

**lile** Mercoledì, 30 Settembre 2015 23:41

Ciao ragazze! Due giorni senza mal di testa, finalmente! Sicuramente è passato perché sono arrivate delle belle notizie... una di queste è che mi hanno rinnovato il contratto di lavoro, quindi finalmente posso pensare di cambiare casa! Sono molto felice 😊

Lara, che bello che è stato incontrarti! Abbiamo già messo il materiale in distribuzione e ora diffonderemo la notizia...

Di cappelli ne ho a volontà, devo metterli già adesso, specie andando in bici...ma grazie cara 😊

Un abbraccio a tutte! Buenanotte 😊

**cri69** Mercoledì, 30 Settembre 2015 22:30

LARA perdonami, ma ho il wifi fuori uso e il mio cell fa schifo e non ricevo nulla che riguarda internet e quindi anche w a ,mi spiace....Qui sto usando una chiavetta

**mamma\_lara** Mercoledì, 30 Settembre 2015 21:23

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

**mamma\_lara** Mercoledì, 30 Settembre 2015 21:23

Cri, ti ho mandato un messaggio su whatsapp per chiederti di aggiungere il mio numero di telefono al gruppo di auto-aiuto, quando ti chiesi di togliere il tablet mi hai tolto il numero del telefono. Oggi avevo bisogno di farvi una comunicazione che faccio qui poi magari la ripeti tu alle ragazze del gruppo.

Avrei la necessità di cambiare giorno al gruppo, per piacere potremmo fare gli incontri il mercoledì invece che al giovedì?.

Grazie mille.

**mamma\_lara** Mercoledì, 30 Settembre 2015 21:19

Ho finito ora di fare cose e ancora non sono a metà. 😊

Questo vuol dire che sono a buon punto. 😊

Domani mattina vado a finire la spesa per la pausa caffè poi nel pomeriggio ho l'appuntamento con il ristoratore per accordi sulla cena del venerdì. 😊

**Annuccia** Mercoledì, 30 Settembre 2015 18:45

Grazie CRIS, troppo gentile!!!

**Annuccia** Mercoledì, 30 Settembre 2015 18:44

CRIS 83 , se fosse possibile verrei di sicuro.

**mamma\_lara** Mercoledì, 30 Settembre 2015 18:29

Voi vi chiederete dove sono finita.

Sono qui che ho finito ora le cartelline da distribuire al Convegno. Ora faccio la lista della cena poi vediamo come va.

**Cris83** Mercoledì, 30 Settembre 2015 17:27

probabilmente resta a tutti fuori mano ma ve lo dico lo stesso.

Questa domenica c'è l'open day di dynamo camp. E' un giorno in cui il camp resta aperto a tutti.. con una presentazione in teatro molto bella e uno può visitarlo tutto.

Si trova in posto molto bello immerso sulle montagne pistoiesi.. vicino all'abetone per capirsi..

**Cris83** Mercoledì, 30 Settembre 2015 17:15

La festa di sabato è andata bene!!! avevamo un po' di ansia.. a un certo punto abbiamo creduto di non riuscire nemmeno a rientrarci con i soldi invece è andata bene!

Abbiamo esagerato troppo con il cibo e alcune cose non le abbiamo usate, ma le useremo per le prossime volte!

I giochi sono piaciuti molto.. soprattutto quello di pescare le bottigline/pesciolini dalla piscina.

Fortunatamente avevamo i ragazzi del gruppo scout e altre persone a darci una mano, altrimenti da soli era impossibile farcela.

Ora facciamo il punto della situazione e penseremo a tutte le modifiche da apportare per la prossima.

**Cris83** Mercoledì, 30 Settembre 2015 17:08

eccomi.. vi ho letto..

Sarebbe bello fare una prova di meditazione.. se consigliate qualche libro fate un favore anche a me. lo non me ne intendo molto .. ma sono convinta anch'io che serve una guida almeno per iniziare.. io l'unica cosa che riesco a fare e concentrarmi sul respiro prima di dormire, lo faccio quando fatico a prendere sonno e ho mille pensieri in testa. Certe volte riesce a rilassarmi, altre volte è inutile..

