uno scooter a terra su una lastra di ghiaccio, mi pare ovvio non sia una messa in scena per una truffa. Detesto l'indifferenza della gente.

Grazie ANNUCCIA!

Un abbraccio, buona notte

**paula1** Sabato, 07 Marzo 2015 19:53

Buona sera a tutti...le ginocchia stanno meglio, ma ho preso 2 buste di Oki ed è stata una manna...fanno male, ma molto meno..alla fine non sono andata dai Carabinieri...ho pensato che non ho molte possibilità visto che non ho fatto foto e non sono andata al Ps...la prossima volta starò più attenta...

e in effetti, è vero, che l'indifferenza fa molto più male...molti dicono che la gente non si ferma perchè pensa a delle scuse per rapinare o chissà...magari bastava fermarsi e tirare giù il finestrino... comunque nel comune a qualcuno è capitato lo scherzo dello specchietto e, capito l'inganno, non si è fermata...

**mariagrazia** Sabato, 07 Marzo 2015 18:35

Ho scritto con i piedi...

**mariagrazia** Sabato, 07 Marzo 2015 18:34

Larabun abbraccio.

Paula mi spiace x il tuo incidente evx l'indifferenza delle persone

**Simona** Sabato, 07 Marzo 2015 17:37

Paula mi spiace tanto per la caduta... e sono infastidita dall'indifferenza delle persone ..

**Piera** Sabato, 07 Marzo 2015 17:35

Paula mi dispiace.....dovevi pero' andare al PS, in tutti i modi.....guarda che fare gli eroi non e' che paga, l'importante e' tutelare se stessi e la propria salute, gli altri faranno come possono e come fai tu quando ti tocca!!!!

**Annuccia** Sabato, 07 Marzo 2015 17:00

LARA, incrocio le dita e vi penso!

PAULA, ci mancava pure questa, che pericolo!!! meno male nulla di grave, ma certo che hai ragione a volerti avvicinare , spero che Fausto presto possa dare un po' di sicurezza con il lavoro così da progettare un cambiamento di casa.

GRI, ci vuole tanta pazienza! ma tu ne hai da vendere, sei una brava mamma!

**Gri** Sabato, 07 Marzo 2015 16:40

PAULA, accidenti, mi dispiace tanto. Ma cavoli, ma la gente non ha proprio più educazione e modi, ma come si fa a non fermarsi. Spero le gambe non ti facciano troppo tribolare.

**paula1** Sabato, 07 Marzo 2015 16:09

Buon pomeriggio a tutti...oggi è iniziata malissimo...sono caduta con lo scooter su una lastra di ghiaccio..il bello è che me lo immaginavo che c'era un po' di ghiaccio (non su a casa ma molto più a valle) e avevo già frenato sull'asciutto...solo che era una lastra unica su tutta la carreggiata...e Sella non ha tenuto...erano le 6.10 e di 5 macchine non se ne è fermata nessuna neanche ai miei cenni di richiesta..alla fine visto che mi sono messa in mezzo alla strada e a malapena di stava in piedi si è fermato un ragazzo che mi ha aiutato a ritirarla su dal fosso...sono andata a lavorare lo stesso, ma le ginocchia pian piano hanno iniziato a farmi male....e ora ce le ho fasciate e impacchettate con la crema...sono stata davvero poco furba forse dovevo chiamare i carabinieri...ma non mi ero fatta niente ed era buio e freddo...inoltre sul lavoro non siamo messi bene e non volevo fare l'assenza..ora su consiglio dell'assicurazione provo a fare una denuncia postuma se me la accettano, altrimenti pazienza...a me in questa vita non mi hanno dato la furbizia e così la prendiamo sempre persa....

però ora davvero non mi va più di abitare qui... 😞

scusate lo sfogo vado un po' sul letto...

**Simona** Sabato, 07 Marzo 2015 15:35

Lara... 😞😞 mi spiace tanto

**Gri** Sabato, 07 Marzo 2015 14:56

Xavier oggi non ha febbre, ma è molto noioso e piangino, si tocca l'orecchio e ha tanto fastidio in bocca.

Qua è una giornata splendida.

Baci

**Gri** Sabato, 07 Marzo 2015 14:54

Oh MAMMA LARA, quanto mi dispiace, spero nulla di grave. Ti abbraccio

**mariagrazia** Sabato, 07 Marzo 2015 14:23

Buon pomeriggio a tutti.

Mattinata in giro con mio marito per la spesa e due paia di pantaloni per me. Mi sta tutto largo.

**mamma\_lara** Sabato, 07 Marzo 2015 12:09

Buongiorno a tutti.

Ho da fare ma ci sono anche tanti pensieri che qui non si possono dire. 😞 😞

Non appena riesco vi dirò

**Annuccia** Sabato, 07 Marzo 2015 11:52

Hai ragione cara Rossana per la parola "giocondo" anche se in disuso.

Non so se vedi la domenica mattina il professore che parla della lingua italiana , spesso vengono tirate fuori queste parole che ormai sono diventate obsolete.

**Annuccia** Sabato, 07 Marzo 2015 11:50

Buon sabato a tutti! il mio all'insegna del MDT. Non troppo forte ma abbastanza antipatico e deprimente.

ROSSANA, fai bene a dedicarti di più ad Alberto, visto che è più presente 😊

Qui a Roma tempo bellissimo, ma freddo ed ho fatto la stupidaggine di uscire senza cappello..... vedendo il sole non mi sono resa conto.

**rossana** Sabato, 07 Marzo 2015 10:59

😁 Non so resistere dal proporvi questa parola che per me è bellissima:

"Giocondo

SIGN Lieto, gioioso; che suscita gioia e piacere; ameno

dal latino [iucundus], derivato dal verbo [iuvare] giovare, dilettere.

Questo è uno dei casi esemplari in cui ci sentiamo di dire che una parola andrebbe usata di più.

Questo aggettivo descrive una qualità meravigliosa, cioè quella di una gioia profonda, serena. La letizia del giocondo è forte, tangibile, e al tempo stesso leggera e mai scomposta. E se è vero, com'è vero, che, pronunciando una parola, dentro di noi diamo corpo a una realtà, notare e chiamare il giocondo ce lo finge nella mente, e ce la riempie. Può essere giocondo il commensale che allieta la brigata, e con cui si passano sempre ore piacevoli; possono essere giocondi i lazzi dei cani nel giardino.

Ma il giocondo non è solo una qualità interiore e propria; può anche descrivere una qualità attiva, cioè quella di suscitare quei bei sentimenti: può essere gioconda una commedia che ci fa uscire da teatro allegri e pacifici, e gioconda la radura del bosco in cui passare un pomeriggio a leggere ci fa sentire rinati.

Ora, le persone e le cose che possono essere dette gioconde non mancano; ed è bello avere il coraggio e la prontezza di non chiamarle consuetamente divertenti o piacevoli, ma di abbracciare e usare il giocondo. È vero, suona un po' rétro e affettato, ma Questo conta poco, quando si cammina ai confini della felicità.

Voglio impegnarmi ad usarla di più.

**rossana** Sabato, 07 Marzo 2015 10:25

Buongiorno a tutti,

e anche stamattina ho poltrito a letto fino alle 9,30 😞

Mi dispiace per le amiche che con la dieta non hanno ancora ottenuto risultati.

Capisco benissimo la frustrazione, succede con le terapie farmacologiche figuriamoci con questo sacrificio. Poi si sa che nutriamo sempre delle aspettative.

Provate a resistere, può darsi che non funzioni su tutti nella stessa misura ma qualcosa farà anche su di voi.

Forza tutte

**feffe81** Sabato, 07 Marzo 2015 08:14

CRIS mi spiace per il tuo umore basso, so quanto è pesante 😞 spero che si risollevi un po'! Quando avevi il banchetto dynamo? Un abbraccio!

**feffe81** Sabato, 07 Marzo 2015 08:12

Buongiorno a tutti!

ROSSANA fai bene a recuperare, soprattutto le chiacchiere 😊  
stamattina devo andare a Sassuolo per la riconsegna dell'auto a noleggio e poi riporto a casa il collega a Spilamberto. Comodo 😘

**nico26** Sabato, 07 Marzo 2015 08:02

Buon sabato a tutti con un bel soleee!! ma mdt pulsante!!! 😞 Vedremo come fare!!! Il ciclo arriva piano ,poi si ferma...la pancia tribola.....lo so che dico una cavolata per molte ma voglio la menopausa !!!Poi si fara' come han fatto tutte pero' che .....p.....!!!  
Oggi da noi vi e' il carnevale per i bimbi rimandato per la pioggia e stasera ho a cena amici celiaci e devo organizzare.  
Buon sabato senza il chiodo spero per voi!

**rossana** Sabato, 07 Marzo 2015 00:15

LARA sono proprio contenta che tu riveda il tuo bimbone.  
Buonanotte a tutti

**rossana** Sabato, 07 Marzo 2015 00:15

ANNUCCIA quando parli di camicie da stirare so cosa vuol dire.  
Il papà più tre fratelli in camicia bianca in bar....., che pile ho visto.  
E quanto ho stirato anch'io finché potevo.  
Ma quel che ha fatto mia mamma è indescrivibile.  
A volte per una macchietta ne cambiavano anche tre al giorno, una meraviglia!

**rossana** Sabato, 07 Marzo 2015 00:12

SIMONA anch'io come le amiche penso tu faccia bene a fare uno stop con la psicologa.  
Due sedute a settimana sono davvero tante in termini di tempo e anche di spesa. E richiedono, come dice MARIA, anche tanta energia.  
Tra l'altro a quanto ne so io la psicoterapia ha una sua durata, un determinato arco di tempo.  
Poi si fa sempre come si può e può capitare di andare sempre se si hanno risultati.  
Oppure, come capita a me, dopo una psicoterapia di un anno mi è capitato di fare alcune (poche sedute) ogni due o tre anni, "alla bisogna" e quasi sempre per un preciso problema o decisione che voglio prendere.  
Hai comunque fatto chiarezza e questo è importantissimo.

**rossana** Sabato, 07 Marzo 2015 00:05

Oh mamma, non c'è pace nemmeno per i cipressi di Bolgheri.....  
PAULA mi hai fatto troppo ridere col tuo amico / conoscente che hai presentato al lavoro.  
Ma che tipo, l'hai descritto benissimo....me lo sono vista davanti.

**rossana** Venerdì, 06 Marzo 2015 23:31

E spero ovviamente che stia bene, povero.  
Come spero stia meglio il nipotino di GIUSEPPINA.

**rossana** Venerdì, 06 Marzo 2015 23:30

Appena in tempo voglio fare anch'io tanti begli auguri a Xavier, Buon Compleanno!  
Mamma mia, già un anno.....mi sembra ieri che sono andata a prendere le punture per GRI.

**rossana** Venerdì, 06 Marzo 2015 23:29

Ciao a tutti,  
latito molto. Un pò sono impegnata a recuperare quel che non ho fatto nei quindici giorni tra malattia e convalescenza, un pò sono impegnata a riposare e poltrire, un pò faccio cose qua e là con Alberto che essendo spesso a casa mi impegna di più.  
E mi occupa anche il computer, ovviamente.

Un pò mi ritrovo a chiacchierare con le amiche.  
Insomma di tutto di più.....

**mamma\_lara** Venerdì, 06 Marzo 2015 21:51

Piano piano faremo le cose da fare.  
Buona notte e sogni bellissimi per tutti. State bene se potete

**Gri** Venerdì, 06 Marzo 2015 21:28





Grazie anche a te CRI! Un anno fa ero in sala, 21:16 !  
Buona notte a tutte

**cri69** Venerdì, 06 Marzo 2015 20:52

Un augurio immenso al piccolo Xavier

**paula1** Venerdì, 06 Marzo 2015 20:36

 vado a riposare...domani si lavora dalle 7 a che chiudiamo...e abbiamo il reparto mezzo

pieno...  alla faccia del "si chiude venerdì entro le 14"    
Buona notte a tutti...meno male che oggi la testa è stata buona...un po' meno lo "stomaco" che poi è la "mente"... 

**mamma\_lara** Venerdì, 06 Marzo 2015 19:49

Annuccia, anch'io ho stirato. Mi piace così tanto stirare che sono riuscita a far cadere l'asse da stiro e pure il ferro. Nessuno dei due si sono rotti così ho dovuto proprio stirare tutto

**Annuccia** Venerdì, 06 Marzo 2015 18:01

E dopo il piacere il dovere..... vado a stirare un "botto" di camicie. E' tornato pure Andrea dalla Toscana

**Annuccia** Venerdì, 06 Marzo 2015 17:59

Sono stata con mia sorella a "giocare" dalla nostra amica orafa. Papà ci aveva regalato una "carcassa" di orologio d'oro e siamo andate a rottamarla.