PAULA ha detto tutto LARA.. cerca di essere un po' egoista e pensare a te stessa!

MAMMA LARA davvero una rottura questo "fastidio".. sarà contento gabriele che dormi nuda!!!

confermo la parola PAURA.. non ho ancora scritto niente ma qualcosa verrà fuori! credo che sarò breve.. e vi dico subito che leggerò a testa bassa come un robot perchè mi imbarazza parlare in pubblico 😊😊

ROSS ti mando un forte abbraccio.. mi dispiace tanto per i tuoi dolori!!

ANNUCCIA sempre pensieri positivi!!! Mi accodo alle altre.. se puoi vieni almeno il venerdì! Non è lo stesso senza di te!

MARIA anch'io prima non uscivo dalla chetosi anche se mangiavo qualche carboidrato.. ora mi capita a volte di non esserci anche se non sgarro.. tipo qualche settimana fa. Non ho fatto lo stick ma me ne rendo conto lo stesso, perché comincia a venirmi fame e voglia di qualsiasi cosa che non posso mangiare.. avevo il ciclo, non so se possa influire sull'uscita dalla chetosi. Poi sabato alla festa ho ceduto e ho sgarrato.. ho bevuto una birra e mangiato qualcosina.. mi manca un po' di motivazione.. sono stata male tutta la settimana scorsa quindi mi sono detta peggio di così non può andare. Comunque ho notato che mi basta uno o due giorni e rientro subito.

**mariagrazia** Mercoledì, 30 Settembre 2015 16:08

buon pomeriggio amiche.

giornate belle piene anche da queste parti ma si va avanti.

la testa però va benissimo e questo mi basta.

il tempo x ora è ancora bello e durante la giornata si sta benissimo. sera e mattino è più fresco

**Cris83** Mercoledì, 30 Settembre 2015 15:38

ciao..

saluto veloce.. ancora non vi ho letto..

due giorni k.o!!!

oggi meglio.. anche se stamattina ho faticato tantissimo ad alzarmi!

un abbraccio 😊😊

**paula1** Mercoledì, 30 Settembre 2015 14:45

Buon giorno a tutti...qui sta piovendo...ho dormito quasi 3 ore, naturalmente con tanti risvegli, ma mi devo accontentare...

stamattina sono andata a prendere il nuovo orario del nuovo turno nel nuovo reparto 😞😞 ovviamente e come pensavo alla collega che sarà con me hanno dato la possibilità a settimane alterne di cambiare il turno per due giorni per via dell'orario di scuola dlla figlia...veramente 'sti marmocchi mi perseguitano 😞 io non ne ho e devo adattarmi a chi ce li ha...vabbè è meglio che stia zitta.....comunque stamattina ho chiesto per quanto durerà questa "benevolenza" sui turni e lei mi ha detto candidamente: 5 anni 😞😞😞😞😞😞😞😞

comunque anche io ho fatto la simulazione della pensione e la data è: 2033 😞😞 speriamo che cambi qualcosa prima 😊

ho la testa pesante...stanotte avevo bevuto un po' di cioccolata.. 😞😞 tutte le volte è così... torno a riposare...se la pioggia ferma il "maniaco" del giardino con tutta la tecnologia al seguito...

**nico26** Mercoledì, 30 Settembre 2015 14:14

UN SALUTO SOTTO SUPER ATTACCO CHE ERAN MESI CHE NON ERA COSI' FORTE. PURE LA TESTA A GIRARLA NON RIESCO 😞

**mamma\_lara** Mercoledì, 30 Settembre 2015 13:59

Maria, io non so cosa dirà i Doc quando verrà a Ferrara. Ma per farmi cambiare alimentazione dovrà venire con tutti i rappresentanti delle forze dell'ordine e che siano ben messi, altrimenti non riusciranno a convincermi.

Io per fortuna non ho problemi a rimanere in chetosi. Il mio è sempre viola.