**Annuccia** Venerdì, 06 Marzo 2015 17:57

GRI, meno male che Xavier non ha perso il buonumore. Che tenero!!!  
SIMONA, facci sapere se il prodotto è efficace.  
PAULA, anche qui a Roma tanti danni dalla caduta di alberi, mi fanno una paura..... ieri sera nella mia macchinetta mi sentivo proprio in pericolo.



**mamma\_lara** Venerdì, 06 Marzo 2015 16:29

Cris, da noi c'è stato vento anche se penso non sia stato della stessa intensità come da voi, nonostante ciò ha fatto danni. Ieri pomeriggio, noi ragazze uscite dal gruppo ci siamo accorte che proprio dove parcheggiamo sempre le nostre auto, è caduto un albero gigantesco, la fortuna che è caduto dalla parte opposta alla fila di auto così non ha fatto danni.

**mamma\_lara** Venerdì, 06 Marzo 2015 16:24

Gri, i bimbi devono proprio stare tanto male per non sorridere. Ricordo Emma con febbri altissime e non smetteva neppure di giocare 

**mamma\_lara** Venerdì, 06 Marzo 2015 16:23

Simona, tenici informate se quelle uova li fanno bene, perchè anche da ste parti si necessità di un allevamento di quell'uccello.  

**Gri** Venerdì, 06 Marzo 2015 16:16

Grazie a tutte!  
Alle 12:30 ho poi portato il festeggiato dalla pediatra perché stava risalendo un po' la febbre. Ha un orecchio molto infiammato (ha detto: spero non lo stia perforando), gola rossa, naso pieno e qualche sibilo. Ma possono essere i dentini. Va beh, passerà poi ben anche questa! Ma il mio cucciolino è tutto sorridente e ciò mi fa star bene.

**paula1** Venerdì, 06 Marzo 2015 15:08



CRIS83 ho sentito dei disastri che ha provocato il vento in Toscana e scene quasi apocalittiche in alcune zone.....

ANNUCCIA (ci scherzo su 😊 ) ma i cipressi tanto amati da Carducci sono stati sradicati dal vento, ben 8 alberi, almeno quelli di polline non ne faranno più.... 😊😞 però che tristezza....

**Simona** Venerdì, 06 Marzo 2015 15:06

Gri tanti auguri al tuo cucciolo per la sua prima candeline. .. 😊😊

**mariagrazia** Venerdì, 06 Marzo 2015 14:56

Buon pomeriggio a tutti e tanti tanti auguri al piccolo Xavier per il suo primo compleanno!

**Cris83** Venerdì, 06 Marzo 2015 14:53

Oggi va un pochino meglio.. ma continuo ad avere l'umore sotto i piedi.. spero di vedere risultati sull'emicrania al più presto!

GRI come sta il piccolo? TANTI TANTI AUGURI!!

Qua in questi giorni vento fortissimo.. l'altra notte ci ha buttato giù i due vasi davanti alla porta.. che peccato! Scema io che ero sveglia e non mi sono alzata a spostarli!!

SIMO hai fatto bene con la psicologa! Vedi come va e se ne senti ancora il bisogno vai da un altro! In bocca al lupo per la dieta-profilassi!

un abbraccio a tutti!

**Simona** Venerdì, 06 Marzo 2015 14:47

Annuccia. .. io la sera ho mal di gola e tosse... dalle analisi che mi son servite per andare a Roma si vedeva che già ero in piena rinite anche se per ora non mi tormenta più di tanto... cmq mi è stato consigliato di prendere un prodotto del tutto naturale a base di uova di coturnice , che sarebbe un volatile simile alla pernice... A Genova non l ho trovato da nessuna parte, quindi l ho ordinato on Line. .... ti saprò dire se fa effetto o no..... vorrei evitare di ricorrere al cortisone anche quest anno..... vediamo se mi riesce

**mamma\_lara** Venerdì, 06 Marzo 2015 13:51

Sto sistemando un po' di cose per l'arrivo di Zeno.

**mamma\_lara** Venerdì, 06 Marzo 2015 13:50

Buongiorno a tutti.

Auguri Xavier e speriamo che tu possa stare bene.

**nico26** Venerdì, 06 Marzo 2015 12:35

Ma che bella giornata di sole!!!Grazie a tutte.Ma forse noi emicr. sensibili soffriamo pu'di cuore??Non vedo l'ora di finire....

**Annuccia** Venerdì, 06 Marzo 2015 12:21

SIMONA, l'allergia solitamente presentissima in questo periodo quest'anno per ora è leggera , chissà, tu invece? a meno che i cipressi sono in ritardo con il polline

**Maria9195** Venerdì, 06 Marzo 2015 11:05

SIMONA sei nelle mie stesse condizioni 😊😊😊 io all'inizio se pativo la fame mangiavo 60 gr di parmi giano reggiano stravecchio di 36 mesi e più semi oleosi. Chiedi al dottore

Noi siamo emicraniche che con questa dieta desidereremmo avere chili in esuberanza 😊😊😊😊

**Simona** Venerdì, 06 Marzo 2015 10:50

Grazie per l appoggio ragazze.... 😊

no Maria... assolutamente non devo perdere neanche 1 etto.. ma infatti mica patisco la fame...mi sembra di essere sempre li che mangio.....

**Gri** Venerdì, 06 Marzo 2015 10:49

FEFFE, buon viaggio di rientro!  
GIUSEPPINA, spero Andrea stia meglio.

**Gri** Venerdì, 06 Marzo 2015 10:48

Grazie mille a tutte le zie del forum da parte del piccolo Xavier.

Stamattina è sfebbrato 😊 e ho comunque sentito la pediatra visto il weekend in arrivo. Dice che potrebbero essere i dentini. E mi ha detto che lei è in studio fino alle 13, se si alzasse la febbre prima di quell'ora, di portarglielo a vedere, che tra un bimbo e l'altro, me lo ricontrolla.

**Monica** Venerdì, 06 Marzo 2015 10:10

FEFFE buon rientro.

MARIA se SIMONA dimagrisce anche pochi chili, sparisce 😊 Lei ha il tuo "problema" della magrezza

**Monica** Venerdì, 06 Marzo 2015 10:09

GIUSEPPINA altro che leonesse 😊

Spero che anche Andrea si rimetta presto

**Monica** Venerdì, 06 Marzo 2015 10:07

Tanti auguri al piccolo Xavier che spero stia bene

**Monica** Venerdì, 06 Marzo 2015 10:05

Buongiorno a tutti. Qui c'è un sole stupendo, ma anche vento. Anche stanotte ho dormito benissimo, spero che oggi il mdm non torni a trovarmi. Oggi pomeriggio ho la lezione di chitarra 😊

**Piera** Venerdì, 06 Marzo 2015 08:56

Tanti auguri al piccolo Xavier per il suo primo compleanno 😊

Simona appoggio in pieno la tua scelta, tutti lavoriamo per guadagnare, anch'io quando mi accorgo che c'è qualcuno che lo fa senza la minima professionalità lo lascio !!!! in Italia non mancano i professionisti seri, in tutti i campi ci sono buoni sostituti 😊

**feffe81** Venerdì, 06 Marzo 2015 08:39

Buongiorno a tutti.

Auguri a Xavier per il suo primo compleanno! GRI spero guarisca presto...

NICO anche io vi faccio compagnia con le extrasistole...ANNUCCIA ho notato anche io che c'entra lo stomaco.

Qui ho mangiato molto pesante, ora che torno a casa mi devo alleggerire un po'. Parto tra una mezz'ora e saranno 6-7 ore di auto

**Maria9195** Venerdì, 06 Marzo 2015 08:27

SIMONA in bocca al lupo per la dieta.

Devi perdere peso?

**Maria9195** Venerdì, 06 Marzo 2015 08:26

Cara SIMONA.. hai fatto bene a mollare le sedute dalla psicologa. Se ti fa pagare anche la seduta che salti per il mal di testa non è una professionista seria, scrupolosa e attenta al ns. disagio. Noi emicraniche non sappiamo MAI cosa ci riserva il gg dopo con questa malattia e non possiamo programmare mai niente. E una vera professionista che ci aiuta nel curare questo disagio e la ns. anima dovrebbe saperlo. Poi due sedute alla settimana per la sottoscritta sarebbero impossibili perchè tra una seduta e l'altra dovremmo avere il tempo di elaborare e capire i consigli della psicologa e cercarli di metterli in pratica. Io ci vado ogni 15 /20 gg e questa pausa tra un incontro e l'altro mi serve per capire meglio le dinamiche discusse e approfondire nella seduta e metterle in pratica. Anch'io sto lavorando sull'ansia, sulla perfezione e qualche passo avanti è stato fatto. Spero di non averti offeso. Un abbraccio.

**Simona** Venerdì, 06 Marzo 2015 08:19

Buongiorno a tutti. .

Annuccia come stai ad allergia?

**paula1** Venerdì, 06 Marzo 2015 08:19

Buon giorno a tutti...ieri sera l'emicrania è tornata dopo le due bustine di Oki del pomeriggio...sono andata a letto prestissimo, ma all'1.30 ho dovuto cedere ....non volevo prendere il Toradol e ho preso altre due bustine di Oki...poi mi sono messa sul divano e ho dormito un altro poco..... stamattina va meglio e per fortuna sono a casa dal lavoro.....quando prendo l'Oki anche i dolori muscolari si attenuano...

ieri, a pensarci bene, non era poi così urgente che tornassi a casa, ma anche io inizio ad avere qualche dubbio sul percorso che sto facendo con la dottoressa del DCA...la cosa positiva è che ancora non ho speso niente.....

MAMMA LARA è vero ! è faticoso rimanere in ospedale anche a dormire...sembra di non staccare mai e poi i letti sono scomodi...ho letto anche io del mercato immobiliare, ma qui su in collina è davvero fermissimo e io non ho un immobile allettante..è fuori dal centro del paese, ha una 50ina di scale e nello stesso palazzo ce ne sono altri 6 in vendita...poi con la faccenda della disoccupazione di fausto non abbiamo fatto dei lavori e ora parecchie cose sono davvero vecchiotte....

**Annuccia** Venerdì, 06 Marzo 2015 07:57

Buongiorno a tutti!

GRI, tanti tanti auguri al piccolo Xavier, spero tanto che stia un pochino meglio per spengere la sua prima candelina; se così non fosse, la spengerà festeggiando alla grande tra qualche giorno! un grandissimo bacio. 😊

SIMONA, giusta scelta, riuscire a chiarire il proprio percorso è un gran passo avanti.

NICO, a questo punto sarà sicuramente lo stomaco, anche i miei "tonfi" al cuore dipendono da quello, mi sono fatta la autodiagnosi visto che con il gastroprotettore le cose vanno meglio. 😊

**nico26** Venerdì, 06 Marzo 2015 07:03

Buongiorno dal lavoro a tutti !!Un pensiero va subito a Simo dicendogli che noi ci siamo e ci saremo sempre accanto al tuo percorso che sia salita che sia discesa che sia quello che la vita ci pone.Forza carissima.

Gri come come con la febbre in atto??

leri dal card. carinissimo beh...1300 extraist. in 24 ore mi dice .. ...tutto ok dany ...va benissimo non sono nulla sono sovraentric. per cui nulla di preoccupante.Vorrebbe che facessi pero' per un mese cura con gastroprotettore per escludere il reflusso .....Boh.....!Arriva gente!!!! 😊

**mamma\_lara** Giovedì, 05 Marzo 2015 21:58

Buona notte e sogni bellissimi per tutti. State bene se potete

**mamma\_lara** Giovedì, 05 Marzo 2015 21:58

Paula, però anche dormire in ospedale mica è così riposante. Che scomodo abitare così lontano. Leggevo che si sta aprendo il mercato immobiliare, speriamo sia la volta buona

**mamma\_lara** Giovedì, 05 Marzo 2015 21:53

Manuel, ti mando un abbraccio.

**mamma\_lara** Giovedì, 05 Marzo 2015 21:50

Feffe, anch'io faccio come te, ma il consiglio di Giuseppina va bene anche per me e faccio sempre tanta attenzione.

**mamma\_lara** Giovedì, 05 Marzo 2015 21:49

Gri, ancora la febbre, Piera ha detto il mio pensiero

**feffe81** Giovedì, 05 Marzo 2015 21:46

GIUSEPPINA è vero ma a volte si fa proprio fatica 😞  
Domani mattina riparto per tornare a casa.

**mamma\_lara** Giovedì, 05 Marzo 2015 21:46

Giuseppina, ma povero Andrea, anche lui che non sta bene. Anche Ettore ha problemi di questo genere e mi spiace essere così lontano e non poter essere di aiuto.

**mamma\_lara** Giovedì, 05 Marzo 2015 21:45

Giuseppina, hai ragione, siamo delle leonesse. 😊😊

**mamma\_lara** Giovedì, 05 Marzo 2015 21:37

Simona, sono in tanti a pensare che se non pensi al MDT il MDT non viene, e sempre tanti sono quelli che pensano che il MDT si debba combattere piuttosto che impararlo a gestirlo.

Sai cara, mi sono fatta l'idea che non sanno nulla di MDT e pensano che noi possiamo fare di più di quello che facciamo.

Io penso che hai fatto bene a darci un taglio e vedrai che piano piano la soluzione la trovi, non per farti passare il MDT, quello è tuo e te lo tieni, ma sono certa che ora sei abbastanza "grande" per trovare la strada giusta.

Così si fa, dobbiamo essere esempi per noi stessi e per i nostri figli.

Brava

**Simona** Giovedì, 05 Marzo 2015 21:24

Sia chiaro... non che io mi fossi mai illusa di poter togliere l'emicrania o l'ansia con la psicoterapia ma dopo 2 anni ho tirato le somme e sono più affaticata di prima... mdt aumentati.. diverso approccio con il mdt, sono tornata a combatterlo invece che accettarlo.. insomma.. non va...

**Simona** Giovedì, 05 Marzo 2015 21:20

Buonasera a tutti..

ho letto un po' di arretrati, non tutto però. .

Willy grazie per gli auguri!

sabato sera la festa per il mio compleanno è andata alla grande, Lara ho fatto come mi avevi

suggerito 😊 Anche ieri sera ho festeggiato il compleanno di un amico e mi sono concessa l'ultimo pezzo di torta, visto che oggi ho dato il via al nuovo percorso, peccato che ho fatto il bis ed in un

momento di distrazione mi ci sono seduta sopra.. quindi torta spiacciata sul lato b .... 😊😊

Oggi ho detto alla psicologa che voglio mollare, basta.. 2 volte la settimana non mi ha portato nessun beneficio, anzi... forse questo pensiero, di non trarre i benefici sperati, era in me già da un po', ma poi è emerso un fatto che mi ha fatto dire STOP.. il fatto è che in quasi 2 anni io ho saltato 3 sedute causa mdt, l'ultima 2 settimane fa e di solito ho sempre pagato come se ci fossi andata e poi recuperato la seduta più avanti, ma martedì mi ha detto che non è stata chiara su sta cosa ma che in realtà se io disdico senza preavviso, cioè la mattina per il pomeriggio non è sufficiente, perdo la seduta e devo c'q pagare... peccato che io la sera vado a dormire e non so come starò il giorno dopo, e questo da 20 anni mica 2 giorni.. per cui mi sono offesa, dico, ma come proprio tu che in realtà dovresti stare dalla mia parte e capire le mie difficoltà mi fai problemi per 50 euro? Per avermi fatto saltare una seduta di 45 minuti? Le ho detto chiaramente che cmq un percorso è stato fatto, un percorso di consapevolezza e di crescita a cui le sono grata, ma a livello di ansia e mdt non ho benefici e quindi preferisco alleggerirmi da questo impegno e vedere come va... se poi ne sentirò la necessità nulla toglie che un giorno possa tornare ad intraprendere nuovamente il cammino, magari con un'altra persona.

ora fino a fine mese continuerò ad andare una volta la settimana, poi basta.

Scusate la lunghezza..

Buonanotte

**giuseppina** Giovedì, 05 Marzo 2015 20:33

CRIS MONICA MARIPARIS, fra un po' avremo altre tre leonesse supermagre e senza mdt 😊 boia chi molla 😊

**giuseppina** Giovedì, 05 Marzo 2015 20:30

FEFFE le giornate no capitano, l'importante è circoscriverle e non farle diventare uno stato d'animo

**giuseppina** Giovedì, 05 Marzo 2015 20:28

GRI anche Andrea è ancora malato, da domenica ha febbre che va su e giù, oggi la pediatra ha detto che se domani non passa, di partire con l'antibiotico, anche lei non ha capito cos'ha 😊

**MC\_Manuel** Giovedì, 05 Marzo 2015 20:21



Vi auguro una buona serata

**feffe81** Giovedì, 05 Marzo 2015 18:15

Grazie delle vostre parole, oggi è proprio dura 😞

**Gri** Giovedì, 05 Marzo 2015 16:59

PIERA, la sorellina sta benone!

**Piera** Giovedì, 05 Marzo 2015 16:33

Gri il fatto e' che quando sono sempre malati, si innesca quel perverso meccanismo che li fa ammalare sempre di piu', proprio perche' calano le difese immunitarie.....la sorellina come sta?

**Piera** Giovedì, 05 Marzo 2015 16:31

Gri poverino, non ha pace!!! 😞

**Gri** Giovedì, 05 Marzo 2015 16:21

E domani compie un anno... Con la febbre alta 😞

E' un continuo. Non riesco a capire. Non lo sto portando da nessuna parte dove ci sono bimbi o persone malate..

Grazie MARIA GRAZIA.

**mariagrazia** Giovedì, 05 Marzo 2015 16:13

Povero Xavier! Mi dispiace Gri!

**Gri** Giovedì, 05 Marzo 2015 16:12

Quasi mi "vergogno" di scrivervi che il piccolo ha di nuovo febbre alta. Non ci posso credere e questa volta sono proprio demoralizzata. Mi viene da piangere.

**mariparis** Giovedì, 05 Marzo 2015 15:48

Monica non so se soffro pure di cefalea tensiva...a me tutti i neurologi dai quali sono andata hanno diagnosticato emicrania. Mi dispiace tanto che stai male...come mi dispiace per Cris. Io ho pure iniziato 18 gg fa ed ho avuto 12 attacchi ( a gennaio in tutto 15). Non so perché la situazione sia precipitata così...sono completamente spiazzata e non so davvero a quali conclusioni giungere se non a quelle dettate dall'evidenza

**paula1** Giovedì, 05 Marzo 2015 15:40

Buon pomeriggio a tutti...ho disdetto l'appuntamento con la dottoressa del DCA e sono venuta a casa.....stanotte ha nevicato e nuovamente c'era il problema della luce...così, visto che mancavo da ieri mattina, volevo vedere la situazione..

per fortuna qui va tutto e la luce è tornata e c'è caldo...mentre venivo su con Selladicavallo (la strada è pulita e la neve è al bordo) mi è scoppiata il mal di testa.....ora sta aumentando quindi prenderò l'Okì per cominciare.....

stanotte ho dormito, ma ho sempre male dappertutto...

GRI dormo in una camera vuota, ma sempre destinate ai pazienti...solitamente, se libera, quella con letto singolo che è più piccola...poi alle 5 l'ho liberata e alle 7.30 entrava un paziente.....

poi queste camere più piccole sono nell'ala che abbiamo destinato ai bambini quindi avevo anche una farfalla sulla porta e le matite colorate... 😊

domani sono a casa dal lavoro, ma devo andarci sabato... 😞

vado a riposare

**Cris83** Giovedì, 05 Marzo 2015 14:59

Eccomi.. ieri non sono riuscita a legggervi.. non va bene per nulla.. oggi poi ho l'umore sotto i piedi! verso le undici mi è diminuito un po' il dolore ma non riesco a fare niente.. ora con tutto l'impegno possibile sono riuscita a venire a lavoro..

un abbraccio.. 😞 😊

**mariagrazia** Giovedì, 05 Marzo 2015 14:55

Alla fine ho preso un triptano, per fortuna ha fatto effetto subito

**Maria9195** Giovedì, 05 Marzo 2015 14:10

MARIPARIS e MONICA mi dispiace.... Non fate conclusioni affrettate sulla dieta. Io sto ancora tribulando dopo due mesi e mezzo. Sto ora capendo qual'è il mio indice chetogenico per stare in

chetosi . Faccio tutto quello che mi dice il dottore e continuo ...Scrivete al dottore il quale anche nei momenti più neri incoraggia ad andare avanti .

**Piera** Giovedì, 05 Marzo 2015 13:50

Monica mi dispiace.....per consolarti ti riporto la mia esperienza, perche' penso che tu stia facendo un bilancio che non e' reale: secondo me dovresti prendere a riferimento un mese e paragonarlo con un mese di dieta, io ho cominciato il primo ottobre la mia dieta e fino al 24 ottobre ho avuto 8 attacchi di mdt, poi piu' nulla fino all'8 novembre, novembre si e' concluso con solo 3 attacchi.....qualsiasi profilassi ha bisogno di tempo per dare risultati e anche per valutare la sua non efficacia, tra l'altro la nostra e' un regime alimentare occorre molta piu' pazienza , se pensi che ti guarira' farai molta piu' fatica ad accettare i mdt di cui non potrai liberarti mai.....cerca di resistere se ce la fai 😊

**nico26** Giovedì, 05 Marzo 2015 13:30

Buon pranzo ...sono ko dal mdt.Dopo devo andare dal cardiologo per l'esito holter...!

**Monica** Giovedì, 05 Marzo 2015 13:21

Sta tornando ancora 😞 In 18 giorni di dieta è il quinto attacco. Inizio a pensare che questa dieta su di me ha effetto contrario 😞

**mariagrazia** Giovedì, 05 Marzo 2015 12:04

Buon giorno a tutti.

Oggi ho mal di testa. Non invalidante ma cmq fastidioso. Aspetto un po' e poi se non passa prendo qualcosa. Non avevo nessun mdt da 25 giorni quindi ci può stare

**Piera** Giovedì, 05 Marzo 2015 11:58

Lara non me lo dire: tigelle e piadine mi mancano un totale pur nella loro "schifezza" 😞😞 ....e ora comitati di difesa potete scatenare l'inferno 😞

**mamma\_lara** Giovedì, 05 Marzo 2015 11:51

Annuccia, che cara sei.

Ma sappi che il mio è un modo che mi aiuta, ma il mio pensiero vero è che sono bella come il sole del mattino. Questo mi dico ogni mattina quando mi guardo allo specchio e vado anche oltre il mio aspetto, perchè mi dico sempre che sono stata bravissima a farcela sempre anche quando le condizioni avrebbero steso anche le persone fortissime.

Ecco, la mia bellezza è la mia forza. Ma la mia forza è anche il grande amore che ho dentro che ogni tanto si espande e invade tutto.

L'ho detto 😊😊😊😊

Tranquilla cara, questo è quello che ho dentro e penso di me. Solo che non è che lo posso dire sempre. 😊😊

**mamma\_lara** Giovedì, 05 Marzo 2015 11:43

Maria, siamo diverse sì, io ero il doppio del tuo peso. 😞😞😞

Ma penso sia più facile per me che per te.

**Annuccia** Giovedì, 05 Marzo 2015 11:42

WILLY, grazie per gli auguri graditi anche se in ritardo. Ti penso quando non scrivi , ma l'importante è che ogni tanto ti affacci alla nostra finestra. Saluti a Roberta.

LARA, sono come Gabriele, da molto fastidio anche a me..... 😊

**mamma\_lara** Giovedì, 05 Marzo 2015 11:42

Piera, fanno schifo le crostate ma anche le tigelle con tutti i salumi e anche la nutella. 😞😞😞  
Ora si arrabbierà anche il comitato in difesa della nutella e delle tigelle. Sapessero loro che parlo solo per invidia. 😞😞😞

**mamma\_lara** Giovedì, 05 Marzo 2015 11:40

Paula, spero che la notte sia andata bene, hai fatto bene a rimanere a dormire in ospedale, fare tanta strada con il cattivo tempo non è la cosa migliore da fare.