**Maria9195** Mercoledì, 30 Settembre 2015 13:58

Piera sto facendo anch'io la valutazione della mia età pensionistica...avrò sicuramente sorprese. Ti farò sapere quando andrò in pensione non prima del 2028 😄😄😄😄

**mamma\_lara** Mercoledì, 30 Settembre 2015 13:56

Maria, nei momenti più impegnativi della mia vita il training autogeno mi ha aiutata tantissimo. Fai bene e non mollarlo anche se ti sembra che non sortisca benefici immediati, poi arrivano vedrai

**Maria9195** Mercoledì, 30 Settembre 2015 13:55

Piera io cerco di non sgarrare con la dieta e mangiare tanti lipidi ma alcune volte esco dalla chetosi e non riesco a capire il motivo.... devo stare molto attenta a quello che mangio sia come carboidrati che proteine e per questo motivo che tutti i giorni devo compilare il mio piano alimentare e pesare tutto.... e abbastanza uno stress ma mi tocca altrimenti il mal di testa è assicurato....Non oso pensare quando dovrò smettere questa dieta e fare la dieta di transizione cosa succederà alla mia testa.

**mamma\_lara** Mercoledì, 30 Settembre 2015 13:54

Piera, sono proprio contenta che Irene abbia trovato qualcosa da fare.

Mi spiace invece che per la pensione tu debba aspettare così tanto. 😞😞😞😞

**mamma\_lara** Mercoledì, 30 Settembre 2015 13:53

Sarei dovuta uscire anche oggi pomeriggio, ma non ce la faccio proprio. 😞😞😞

**mamma\_lara** Mercoledì, 30 Settembre 2015 13:52

Ho le gambe che se potessero mi darebbero i calci nel tafferuglio per tanto le ho fatte camminare, meno male che non arrivano a farlo. 😄😄😄

Ho visto la nostra Lile, che bella ragazza è.

Poi chi verrà al Convegno avrà il piacere di conoscerla.

Lile, mi sono dimenticata di dirti di portarti il cappello al Convegno, facciamo la foto di gruppo con un cappello in testa così poi la pubblichiamo. Se non ce l'hai dimmelo che te lo porto io.

**mamma\_lara** Mercoledì, 30 Settembre 2015 13:49

Rossana, immagino che avrai necessità di sedere sul morbido. Io che ho un bel po' di kg. in più di te siedo su due cuscini e mi fa male lo stesso, tu di certo avrai male anche su 4 cuscini.

A me manca tutto il ben di Dio di ciccia che avevo prima, quella sì che era un cuscino morbido 😄



**mamma\_lara** Mercoledì, 30 Settembre 2015 13:46

Annuccia e ti pare che io non mi accodo a Piera, anche per me piuttosto che niente è meglio il venerdì solo, poi il sabato pazienza.

Però vedi tu come puoi fare e come riesci a fare.

**Piera** Mercoledì, 30 Settembre 2015 11:52

Annuccia anche qui a Bologna la mattina fa freddo : stamani 12 gradi, poi durante il giorno se c'è il sole la temperatura aumenta un po'. Per la decisione io piuttosto che niente sceglierei "piuttosto"!!!!

insomma anche solo il venerdì' e' meglio che proprio non partecipare!!! poi vedi tu..... 😄

**Annuccia** Mercoledì, 30 Settembre 2015 11:46

Buongiorno a tutti!

torno ora dalla posturale, mi sembra che mi abbia fatto bene.

Per il convegno ancora non so cosa fare, devo portare le cose ad Andrea, stasera prende le chiavi di casa e ha bisogno oltretutto dell'abbigliamento pesante, stamani a Parma erano 8 gradi. Avrei pensato di venire il venerdì e partire il sabato mattina, ma mi dispiace mancare il sabato. L'alternativa è non venire e andare direttamente a Parma, ma so che sarebbe per me una rinuncia pesante. Bah..... deciderò all'ultimo, tanto il bed and breakfast l'ho prenotato.

**cri69** Mercoledì, 30 Settembre 2015 11:43

in questi gg ho seimila cose da fare...forse di più,non sò da dove cominciare.Comincio e vorrei già aver finito .Voglia 0...uffaaaaaaaaa

**Piera** Mercoledì, 30 Settembre 2015 11:30

maria mi dispiace per la mancata chetosi, pensa che io a volte sono in chetosi anche se mangio qualche carboidrato , siamo tutti diversi 😊

**Piera** Mercoledì, 30 Settembre 2015 11:26

mi dispiace non essere tanto presente nel forum!!! Irene ha trovato un piccolo lavoretto e al pomeriggio vado a fare la nonnasitter 😊 , poi c'e' sempre anche Vittoria da prendere e accompagnare a scuola, ginnastica ecc.....come vorrei essere già' in pensione 😊😊 ho fatto l'altro giorno la simulazione on line e volevo morire 😊 ci andro' nel 2028.....adesso poi vediamo???

**Maria9195** Mercoledì, 30 Settembre 2015 10:43

Stamattina ho dato la mia adesione al corso di training autogeno livello due che si svolgerà nella mia città. alla sera..mi auguro di riuscire a partecipare perchè mi interessa parecchio e mi rilassa.

**Maria9195** Mercoledì, 30 Settembre 2015 10:41

Ciao a tutti

il mese di settembre non è stato bello per il mio mal di testa. Ho avuto un peggioramento 🤢🤢🤢 dovuto forse alla difficoltà di restare in chetosi. Pazienza si va avanti e si fa quello che si può.

ieri ho preso un pomeriggio di "leggerezza": sono andata dalla parrucchiera per tinta e taglio e con meraviglia al momento del pagamento ho avuto la sorpresa di pagare con lo sconto del 30% perchè era la giornata della promozione ...sorpresa molto gradita 😊😊😊😊

**rossana** Mercoledì, 30 Settembre 2015 10:06

LARA anch io mi appoggiai dappertutto e anche a me è capitato di trovarmi col sedere bagnato. poi succede.che tutto è troppo duro per me....

**rossana** Mercoledì, 30 Settembre 2015 10:04

Buongiorno a tutte,  
oggi sembra un po meglio....  
vediamo come procede...

**mamma\_lara** Mercoledì, 30 Settembre 2015 08:51

Vado, a dopo

**mamma\_lara** Mercoledì, 30 Settembre 2015 08:51

Cri, serve il sole per il nostro fine settimana, mi raccomando in prossimità del Convegno qui si dovrà parlare di cacca, ma deve venire spontaneo mica forzato 😊😊😊😊

**mamma\_lara** Mercoledì, 30 Settembre 2015 08:49

faccio colazione poi vado a fare volantinaggio. Il parcheggio del centro commerciale in Castello l'ho fatto. Ora vado in centro e domani ci sono di mezzo gli altri centri commerciali. Bennet e Le Mura. Poi vediamo cosa altro mi viene in mente. 😊😊😊

Intanto questa mattina faccio il centro perchè sono senza auto, serve a Gabriele e se me la vedo brutta salgo sul primo autobus e torno a casa, ieri ero senza forza nelle gambe e ad un certo punto

ho pensato che sarei caduta, così mi sono seduta su una fioriera. Non vi dico cosa avevo attaccato al tafferuglio quando mi sono alzata, poi era anche un po' bagnatino 😊😊😊😊

**mamma\_lara** Mercoledì, 30 Settembre 2015 08:33

Simona, mi spiace per il MDT, mica mollare mai la forza che hai nel gestirlo. Mi raccomando e scusami se l'ho detto ♥

**mamma\_lara** Mercoledì, 30 Settembre 2015 08:31

Buongiorno a tutti.

Paula, sai che ho provato ad andare d'accordo con tutti, ci ho provato eccome e alla fine mi sono accorta che proprio non è possibile. in molti sono come le grappiole o le sanguisughe, ti succhiano tutto quello che hai e se a loro non va bene ti incolpano anche dicendo che quello che ti hanno succhiato non va bene. ma dico io e qualcosa tu per migliorare la tua vita quando lo fai? Cosa devi fare, stare alla finestra e aspettare che siano sempre gli altri a lottare e a fare qualcosa. Ma vedi ben di muovere il tafferuglio cara mia.