**mamma\_lara** Giovedì, 05 Marzo 2015 11:38

Ve lo dico così lo sapete, a Gabriele da molto fastidio quando dico che sono brutta. Quindi ora lo sapete, così quando c'è lui dirò sempre che sono bellissima 😊😊😊

**mamma\_lara** Giovedì, 05 Marzo 2015 11:36

Gri, sei proprio brava. Io ho una fortuna, che mi devo vedere abbastanza brutta (cosa non molto difficile) per sapere che va tutto bene, quindi niente trucchi per me. Però i capelli abbastanza in ordine mi piacciono.

**mamma\_lara** Giovedì, 05 Marzo 2015 11:34

Willy, che bello rileggerti. Immagino l'impennata degli impegni di lavoro, tu già ne hai e se si aggiungono impegni imprevisti non so come farai a tenere testa a tutto. Dai un bacione e un forte abbraccio a Roberta e sono felice di sapere che lei e Filippo stiano bene.

**mamma\_lara** Giovedì, 05 Marzo 2015 11:29

Monica, io ho sempre pensato che chi non è mamma di figli propri è mamma di tutti i bimbi del mondo.

Ne sono sempre stata convinta e così può essere

**mamma\_lara** Giovedì, 05 Marzo 2015 11:27

Feffe, Vorrei dirti cose che però si possono solo dire a voce e con le mani strette alle tue, perchè scritte così senza che la mia anima sia stretta stretta alla tua potrebbero farti solo un gran male. Certo che la vita non sempre è come la pensiamo o la vorremmo per noi. Ogni tanto vengono di questi pensieri e fanno danni si sa.

Ho voglia di vederti. ♥

**Annuccia** Giovedì, 05 Marzo 2015 11:25

FEFFE, ha ragione MONICA, e chi meglio di lei può dirti. Non crucciarti per i tanti pensieri negativi, affronta man mano cosa ti offre la vita.

MONICA, sono felice che tu abbia finalmente riposato.

MARIPARIS, hai ragione perfettamente, la nostra vita è assai complicata, ma veniamo sempre a galla!

**Annuccia** Giovedì, 05 Marzo 2015 11:20

Buongiorno a tutti!

Giornata tristissima di pioggia.



**Monica** Giovedì, 05 Marzo 2015 11:19

FEFFE non puoi mai sapere cosa ti riserva la vita. Potrai diventare madre ma potrai anche non diventarlo. E' inutile angosciarti la vita pensandoci adesso. Se poi non dovesse essere, ti assicuro che la vita è bello lo stesso e troverai altre strade per essere lo stesso felice

**mamma\_lara** Giovedì, 05 Marzo 2015 11:16

Mariparis, sai che per i consigli sulle terapie bisogna sempre chiedere ad uno specialista, ma tu ti sei già mossa in tal senso e questo va bene. Va bene anche poi sfogarsi qui, quello alle volte aiuta. Mi spiace che tu non riesca proprio a sopportare il MDT, ma quando è tanto è una fatica immane.

Sai che io sono stata in abuso di sintomatici per tantissimo tempo e quelli mi avevano tolto la forza e la volontà di farcela.

Spero tanto cara che tu possa trovare uno spiraglio che ti dia un po' di respiro.

**Monica** Giovedì, 05 Marzo 2015 11:15

Buongiorno a tutti. Stanotte finalmente ho dormito benissimo, erano settimane che non dormivo così bene.

MARIPARIS tu soffri anche di cefalea tensiva? Mi dispiace che stai così male e ti capisco che si ingurgita di tutto per stare meglio. Facci sapere cosa ti dice il dottore

**mamma\_lara** Giovedì, 05 Marzo 2015 11:03

Buongiorno a tutti.

Tanto vento anche da ste parti

**mariparis** Giovedì, 05 Marzo 2015 09:20

Feffe non essere triste, tu sei ancora giovanissima e hai una vita tutta da vivere. spesso ciò che desideriamo accade improvvisamente, quando smettiamo di pensarci e ci concentriamo su altri aspetti belli della nostra vita.

un bacione fortissimo (da una che ha la testolina super dolorante 😊)

**feffe81** Giovedì, 05 Marzo 2015 08:54

Buongiorno a tutti.

GRI rientro domani. MARIPARIS io sono dipendente da amitriptilina e quando l'ultima volta me l'hanno sospesa sono stata malissimo. Ho ripreso a prenderla.

Stamattina sono molto giù e mi viene da piangere. Un'altra mia amica molto vicina è incinta. Riesco solo a pensare che è la cosa che più desidero da dieci anni e a me non succede 😞 e forse non succederà mai 😞

**mariparis** Giovedì, 05 Marzo 2015 08:50

So bene che al mondo ci sono persone che soffrono di terribili malattie ben più gravi dell'emicrania. e ringrazio ogni giorno il Signore per questo. Ma certo che il nostro non è un fardello leggero da portare. Cerco in tutta me stessa l'ottimismo e l'energia per far fronte a questa cosa ma non sempre li trovo (come oggi, che sto sprofondando nel pessimismo più nero). Scusatemi, se potete

**mariparis** Giovedì, 05 Marzo 2015 08:41

Maria grazie. Ho scritto al dr, ora vediamo che dice e se può aiutarmi

**mariparis** Giovedì, 05 Marzo 2015 08:36

Buongiorno a tutti! Qui c'è una giornata davvero invernale, pioggia e freddo. Ma ho visto che bene o male in quasi tutta Italia e' così...speriamo che la primavera giunga presto.

stamattina ancora mdt...e ancora farmaci, non resistevo dal dolore. Sono molto confusa e scontentata.

volevo chiedere se qualcuna di voi può aiutarmi...mi e' sorto il dubbio che questo strano incremento del mdt non sia dovuto al fatto che ho dimezzato (previo parere del neurologo) la dose di amitriptilina. Forse sto accusando una sorta di dipendenza o crisi tipo di astinenza? Non so che pensare 😞 e soprattutto cosa fare per migliorare la situazione

**Willy** Mercoledì, 04 Marzo 2015 22:03

Buona serata a tutti, torno dopo alcune settimana a salutare tutti gli amici e le amiche del forum, faccio gli auguri di buon compleanno, anche se in ritardo, a Simona e Annuccia con la quale condivido il pensiero sulle diete che hanno preso piede, con effetto positivo, su alcune di voi. Il periodo per me è difficile con una impennata imprevista degli impegni di lavoro. Il MDT mi lascia vivere e godo ancora degli effetti positivi della disintossicazione fatta a novembre al Mondino. Saluto i nuovi arrivati a cui auguro una lunga permanenza fra di noi. A casa tutto bene, la Roberta e mio figlio Filippo stanno bene, un abbraccio a tutte/i. A presto.

**Gri** Mercoledì, 04 Marzo 2015 21:39

FEFFE, ma quanto stai a Graz?

Eh si, anche a me un filo di trucco agli occhi mi fa sentire in ordine! 😊

PAULA, povera, ma quando dormi in ospedale, dove dormi? Avete delle camere per voi?

Buona notte a tutti

**paula1** Mercoledì, 04 Marzo 2015 21:36

zz  
😊 Buona notte a tutti 😊

**paula1** Mercoledì, 04 Marzo 2015 21:34

Buona sera a tutti...vi scrivo dal pc del lavoro perché rimango qui a dormire...vi mando un saluto e mi ritiro.. qui è tutto un suonare di campanelli 😞 e comunque anche il pomeriggio è stato pesante... il direttore (come volevasi dimostrare) non mi ha detto assolutamente niente del colloquio, ma va bene....non è che me ne importi molto...il ragazzo non è un amico, ma un conoscente e io ho fatto una piccola cosa...

il tempo è brutto con pioggia incessante e su verso casa anche una brutta nebbia...non avevo proprio voglia di tribolare... 😞

**feffe81** Mercoledì, 04 Marzo 2015 20:47

MARIPARIS grazie!

GRI hai fatto bene, io mi trucco sempre gli occhi, mi piace e mi fa sentire in ordine.

Stasera resto in hotel, ho preso al supermercato da mangiare perché mangiare sempre fuori qui è pesante!

**Piera** Mercoledì, 04 Marzo 2015 20:05

Lara hai proprio ragione le crostate fanno schifo!!! 😞 speriamo che non ci legga il comitato di difesa delle crostate, altrimenti io e te siamo fritte 😞😞

**Gri** Mercoledì, 04 Marzo 2015 17:18

Buon pomeriggio, oggi è stata un po' dura al pc, testa ultra delicata, ma non è aumentato il dolore. Ma la testa è sempre lì sull'Altolà pronta ad esplodere...e non capisco perché stia così in questa via di mezzo. Mah...

Comunque sta mattina alle 6:45 mi sono messa un po' di correttore sotto gli occhi, un po' di BB cream, un filo di matita sugli occhi e sembravo quasi in forma 😊

**Maria9195** Mercoledì, 04 Marzo 2015 15:20

MARIPARIS e MONICA mi dispiace per il dolore. Scrivete al dottore e dategli quanti sintomatici e trip avete preso perché potrebbero influire sulla dieta. Basta poco per farla sballare. Il dottore con me ha voluto sapere tutto cosa mangiavo e assumevo in caso di crisi e ho dovuto stilare un accurato diario alimentare ....non è stato facile....

L'ultima crisi dovuto agli ormoni ballerini è stata lunga e terribile... era farmacoresistente a tutto e dolore alle stelle per 24 ore pensavo di andare al pronto soccorso ma mio marito mi ha fermata.

**Maria9195** Mercoledì, 04 Marzo 2015 15:15

ma come siamo diverse. Io alla mattina per assumere un po' di grassi ho fatto delle bombe con cioccolato, burro di cacao e uova. Così inizio la mia dieta lipidica e mangio un po' di grassi 😊😊😊 quando vorrei farne a meno 😞😞😞 ma mi tocca...sto facendo tutto quello che mi suggerisce il grande dottore e abbiamo deciso di arrivare ai tre mesi e poi tirare le somme dopo gli esami del sangue...Mangio lipidi e non ingrasso 😊😊😊😊

**mamma\_lara** Mercoledì, 04 Marzo 2015 15:10

Ho impastato 4 crostate, ora le devo fare e infornare.

Ammmmmm

Ammmmmm

Ammmmmm

Le crostate fanno schifo

Ammmmmm

Le crostate fanno schifo

**mamma\_lara** Mercoledì, 04 Marzo 2015 15:07

Mariparis, Monica, se vi può consolare, anche a me i primi 10 giorni è andata male come sempre. Poi è arrivato un giorno di pausa, ciò non avveniva da anni di avere un giorno intero senza dolore. Non ho mollato e ho fatto tanta attenzione a non lasciarmi andare alla tentazione di farmi qualcosa di "diverso" che non fosse esattamente ciò che lo specialista mi aveva prescritto. Anche adesso sono tentata di farmi biscotti cheto o altri mangiarini, ma siccome so che non posso rischiare non rischio neppure sotto minaccia. Però diciamo che a me è andata bene. 😊

**mamma\_lara** Mercoledì, 04 Marzo 2015 15:03

Un paio di anni fa con le mie sorelline, abbiamo chiesto informazioni per Stellata di Bondeno, poi Loredana aveva sempre troppo da fare e non potevo farlo da sola. Ora sembra che di tempo ne abbia un po' così partiamo.

Ci stiamo divertendo tantissimo perché tormentiamo Gigliola dicendole che le svuotiamo casa. 😞😞

**mamma\_lara** Mercoledì, 04 Marzo 2015 15:00

Piera, il mercatino è a Pontelagoscuro. Fanno il mercatino ogni seconda domenica del mese, per la prossima domenica non facciamo nulla, perchè siamo impegnate con i cappelletti. Forse la seconda domenica di aprile potrebbe andare bene. Ma vedrai che per l'estate ne faremo di questi mercatini. Va benissimo se hai roba da darci, magari metti il prezzo su ogni pezzo o se vuoi venire anche tu meglio ancora, così facciamo un sacco di chiacchiere 😊😊

**mariparis** Mercoledì, 04 Marzo 2015 14:44

Buon pomeriggio a tutte!

Monica sono tanto dispiaciuta per quello che ti sta accadendo...so che la cosa non può minimamente consolarti, ma io sto male ininterrottamente da venerdì scorso. Non accadeva da tempo, avevo almeno qualche giorno di tregua...e sto abusando di farmaci. Non so proprio cosa pensare e sono molto preoccupata.

Paula forte come hai descritto il tuo amico...

Feffe buon lavoro e baci.

Lara piacerebbe anche a me fare un banchetto nei mercatini...magari di libri usati...

**feffe81** Mercoledì, 04 Marzo 2015 14:41

MONICA mi spiace per i tanti trip richiesti da questo attacco...spero in qualche giorno di tregua...

**mariagrazia** Mercoledì, 04 Marzo 2015 14:40

buon pomeriggio a tutti.

Monica mi spiace x i tuoi mal di testa. Io sono stata più fortunata con la profilassi devo dire. Forse anche perché sono in menopausa da una vita.

**Cris83** Mercoledì, 04 Marzo 2015 14:19

Ciao..

eccomi qua per un saluto..

spero di riuscire a leggervi..

intanto un abbraccio. 😊

**Piera** Mercoledì, 04 Marzo 2015 14:12

lara poi mi dirai quando e dove fai il mercatino.....anch'io ho delle belle cosine di cui vorrei disfarmi, magari te le do 😊

**mamma\_lara** Mercoledì, 04 Marzo 2015 14:08

Vado ad impastare, mi devo preparare per sabato e domenica, ho tutti (quasi tutti, perchè mi manca Ettore 😞) qui con me.

**mamma\_lara** Mercoledì, 04 Marzo 2015 14:06

Monica, mi spiace tantissimo.

**mamma\_lara** Mercoledì, 04 Marzo 2015 14:05

Anche oggi ho Emma e dopo i compiti la porto a fare un giretto, le ho chiesto se voleva andare a fare un giretto per negozi e lei mi ha chiesto se potevamo andare in libreria. 😞

Non ci sono più le bambine di una volta 😊😊😊😊

**mamma\_lara** Mercoledì, 04 Marzo 2015 14:04

Sono quasi riuscita a scoprire come fare per fare un banchetto nei mercatini dell'usato. Così mi disfo di un po' di cose e faccio un po' di soldini per un paio di idee che ho. Mi da una mano mia sorella, così posso farcela. Curo questa cosa da almeno 3 anni, ma Gabriele non ha mai voluto collaborare, ora per fortuna le mie due (solite) sorelline mi danno una mano. Poi dividiamo per tre, ma va bene così. Abbiamo deciso che svuotiamo cantine di parenti e amici. Gabriele ha già detto che lui non ha nulla da svuotare 😊😊😊

**mamma\_lara** Mercoledì, 04 Marzo 2015 14:00

Buongiorno a tutti. Avevo scritto un messaggio ma non so perchè non è scritto. Si che sono rinco. 😊😊

**nico26** Mercoledì, 04 Marzo 2015 13:19

Paula la premenopausa e' un period particolare di ogni donna ed ognuna di noi e' diversa.Sia la ginec sia il cardiol mi ha detot che puo' assolutamente influire e come!!!!  
Ma noi donne certo che ne passiamo tante!!!!Zio bonino!!!!

**mamma\_lara** Mercoledì, 04 Marzo 2015 12:14

[Dibattito su "Diario- Calendario"](#)

**Annuccia** Mercoledì, 04 Marzo 2015 11:39

MONICA 😞

scrivi a Cherubino, lui è sempre disponibile!

**Monica** Mercoledì, 04 Marzo 2015 11:16

PIERA la prima settimana era sempre +2. Poi +1, anche stamattina. Non so come fare per arrivare a +3, conto sempre i carboidrati e arrivo a 20/25 al giorno

**paula1** Mercoledì, 04 Marzo 2015 10:53

Scendo in città...mi è andata bene la prima parte della giornata perchè avevano messo un allerta pioggia...vedremo stasera...

Buona giornata a tutti 😎

**paula1** Mercoledì, 04 Marzo 2015 10:52

MONICA caspita...mi spiace...4 trip sono davvero tanti.....

fai come dice PIERA ...quel tipo di alimentazione va controllato perchè è davvero particolare.....

l'altro giorno ho avuto un dubbio...le proteine in polvere che si assumono che derivazione hanno ?

NICO26 mi stai facendo preoccupare, perchè io ho extrasistole spesso e anche altre sensazioni molto strane, però non mi controllo mai...feci un ecocardio e un holter 3 anni fa, ma andava bene e non ho fatto più nulla.....

dici che la menopausa può influire ?

**Piera** Mercoledì, 04 Marzo 2015 10:31

monica controlla la chetosi?

**Monica** Mercoledì, 04 Marzo 2015 10:17

Sono molto stanca e abbattuta perchè 4 trip in 48 ore si sentono. Boh, spero sia finita qui e magari adesso mi aspettano giornate intere con la testa libera 😊

**Monica** Mercoledì, 04 Marzo 2015 10:16

Buongiorno a tutti. Stanotte altro trip 😞 Non ho mai avuto crisi che hanno richiesto 4 trip per passare. E da quando seguo la dieta-profilassi è la seconda volta. Non capisco perchè 😞

**paula1** Mercoledì, 04 Marzo 2015 10:06

PIERA hai perfettamente ragione...conta, ad esempio, che Luca il nostro amico, lo conosce ben bene Fausto, sono amici da tempo e insieme hanno fatto cose da belle a "terrificanti", tipo comporre delle canzoni, testi e musica, a qualche "balla" quando Luca abitava ancora su di qui...Fausto lo ha aiutato molto soprattutto quando gli ritirarono la patente...ebbene nonostante tutto...prima di dare il nome nella ditta dove lavora ci ha messo quasi un anno e un altro prima che gli facessero il colloquio..... ora sembra che le cose vadano bene...ogni tanto mi dice che sono contenti di lui e si sta anche

velocizzando nella preparazione di quelle macchine infernali 😊😊😊

comunque questo ragazzo, Maurizio, è una brava persona nonostante il carattere un po' particolare..sa fare tante cose..io gli avevo detto di non fare il mio nome, ma alla fine è il direttore che gli fa il colloquio e deciderà..se non gli piace ..amen.. 😊😊😊😊

**nico26** Mercoledì, 04 Marzo 2015 09:04

Una buona mattina a tutti/e

leri sera il cuore faceva le bizze ed ero contenta scusatemi in quanto almeno ho tutto sul tracciato e vedremo che diranno .Penso proprio che a me la premenop. abbia preso in questo modo e questo mi destabilizza un po.Dovro' lavorarci in quanto la vita e' talemnte bella e gioiosa che ci riusciro' anche

stavolta.!!!Un passo grosso e che il cognato sia andato!!!!!!Dio grazia!!!!!!!  
Un bacione e tutte .

**Piera** Mercoledì, 04 Marzo 2015 08:55

Paula sei stata coraggiosa a segnalare un tipo così 😊😊 a me sono capitati "guai" con persone diciamo "normali" !!! da quel momento ho giurato che non avrei mandato mai più nessuno a un colloquio di lavoro segnalato da me.....le persone riservano sempre delle sorprese e non sempre belle 😊

**feffe81** Mercoledì, 04 Marzo 2015 08:25

PAULA 😊

buona giornata a tutti, qui tutto bene, PIERA si dentro agli edifici è caldissimo. Ieri sera è stata lunga perché siamo stati a cena con anche gli altri colleghi e io non vedevo l'ora di andare a nanna. Per fortuna sto pensando meno allo stress del lavoro, avevo bisogno di un po' di respiro.

**paula1** Mercoledì, 04 Marzo 2015 08:11

Buon giorno a tutti...qui sole e spero duri almeno fino alle 11 che scendo in città... sono sotto tono anche io e insonnolita, ma non riesco a dormire né a stare a letto dove mi viene male dappertutto...

l'ho detto che sto diventando un cavallo 😊😊😊😊

ieri pomeriggio il ragazzo che avevo segnalato al direttore ha fatto il colloquio...sarei curiosa di sapere come è andato, ma conoscendolo non mi dirà niente....io non voglio chiedere perché già gli ho mandato un tipo strano e non vorrei compromettere già il mio precario equilibrio lì... 😊😊😊😊

per intenderci a voi lo posso dire...il ragazzo ha la mia età, ha una treccia di capelli che gli arriva al sedere, ha un po' di barba, (gli occhi azzurri 😊😊), crede nelle scie chimiche e nei rettiliani ( 😊😊 ) e si cura con la pipì....speriamo che gli abbia detto che sa aggiustare i bagni e basta !

**Annuccia** Mercoledì, 04 Marzo 2015 07:34

GRI, spero che il tono arrivi!!! 😊

**Annuccia** Mercoledì, 04 Marzo 2015 07:34

Buongiorno a tutti!

nottata agitatissima.... vediamo di metterci in moto e non pensare più di tanto.

**Gri** Mercoledì, 04 Marzo 2015 06:22

Ora di alzarsi....anche se è dalle 5:50 che sono sveglia che Xavier reclamava la sua colazione...ed è ancora accoccolato attaccato a mamma.

Testa migliorata, ma mooolto delicata. Ho paura che un minimo movimento o altro, possa far riscatenare l'attacco.

Forza su, devo darmi un po' di tono.... 😊😊 in piedi! Buona giornata

**Gri** Martedì, 03 Marzo 2015 22:01

Testa che scoppia e pulsa a più non posso 😊😊

Buona notte

**mamma\_lara** Martedì, 03 Marzo 2015 20:59

Ho un bel po' di cose da fare.

Buona notte e sogni bellissimi per tutti. State bene se potete

**mamma\_lara** Martedì, 03 Marzo 2015 18:09

Cri, verrebbe voglia di dirne tante di parole, ma nessuna che si possa scrivere in pubblico.

Forza carissima.

**mamma\_lara** Martedì, 03 Marzo 2015 18:08

Scusate ma sono di fretta, ho scritto e cancellato più volte il messaggio che ho messo su Estense.com e alla fine mi sono detta che se continuavo così non avrei scritto nulla, quindi ho pubblicato l'ultimo scritto senza neppure rileggerlo la seconda volta.

Vado a fare le tigelle.



**cri69** Martedì, 03 Marzo 2015 17:52

LARA in questi gg sono di poche parole ma ora sono proprio senza 😞

**paula1** Martedì, 03 Marzo 2015 17:32

Vado a riposare...mi sembra mi sia passato sopra un camion 😞

**paula1** Martedì, 03 Marzo 2015 17:28

PIERA ANNUCCIA...vi auguro che arrivi la menopausa come a me..e cioè senza nemmeno accorgersene.....

ieri ho avuto qualche perdita, ma niente di che e oggi già niente.....il medico di base non mi ha consigliato nessuna terapia ormonale perchè al momento non ce n'è bisogno.....

oggi ho prenotato l'eco alla tiroide visto che tutti insistono che bisogna farla e quindi a luglio la farò (pensavo peggio con gli appuntamenti) poi mi è arrivata la prevenzione del tumore al colon e in farmacia mi hanno dato tutto l'occorrente...è un esame semplice, ma il farmacista mi ha detto che vedono parecchie cose....

io sono super d'accordo sulla prevenzione ed è buono che ancora si riesca a farla e farla gratuitamente..... 😊 sono delle belle conquiste.....

**paula1** Martedì, 03 Marzo 2015 17:20

Buon pomeriggio a tutti...ieri pomeriggio al lavoro è stata pesante, ma non tanto per il lavoro, quanto per sopportare i colleghi e le situazioni che si stanno creando.....il nostro reparto ormai è allo sbando e giusto chi ci lavora sempre (la caposala e noi 3 oss fisse) riesce a tenerlo un po' in piedi, ma ci stiamo stancando....

io non posso pensare di lavorare col magone e starci male..... 😞 però faccio una gran fatica a passare sopra a certe cose....la cosa più triste è che col direttore non ci si parla...ha sempre e solo ragione lui..... 😞

comunque dovevo venir via prima invece sono stata fino al mio orario..per fortuna che Fausto impietosito mi è venuto a prendere anche se era stanco...

così ho dormito a casa.....

oggi ho ritirato Selladicavallo...mi è costata come un "somaro a biscotti" è dir poco.....come "un maiale a caviale" rende meglio 😊😊😊 dicono che verrà brutto tempo, ma fuori si sta bene...anche senza giubbotto.. 😊

**mariparis** Martedì, 03 Marzo 2015 15:53

Monica purtroppo il mdt non mi sta dando tregua...mi si è attaccato addosso peggio di una zecca e non mi lascia più' 😊 (meglio che rido va...)

**mamma\_lara** Martedì, 03 Marzo 2015 15:43

[Titolo pagina Web](#)

Da leggere e se avete voglia dite la vostra

**Monica** Martedì, 03 Marzo 2015 15:33

MARIPARIS tu come stai?

**Monica** Martedì, 03 Marzo 2015 15:32

Il mdt con un altro trip è passato. E da ieri sto a quota 3 😞 PIERA speravo che in chetosi fosse almeno più leggero 😞 E adesso mi è venuto pure il singhiozzo 😞

**mariparis** Martedì, 03 Marzo 2015 15:23

Annuccia, Fefe, grazie!

Monica un bacetto, spero che il mdt ti passi presto.

Gri, come va? Spero un po' meglio

**nico26** Martedì, 03 Marzo 2015 14:49

Hai ragione Annuccia.C'e da dire che nella mia vit ail cuore l'ho usato fin troppo nel senso che nel bene e nel male io cuore ha sempre preso il primo posto rispetto alla razionalita'.Ora sono tutta un

elettrodo e mentre lavoromi scappa pure da ridere e questo non guasta.



**Piera** Martedì, 03 Marzo 2015 14:43

Feffe se hai caldo tu.....deve essere molto ma molto caldo 😊

**Piera** Martedì, 03 Marzo 2015 14:42

....è un medico disponibile ehhhh, ma di un tragico che non si regge, giusto quello che ci vuole per le madri ansiose!!! 😊 meno male che irene non lo e' , altrimenti eravamo rovinati 😊

**feffe81** Martedì, 03 Marzo 2015 14:40

MAMMALARA infatti avere così caldo la notte fa male, sto dormendo mezza nuda con un lenzuolo. C'è lo sbalzo con l'esterno. Ma va bene, sarebbe peggio facesse freddissimo

**Piera** Martedì, 03 Marzo 2015 14:39

eh si' Annuccia meno male che si' e' salvato, la pediatra santa donna 😊 aveva già messo in piedi il suo terrorismo psicologico, dicendo a irene che bisognava portarlo all'ospedale ai primi accenni.....purtroppo e' anche la pediatra di Vittoria, perciò sa tutto 😊 😊

**feffe81** Martedì, 03 Marzo 2015 14:38

MARIPARIS tieni duro...un abbraccio

Qui la pacchia è già finita, dopo il corso dobbiamo andare a lavorare in un altro posto qui dove ci sono dei colleghi

**Piera** Martedì, 03 Marzo 2015 14:35

monica quei mdt li' te li devi tenere mi sa!!! anche quanto la cheto ha cominciato a darmi benefici, i mdt legati al ciclo, sono stati gli unici che mi erano rimasti 😊

**feffe81** Martedì, 03 Marzo 2015 14:35

ANNUCCIA purtroppo è contro ogni tentazione!! 😊

**Annuccia** Martedì, 03 Marzo 2015 14:23

FEFFE, ma com'è questo collega?????????? 😊

**Annuccia** Martedì, 03 Marzo 2015 14:22

GRI, quante volte ho avuto anche io le fitte che descrivi. Anche di notte, il mio rimedio mangiare qualche crackers per "tappare"! un po' migliora il dolore.

**Annuccia** Martedì, 03 Marzo 2015 14:20

NICO, speriamo che ne verrai fuori presto, certo che forse un po' di riposo ti sarebbe di aiuto!

MARIPARIS, ricorda sempre il motto di Lara "si fa come si può" ! 😊

**Annuccia** Martedì, 03 Marzo 2015 14:18

MONICA, hai ragione il ciclo non da scampo!!! 🤔

PIERA, riguardo al messaggio di ieri, per fortuna il piccoletto si è salvato dalla fastidiosa influenza. Santo latte materno!

**Monica** Martedì, 03 Marzo 2015 14:14

Sta tornando il mdt 😊 Il ciclo è impossibile da battere 😊

**mariparis** Martedì, 03 Marzo 2015 13:29

Piera, Lara grazie mille. E' sempre bello entrare in questo sito e trovare sempre una parola carina e di conforto.

spero tanto di farcela...nel frattempo mi sto di nuovo intossicando con i medicinali

**nico26** Martedì, 03 Marzo 2015 13:05

Buon pranzo a tutte/i!!!!!!

E di nuovo alle 13.300 Holter.....che storia.....Spero di venirme a capo una buona volta!!!!

Per il resto Domani via....il cognato e fino a Giugno stop!!!!

Avrei voglia di mettermi a letto e leggere e poi quando gli occhietti si chiudono fare una bel sonnellino!!!!

**Piera** Martedì, 03 Marzo 2015 12:56

Mariparis resisti!!! i primi tempi sono durissimi 😊 ....e' un vero peccato che tu non sia iscritta a feisbuk, il gruppo chetogenesi e' molto di aiuto e sostegno

**mamma\_lara** Martedì, 03 Marzo 2015 12:19

Vado a dare un'occhiata a quello che ho in dispensa, devo fare la spesa e ci sono gli sconti. 😊

**mamma\_lara** Martedì, 03 Marzo 2015 12:18

Rossana, troppo forte la tua amica e sarà stato bello si lo spettacolo. 😊

**mamma\_lara** Martedì, 03 Marzo 2015 12:16

Gri, nessun dubbio che tu sia una forza. Meno male, perchè te ne arrivano da destra e manca. Speriamo tu stia un po' meglio va.

**mamma\_lara** Martedì, 03 Marzo 2015 12:12

Mariparis, si che te ne sono rimaste. Proviamo a trovarle, alle volte si nascondono bene e si fa fatica a vederle.

Forza carissima.

**mamma\_lara** Martedì, 03 Marzo 2015 12:10

Annuccia, Piera, ecco perchè siete ancora così belle, a voi la menopausa neppure vi sfiora.

Fate attenzione ehh, siete già nonne 😊😊

**mariparis** Martedì, 03 Marzo 2015 12:07

Buongiorno a tutti! Oggi qui c'è il sole ma il mio umore e' molto basso...

ho mal di testa in modo continuativo da venerdì scorso.... 😞

poi dormo malissimo, mi sento totalmente priva di energia e sono molto agitata e nervosa...

temo tanto che a me questa dieta non faccia bene 😞, spero con tutto il cuore di sbagliare perchè non mi sono rimaste molte chances

**mamma\_lara** Martedì, 03 Marzo 2015 12:06

["Bologna Cefalea" - VIII Edizione IL racconto di Lara Merighi intervenuta alla Tavola Rotonda dedicata ai "Bisogni del Paziente"](#)

**mamma\_lara** Martedì, 03 Marzo 2015 12:04

Maya, quanta pazienza serve quando si ha a che fare con gli anziani.

Ci vuole fortuna a diventarlo, poi la nostra dose di rotture non le risparmieremo a nessuno.

Mamma mia che rompiscatole diventerò

**mamma\_lara** Martedì, 03 Marzo 2015 12:00

Feffe, io vado bene con il caldo, tranne che nella stanza dove dormo, lì mi serve il freddo altrimenti mi ammalo.

**mamma\_lara** Martedì, 03 Marzo 2015 11:58

Avrò Emma per tutta la settimana.

**mamma\_lara** Martedì, 03 Marzo 2015 11:57

Buongiorno a tutti. Ho il computer lento come l'anno della fame e fa fatica a caricare le pagine, il più

delle volte però non le carica 🤔

**Annuccia** Martedì, 03 Marzo 2015 11:53

PIERA, attendiamo fiduciose.

Intanto mi sono vista l'intervento della dottoressa Nappi, grazie LARA! la d.ssa Nappi è sempre molto precisa e chiara. Per ora non avendo molti sintomi non mi pongo il problema della terapia ormonale sostitutiva, che credo non potrei comunque fare.

**Piera** Martedì, 03 Marzo 2015 11:40

annuccia io a maggio 55 anni .....e non salto un mese!!!! 😊 spero solo che quando si decideranno a lasciarmi lo facciano tutto in un botto 😊😊 e senza danni 😊

**Annuccia** Martedì, 03 Marzo 2015 11:15

Buongiorno a tutti!

partecipo con un coltello nell'occhio con coloro che non stanno bene.

MONICA, io parlo di menopausa visti i miei 54 anni, ma credo che ancora non ci sono..... arrivano in ritardo, ma arrivano sempre.

**Gri** Martedì, 03 Marzo 2015 11:11

MONICA, sono bella forte, ora va già meglio! 😊

**Monica** Martedì, 03 Marzo 2015 10:42

Buongiorno a tutti. Sto sotto effetto trip. Ieri è arrivato il ciclo e ieri sera immancabile, anche il mdt. Ho preso un trip ieri e uno stamattina. Sono dovuta venire in ufficio, oggi dobbiamo fare delle foto che poi saranno messe sul sito aziendale. E io ho proprio la faccia adatta oggi 😊  
FEFFE spero che tu stia bene a Graz.

GRI mancavi solo tu ad ammalarti 😊

**Gri** Martedì, 03 Marzo 2015 10:08

Buongiorno a tutti! Anche qua sole! Io oggi sono rimasta a casa col mio pulcino. Ho lo stomaco sotto sopra. Ieri sera avevo delle fitte alla bocca dello stomaco fortissime.  
Un abbraccio a tutti

**rossana** Martedì, 03 Marzo 2015 09:50

MAYA ma povera, gli anziani fanno così. Io li vedo tanto simili ai bambini....Però averci a che fare in quei momenti è dura proprio.

**rossana** Martedì, 03 Marzo 2015 09:48

Buongiorno a tutti,

aiuto siete tutti a nanna.....

Qui c'è un bel sole, adesso esco e mi muovo un pò.

Ieri sera sono andata a teatro a vedere uno spettacolo di un'amica che - da "dilettante" - lo ha messo in scena dopo averlo scritto 😊

Bellissimo, sono troppo contenta per lei che sta riscuotendo successo.

E' una grande, scrivere il testo?

E lei che mi diceva "ho fatto un corso"...si si fai pure il corso ma anche questo tira fuori quel che c'è quel che non c'è non può uscire.

**Maya** Lunedì, 02 Marzo 2015 21:03

😊 lunedì pesante.....la nonnina aveva un diavolo per capello ..... 😊😊

**cri69** Lunedì, 02 Marzo 2015 18:12

Buonasera, ci sono...sono giornate faticose e dolorose. Mi tengo impegnata, oggi è venuta Giulia e vi vogliamo ricordare....<https://www.facebook.com/pages/Usato-artigianato/853122021414659>...date una sbirciatina, fateci girovagare, abbiamo messo cosine nuove.....anzi no 😊  
Abbracci

**mariparis** Lunedì, 02 Marzo 2015 17:35

Maria grazie, sei gentilissima. Ti ho risposto pure io

**feffe81** Lunedì, 02 Marzo 2015 17:30

abbiamo finito un po' dopo, ho ancora l'aglio del pranzo che mi si ripropone 😊 provo a farmi una doccia e poi col collega cerchiamo un posto per cenare in centro

MARIAGRAZIA qui fuori è come era a Modena e piove, ma dentro c'è caldissimo, 26-27° 😊😊 misurati eh perché per delle prove di simulazione oggi avevo proprio dei sensori di temperatura 😊😊

**mamma\_lara** Lunedì, 02 Marzo 2015 16:17

[La menopausa - La Prof.ssa Rossella Nappi, ospite del programma "Elisir"](#)

**mamma\_lara** Lunedì, 02 Marzo 2015 16:14

[La cura si trova a parole: con il Medico Specialista](#)

**mamma\_lara** Lunedì, 02 Marzo 2015 15:42

Mariagrazia, anch'io sono sempre piena di freddo. Dicono arrivi il freddo a breve, sai che per principio io prendo le stagioni come vengono, anche se di preferenza ho le stagioni calde

**mamma\_lara** Lunedì, 02 Marzo 2015 15:40

Nico, ti tocca una bella impresa ogni tanto. Va la che anche quella è una bella storia.

**mamma\_lara** Lunedì, 02 Marzo 2015 15:39

Mariparis, la ciccia è il mio salvagente. Ci sto lavorando, ma alle volte mi fa stare parecchio male. Il perchè viene da lontano.

**mamma\_lara** Lunedì, 02 Marzo 2015 15:31

Aleb, ognuno fa come può sempre e alle volte è un po' diverso da quello che si vuole.

**Maria9195** Lunedì, 02 Marzo 2015 14:34

Mariparis ti ho risposto 😊😊😊

**mariagrazia** Lunedì, 02 Marzo 2015 14:13

Buon pomeriggio a tutti.

Annuccia vedo che siamo tutte uguali!

Spero che ora tu stia meglio però.

Feffe finendo alle 16 avrai tutto il tempo di visitare il luogo. L'Austria è tutta bella.

Qui piove, ma non è molto freddo. Sono due sere che neanche accendiamo i termo, di notte faceva troppo caldo e se lo dico io che sono la freddolosa di famiglia allora è vero

**mariparis** Lunedì, 02 Marzo 2015 14:11

Lara cara, perdonami se non capisco...so che ci si abitua alle proprie forme e alla propria fisicità, ma perché ti intristisce dimagrire? Tu sei bella in ogni caso

**nico26** Lunedì, 02 Marzo 2015 13:21

Buon pranzo a tuiyte/i

Oggi sono a casa per il recupero del lavoro di sabato e come detto sempre sto proprio bene anche se le telefonate non mancano.

Annuccia mi fai sorridere sai che faccio così' anche io.....tipo dico...aspetta che mi metto in ordine così' se arrivo al ps sono tutta pulita e ordinata!!!!

Ecco...cosa vuole il cognato???? A dopo!!

**Aleb97** Lunedì, 02 Marzo 2015 13:14

Grazie MONICA. Ma è un po' triste non "frequentare" il forum come vorrei... ma al mdt non si

comanda 🙄

**mamma\_lara** Lunedì, 02 Marzo 2015 13:04

Feffe, anche la persona che conosco io è andata a fare un corso in Austria. Chissà che non sia per la stesso fine. E' buona questa cosa. 😊

**feffe81** Lunedì, 02 Marzo 2015 12:55

ROSSANA anche io sono una fan delle giornate con più luce 😊

**feffe81** Lunedì, 02 Marzo 2015 12:48

Buongiorno!ho già pranzato e ora bevo un "caffè". Buone notizie: al pomeriggio finiamo alle 16 😊 il posto è molto tranquillo e abbiamo un insegnante solo per noi due 😊

MARIPARIS proveròdi sicuro qualche dolcetto tipico 😊

ANNUCCIA anche a me il ciclo si avvia spesso così 😊 spero per te che il peggio sia passato

**mamma\_lara** Lunedì, 02 Marzo 2015 12:39

Gabriele ha una cosa da fare tutti i lunedì mattina, poi va a prendere Emma.  
Vado a fare la pappona.

**mamma\_lara** Lunedì, 02 Marzo 2015 12:38

Piera, Giorgio è uno che ha poche storie e alle volte questo aiuta un po' a ridersi addosso. Questo non guasta mai 😊😊😊

**mamma\_lara** Lunedì, 02 Marzo 2015 12:37

Aleb, mi da gioia leggerti.  
Ti mando un abbraccione.

**mamma\_lara** Lunedì, 02 Marzo 2015 12:36

Non dite a Gabriele che dico queste cose, lui sta male se sa che soffro a dimagrire.

**mamma\_lara** Lunedì, 02 Marzo 2015 12:35

Anzi, dimmi che sono bruttissima 😊😊😊

**mamma\_lara** Lunedì, 02 Marzo 2015 12:34

Monica, ne ho persi tanti tanti, ma siccome è un tasto dolente ho deciso che mi peso ogni tanto. Mi sono messa d'accordo così con il dottore perchè non voglio star male per questo. Mi raccomando dimmi che sono brutta ancora di più, così sto bene. 😊😊😊

**mamma\_lara** Lunedì, 02 Marzo 2015 12:31

Annuccia, anche a me stessi dolori e poi non arrivavano, facevo accertamenti e mi dicevano che non ero in menopausa, poi invece niente da fare. Non ricordo quanto tempo ho avuto questi dolori, so però che sono passati e sono arrivati gli altri disturbi.  
Idem sul fronte "mi cambio così se succede qualcosa sono a posto", solo che ho ben poche cose addosso e ho detto a Gabriele che nel caso mi sentissi male mi tagli lo straccio che metto per andare a letto, fa pietà, ma altro non posso fare perchè la mia pelle non sopporta nulla

**Monica** Lunedì, 02 Marzo 2015 12:31

MAMMA LARA ma non c'è rimasto più niente di te 😊 Quanti chili hai perso finora? E' una gioia essere cicciette eh 😊

**mamma\_lara** Lunedì, 02 Marzo 2015 12:28

Feffe, hai ragione a non aver paura degli incroci, tu corri come un ghepardo 😊 sono io che cammino come una lumaca e mi fa un po' paura attraversare anche con il verde al semaforo 😊😊

**Monica** Lunedì, 02 Marzo 2015 12:27

ANNUCCIA questa menopausa ti fa disperare, Speriamo siano gli ultimi colpi di coda, e poi andrà tutto per il meglio

**mamma\_lara** Lunedì, 02 Marzo 2015 12:26

Paula, io non sogno da un sacco di tempo, però ho Gabriele che ne fa anche per me. Di solito lotta con i Leoni e devi vedere che rivoluzione fa a letto. Ogni tanto mi sembra ci sia il terremoto invece è lui che lotta. Ma va bene così, una notte gli è partito un calcio che per poco non mi spezza una gamba, quella volta stava giocando a pallone. Un'altra volta invece mi ha dato un manrovescio che se mi prendeva bene mi ammazzava. Da quella volta va sempre a letto senza orologio. 😊  
Ma ti dico che non è mai tranquillo. 😊

**mamma\_lara** Lunedì, 02 Marzo 2015 12:22

Mi hanno fissato l'appuntamento per l'isteroscopia, mi hanno detto che la settimana prima mi danno conferma.

**mamma\_lara** Lunedì, 02 Marzo 2015 12:21

Piera, devo aspettare metà mese per forza, voglio "farcela" io. 😊

**mamma\_lara** Lunedì, 02 Marzo 2015 12:19



Buongiorno a tutti.  
Sono indaffarata in cucina e per altre cose.  
Monica, ti ho spedito la foto.

**Piera** Lunedì, 02 Marzo 2015 12:16

Annuccia, mi dispiace per la nottata, magari hai anche avuto il virus intestinale, che da grandi dolori di pancia, qui da noi ha cominciato Vittoria, e poi l'ha attaccato a Irene e a Francesco, il piccoletto e' salvo per fortuna, anch'io quando sto male mi cambio tutto in previsione ospedaliera!!! 😊 mio marito mi stronca subito pero' dicendo che se penso e faccio certe cose non sto poi cosi' male e che l'ambulanza non la chiama 😊 forse ha ragione.... 😊

**Monica** Lunedì, 02 Marzo 2015 12:09

ALEB un saluto a te. Sono contenta che almeno gli altri mdt non li hai più

**Monica** Lunedì, 02 Marzo 2015 12:08

PAULA il magnesio puoi anche assumerlo dal cibo. Spinaci, bieta, verdure a foglia in generale, noci, semi di zucca, soia, farine integrali, carciofi.  
Pensa che io l'anno scorso superavo il range del limite massimo e sono anni che non uso integratori. Ma molto spesso mangio gli spinaci crudi (li adoro) così come amo la bieta e le altre verdure. In questi ultimi anni spesso ho mangiato il pane integrale e la pasta integrale. Le torte le faccio usando solo farine integrali e zucchero di canna

**Aleb97** Lunedì, 02 Marzo 2015 12:08

Buongiorno a tutti. Passo per il mio solito saluto. Oggi mdt da ciclo (che è finito giovedì e da allora ho fatto i miei bravi 3 gironi di emy a sx ed ora è il secondo giorno di emy a dx)... senza il pc sto meglio durante gli altri giorni del mese, ma ancora non ho trovato la soluzione per il mdt da ciclo.....

**Monica** Lunedì, 02 Marzo 2015 12:03

Buongiorno a tutti. Oggi è arrivato il ciclo e sto ancora bene.

Inizio a sentire la voglia di mangiare tutti i dolci possibili e tutti i carboidrati 😊 Sto tenendo duro ma è difficile.

MAMMA LARA fai vedere anche a me il tuo nuovo fisichetto???

**paula1** Lunedì, 02 Marzo 2015 10:41

E' vero il magnesio aiuta, ma io mi scordo di prenderlo 😞😞

tra poco scendo in città...non ne ho voglia per niente...senza Selladicavallo sono persa... 😊 e forse stasera rimango a dormire lì perchè non credo mi facciano uscire prima...

devo anche chiedere al direttore se ha telefonato un ragazzo al quale ho dato il numero per il posto di "uomo di fatica"... 😞

Buona giornata a tutti....

FEFFE81 molto spesso i colleghi sono diversi quando non sono nell'ambiente di lavoro...anche da me succede...io però non li frequento lo stesso.. 😊

**Annuccia** Lunedì, 02 Marzo 2015 10:41

Grazie MARI, sono molto debole le gambe non mi reggono, ma è il dolore alla pancia. Passerà....

**mariparis** Lunedì, 02 Marzo 2015 10:38

Annuccia mi dispiace tanto per la notte da incubo che hai trascorso. Per fortuna era il ciclo e nulla di grave. Ora come va?

un bacetto

**Annuccia** Lunedì, 02 Marzo 2015 09:58

ROSSANA, le mamme insegnano, anche la mia è così..... 😊  
a proposito di magnesio, so che il magnesio supremo aiuta un bel po'.

**rossana** Lunedì, 02 Marzo 2015 09:58

CRI stai bene? Non trovo più il tuo saluto mattutino 😞

**rossana** Lunedì, 02 Marzo 2015 09:56

PAULA per il dolore ai muscoli non c'entra il magnesio?  
O cose così?

**rossana** Lunedì, 02 Marzo 2015 09:55

PAULA capita di fare sogni anche più strani, e a volte sembra proprio la realtà.  
Sei troppo forte, tu sei proprio ragazza dentro fino all'osso ma lo sarai sempre e per questo l'idea di continuare a prendere la pillola ti stuzzica 😊  
Lo dico con affetto sai PAULA, mi hai fatto sorridere. E' una cosa tenerissima.

**rossana** Lunedì, 02 Marzo 2015 09:53

ANNUCCIA aiuto che notte da incubo!  
Ma povera...mi sa che i tuoi ormoni ballano il qua qua, praticamente se capisco bene il dolore che hai avuto è quello che pativo io da ragazza quando doveva arrivare il ciclo.  
E stavo male prima che partisse, mamma mia quanto male.  
Mi ricordo che, dato il fisicone che ero anche allora, mi capitava di svenire.  
Speriamo sia finita qui.  
E per il fatto che ti sei cambiata si effettivamente conoscendoti non stupisce ma devo confessare che lì anche io sono sempre molto attenta.  
Metto sempre in pratica quello che mi predicava la mamma e anche durante l'influenza mi cambiavo di notte a più riprese dato che la Tachipirina faceva sudare.  
Mia mamma diceva che bisogna sempre essere in ordine quanto basta per essere visti in qualsiasi momento in mutande da chicchessia.  
E io lo faccio.....ho più camicie da notte e pigiami che abbigliamento da giorno 😊

**rossana** Lunedì, 02 Marzo 2015 09:48

Buongiorno a tutti,  
ieri giornata buona per me anzi giornata con annessa passeggiata. 😊  
Che meraviglia le giornate che si allungano.....è un'altra vita e sembra proprio di vivere di più.

**Annuccia** Lunedì, 02 Marzo 2015 09:22

PAULA, si si, lo avevi scritto, mi ero dimenticata. Io l'ecografia sia pelvica che transvaginale la faccio tutti gli anni, anche per controllare il fibroma.  
Anche per me controlli a breve. Che p....!

**paula1** Lunedì, 02 Marzo 2015 08:31

ANNUCCIA i 4 esami che ho fatto per la menopausa li ha già visti il medico di base (che è anche una ginecologa, ma io non vado da lei) e mi ha detto che è conclamata e di non aver più timori (io volevo prendere la pillola ancora per un po' 😊)..., però non so se sarebbe utile anche fare una ecografia...non ho particolari problemi, a parte il gonfiore che potrebbe essere dato dalla mia alimentzine anarchica...ogni tanto mi viene caldo, ma non mi sembrano scalmane e l'unica cosa fastidiosa è questo dolore ai muscoli...

**paula1** Lunedì, 02 Marzo 2015 08:27

Buon giorno a tutti...qui nuvoloso e ogni tanto tira del vento...oggi mi sembra ci sia più visuale dalla finestra perché hanno tagliato radicalmente i rami dei 3 alberi che mi separano dalla casa di riposo...poveretti erano in condizioni pietose dalla nevicata....  
stanotte ho fatto dei sogni strani...ora non me li sto ricordando più...ma ad esempio uno era che prendevo la corriera blu in camicia da notte (io non le uso) senza niente tipo borse o biglietto.....e nel sogno dicevo: ma cosa sto facendo? mi sembrava tutto troppo reale.... 😊 😊 mah...

**mariparis** Lunedì, 02 Marzo 2015 08:20

Mamma mia Feffe...black out totale...non ricordo se l'ho mangiato in Austria o in Germania. Vabbè va scusami...e' passato troppo tempo. Tu però vedi se lo fanno anche lì... 😊

**Annuccia** Lunedì, 02 Marzo 2015 08:18

PAULA, quali esami? forse è in grado di valutare anche il medico della mutua se sono i valori di routine.

**mariparis** Lunedì, 02 Marzo 2015 08:17

Buongiorno a tutti!

Feffe sono felice di sapere che stai bene e ti stai trovando a tuo agio.

se ti capita di passare in un bar o pasticceria, ti consiglio di ordinare, come colazione o dessert, il kaiserschmarren. E' una sorta di crepe dolce fatta a pezzettini alla quale possono aggiungere uvetta, mele, cannella o marmellata. E' una delle cose indimenticabili che ho gustato in Austria.

**Annuccia** Lunedì, 02 Marzo 2015 08:16

FEFFE, bene arrivata, andrà tutto bene 😊

**Annuccia** Lunedì, 02 Marzo 2015 08:16

Buongiorno a tutti!

ho passato tutta la notte pronta per "partire" per il P.S. ho avuto dei dolori allucinanti di pancia , ma senza flusso, quindi ad un certo punto ho pensato che potessero non essere i dolori mestruali. Mi sono guardata bene dal prendere un antidolorifico per monitorare quel che accadeva. Nottata in bianco a soffrire (e non esagero) ; non ricordo di avere mai avuto dolori così forti e più che altro così a lungo. Stamani per fortuna è arrivato il flusso e anche se il mal di pancia persiste me lo tengo . Sono uno zombie.

P.S. sarò matta, ma stanotte mi sono alzata a cambiarmi tutto ciò che potevo cambiare per la paura di non arrivare in ordine all'ospedale. Ormai mi conoscete quindi non vi farò meraviglia.

**feffe81** Domenica, 01 Marzo 2015 21:43

grazie MAMMALARA, no paura degli incroci no, poi così non mi sento spaesata, ho un bel rumore di auto come a casa 😊 ho la finestra spalancata perché dentro si muore di caldo

**feffe81** Domenica, 01 Marzo 2015 21:41

GIUSEPPINA il collega è più pesante al lavoro! in auto è andata benone! PIERA abbiamo mangiato un kebab, c'era questo oppure un take away giapponese. Poi nei prossimi giorni magari troveremo un ristorante...e mi farò una bella wienerschnitzel 😊

**paula1** Domenica, 01 Marzo 2015 21:07

Buona sera a tutti...sono stanca anche se ho cercato di riposare un po' a letto...ho i muscoli, in particolare delle braccia, che sembra brucino dentro ..è una sensazione stranissima e fastidiosa..... siamo stati a mangiare al self-service del circolo Arci che frequentiamo di solito, perchè ci sono i giochi per bambini e le caprette....Andrea si è divertito..ogni tanto ha la mammite, ma pazienza... ANNUCCIA io invece non vedo il ciclo da settembre, solo oggi due gocce, ma niente di che.....dovrei andare l'11 marzo a far vedere gli esami alla ginecologa dell'asl, ma non mi dà

fiducia e i tempi son biblici...ora apro le pagine gialle e ne scelgo una a caso 😊  
vado a guardare la tv...domani lavoro pomeriggio e devo usare la corriera blu 😊



Buona notte a tutti

**Piera** Domenica, 01 Marzo 2015 20:52

feffe in Austria si mangia benissimo, io ho sempre preso dei piatti a caso, perchè non conosco il tedesco e gli austriaci sono poco propensi alle traduzioni, ma ho gradito l'effetto sorpresa!!! 😊 a me poi piace tutto .....per mia sfortuna 😊

**Piera** Domenica, 01 Marzo 2015 20:48

Lara fai bene ad aspettare meta' mese, trovi la collezione primavera estate 😊

**mamma\_lara** Domenica, 01 Marzo 2015 20:48

Buona notte e sogni bellissimi per tutti. State bene se potete

**mamma\_lara** Domenica, 01 Marzo 2015 20:47

Domani ho Emma e sto facendo un paio di pattine per Lella

**mamma\_lara** Domenica, 01 Marzo 2015 20:46

Annuccia, tu rimarrai giovane ancora per un bel po' mi sa. 😊😊

**mamma\_lara** Domenica, 01 Marzo 2015 20:41

Giuseppina, per forza, ho ancora 30 kg da perdere e se li perdessi sarei ancora più pesante di un bel po' di Maria 😊

**mamma\_lara** Domenica, 01 Marzo 2015 20:40

Gri, ma pensa un anno, mi ero dimenticata che Xavier compie gli anni nello stesso giorno che li compie uno dei miei fratelli.

Mi spiace per la fine delle agevolazioni. E' ingiusto sai e ti capisco.

**giuseppina** Domenica, 01 Marzo 2015 20:39

FEFFE ma non doveva essere pesante il tuo collega?

**giuseppina** Domenica, 01 Marzo 2015 20:37

MARIA porta ancora pazienza, magari per te l'effetto desiderato arriverà più avanti, sei anche nelle condizioni fisiche ottimali per fare la dieta meno dura, puoi mangiare grassi che rendono il cibo più appetitoso

**giuseppina** Domenica, 01 Marzo 2015 20:32

stai benissimo LARA, effetto prugna secca scongiurato (per ora) 😊

**mamma\_lara** Domenica, 01 Marzo 2015 20:32

Feffe, a me i grandi incroci fanno paura. Poi corrono tutti come i matti.

Dai va, almeno il viaggio è andato bene, li ci sei e farai anche il resto nel migliore dei modi come sempre hai fatto 😊

**mamma\_lara** Domenica, 01 Marzo 2015 20:28

Giuseppina, spedita.

**feffe81** Domenica, 01 Marzo 2015 20:00

MARIA mi spiace che la tua testa non vada meglio con la nuova terapia...

**feffe81** Domenica, 01 Marzo 2015 19:56

ciao a tutti da Graz 😊 sono arrivata in hotel da cinque minuti, il viaggio è andato benissimo, ci abbiamo messo 6 ore e mezza, il mio collega è molto cordiale e ci si parla bene, la testa è stata buona quindi va benissimo! Tra un po' usciamo a cercare cibo, qui vicino non c'è nulla, siamo nell'hotel della piazza della stazione, al centro di un mega incrocio 😊

**giuseppina** Domenica, 01 Marzo 2015 19:36

LARA anch'io vorrei la foto 😊

**nico26** Domenica, 01 Marzo 2015 18:24

Buon tardo pomeriggio a tutti !!!

Son rintronata da quanto parla mio cognato e per me rimane muto in Brasile per mesi.....!Stasera abbiamo ospiti .....Gri gia' un anno???Ma sembra ieri che hai inviato le foto!!!

Manuel mi spiace tanto ma sai che qui teniamo sempre aperta la porta della nostra meravigliosa famiglia!!!Forza non mollare!!!!

Scappo ...suonano alla porta.....Vi voglio bene!!!

**Annuccia** Domenica, 01 Marzo 2015 17:40

MARIA, valuta con il dottore, sei in buone mani! mi dispiace comunque del periodo che anche io pensavo fosse un pochino più leggero.

GRI, che bell'ometto di un anno!!!! 😊

**Annuccia** Domenica, 01 Marzo 2015 17:36

Buona domenica a tutti! ciclo arrivato, non voglio proprio invecchiare!!!!!!! la testa quindi fa schifo..... pazienza!! seguiamo la fase naturale della vita.

PIERA, la dottoressa in questione non da nessun farmaco, in sostanza fa digiunare abbastanza specialmente nella prima fase della dieta (che poi dieta non è) . Con precisione non so quali siano i cibi permessi e più che altro in che quantità.

**Gri** Domenica, 01 Marzo 2015 14:36

Tra 5 giorni, venerdì, il mio ometto fa già un anno! ....mi pare ieri....

E io al lavoro non avrò più le ore di allattamento 😞 mi viene già male alla sola idea!

**Gri** Domenica, 01 Marzo 2015 14:33

Buona domenica a tutti!

MANUEL, piacere rileggermi, spesso ti ho pensato e mi chiedevo come stavi. Mi spiace leggerti di nuovo con così tanto mdt...avanti tutta...

Ho finito ora di riordinare la cucina e sono salita in camera con il piccino. Mio marito e la bimba sono a far la spesa. Spero si addormenti il monello...

Buon pomeriggio

**mamma\_lara** Domenica, 01 Marzo 2015 14:28

Maria, anch'io speravo tu stessi meglio. Mi spiace tantissimo.

**mamma\_lara** Domenica, 01 Marzo 2015 14:28

Manuel, il Santo Graal non esiste. Esistono invece terapie che aiutano.

Noi ci siamo sempre e non abbiamo nessuna intenzione di abbandonare nessuno. Ci trovi sempre quando hai bisogno di aiuto e qualche parola di conforto. Spero tu possa trovare qualcosa per stare meglio.

**mamma\_lara** Domenica, 01 Marzo 2015 14:24

Piera, ho letto 😊

Aspetto metà mese poi vado 😊

**Piera** Domenica, 01 Marzo 2015 13:49

lara e' pericoloso spedire le foto a me 😊

**mamma\_lara** Domenica, 01 Marzo 2015 12:56

Piera, anche Enza ha una macchina da cucire nuova, se Gabriele non riesce a riparare la mia la chiedo a lei. Comunque grazie, sei generosa come sempre 😊

**mamma\_lara** Domenica, 01 Marzo 2015 12:55

Cris, ho spedito la foto a te e mentre c'ero l'ho spedita pure a Piera. Questa è una cosa extra e non mi va di spedirla a tutti come faccio con cose che parlano di MDT, anche se avete lo stomaco forte, io non sono sempre un bello spettacolo da vedere.

Mi sono dimenticata di scrivere "aprire solo in presenza di adulti e con il cuore forte. 😊

**mamma\_lara** Domenica, 01 Marzo 2015 12:45

Buongiorno a tutti. Sto sistemando il computer

**MC\_Manuel** Domenica, 01 Marzo 2015 12:23

Carissimi,

è tanto che non vi scrivo, ma spesso siete nei miei pensieri e quando ho mal di testa, penso che non sono solo, ma c'è il forum..o la cara Lara.

Nella mia assenza non ho trovato il Santo Gral purtroppo, ma continuo a fare masso terapia! solo che siamo di nuovo a un punto critico! Stiamo ritornando a due crisi alla settimana di durata

plurigiornaliera 😊 e quindi si sta riproponendo due problemi: il primo è "il tutti giorni mal di testa" e il secondo è legato all'assunzione dei farmaci. Il mio medico mi ha consigliato (veramente mi ha consigliato vivamente facendomi l'impegnativa) per una disintossicazione. Ma io ho paura di tornare in una clinica e ho paura delle medicine che mi hanno fatto stare peggio in passato e quindi ...Avanti con le tisane depurative! 😊

So che alcuni trovano un buon riscontro con la dieta chetogenica, e non saprei se intraprendere quel percorso anche io.

Per intanto, starò tranquillo un pò e poi vedremo il da farsi!

Vi auguro una splendida domenica, io e il mio mal di testa odierno vi salutiamo 😊

A presto, Manuel

**Maria9195** Domenica, 01 Marzo 2015 11:11

ANNUCCIA io sono diventata una prugna secca 😊  
mai avuto in vita mia un peso così basso pur mangiando lipidi 😊

**Maria9195** Domenica, 01 Marzo 2015 11:10

Piera sto valutando tutto con il dottore.....e' un periodo molto faticoso e l'ansia fa da padrona oltre al mal di testa. 😞

**paula1** Domenica, 01 Marzo 2015 09:24

Buon giorno a tutti...qui sole...ieri sera siamo andati al cinema...prima che sparisca dalle sale, abbiamo visto "Pride" che per un parrocchiale è tutto dire 😊  
mi è piaciuto molto...io poi adoro gli inglesi... 😊

oggi usciamo con il nostro amico Luca (quello del lavoro di Fausto) e famiglia 😊 col piccolo genio (io lo chiamo così) Andrea...(non perchè lo sia, ma per come lo vorrebbero... 😞)...speriamo che non abbia la mammite come solito