Se non va bene quello che fai lascia perdere, pensa a stare bene e ai sensi di colpa non pensarci, diventa un po' ma solo un po' egoista e vedrai che lo stesso sarai più generosa di tante tue colleghe. Ti incolpa? ok. Lasciala fare, ci sono persone bravissime in questo e sono sempre chiuse nel loro recinto a dare la colpa a destra e manca senza mai chiedersi il perchè stanno rinchiusi in quel recinto.

Prendi quello che ti va bene e lotta per quello che trovi giusto, quello mai mollarlo. MAI

**cri69** Mercoledì, 30 Settembre 2015 08:15

Buongiorno a tutti, qui freddo, io avrei voluto passare per l'autunno ,non passare direttamente all'inverno 😞

**Simona** Mercoledì, 30 Settembre 2015 07:49

Buongiorno adoraro forum 😊. . Stanotte mdt e trip... ora son qui che mica va tanto bene... 😞 Ma andiamo avanti... 😊

**paula1** Mercoledì, 30 Settembre 2015 03:14

Buona notte o buon giorno...sono al lavoro...ho già fatto i lavori notturni e i pazienti provano di riposare...siamo pieni...anche la seconda collega stasera mi ha dato la piena colpa per gli spostamenti dei colleghi...io le ho detto che non mi sento in colpa, ma questi atteggiamenti mi danno fastidio e ci sto male io...comunque credo che la cosa migliore sia continuare a fare il mio lavoro e se queste persone mi tolgono pure il saluto pazienza...alla fine non credo siano persone essenziali nella mia vita e magari col tempo si accorgeranno che non ne valeva la pena... anche oggi il gruppo gestione alimentare è stato abbastanza pesante...ci ha dato anche un compitino... ora mi riposa un po' sulla sedia...

**mamma\_lara** Martedì, 29 Settembre 2015 21:52

Domani mattina devo andare a fare volantaggio e vado a portare un po' di brochure a Lile

**mamma\_lara** Martedì, 29 Settembre 2015 21:51

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

**mamma\_lara** Martedì, 29 Settembre 2015 21:50

Feffe, certo che siamo comprensive. Sai che comprensione è la mia parola fin dallo scorso anno. 😊😊

**mamma\_lara** Martedì, 29 Settembre 2015 21:48

Feffe, avete mezz'ora per voi 5. Poi vediamo se si può sfiorare anche un po' di minuti

**feffe81** Martedì, 29 Settembre 2015 21:45

MAMMALARA per regolarmi con la mia parola: quanti minuti abbiamo a disposizione a testa?

**feffe81** Martedì, 29 Settembre 2015 21:44

MAMMALARA tranquilla, non mi hai dato quella impressione, la mia idea è un po' mostrare cosa faccio io. Che poi non l'ho mai provato con persone diverse da quelle che conosco a yoga, quindi magari faccio semplicemente brutta figura! ma tanto voi siete comprensive 😊

**mamma\_lara** Martedì, 29 Settembre 2015 21:37

Sto facendo il mio intervento e mi accorgo che le parole hanno un filo che le lega fra di loro. E se si riuscisse a farne propria una di quelle buone le altre buone arrivano ad una ad una quasi tutte

**mamma\_lara** Martedì, 29 Settembre 2015 21:33

Sono io che penso di non essere capace di gestire la mia e quella degli altri. Anzi, sono certa che non ne sarei capace. ma è un mio limite.

Scusami va

**mamma\_lara** Martedì, 29 Settembre 2015 21:32

Feffe, mamma mia, mica ti avrò dato l'impressione che non la devi fare? No No, era per dire che io non me la sento di aiutare qualcuno a farla, anzi, se ci sono posso farla con voi.

**mamma\_lara** Martedì, 29 Settembre 2015 21:30

Per ora io ho questi nominativi per gli interventi.

Rossana: Leggerezza

Maya: Trasformazione

Cris: Paura

Feffe: Compassione

Simona: Consapevolezza

A voi ho fatto i cartellini con il vostro nome così quando fare l'intervento sanno chi siete. Poi ho fatto i nominativi da mettere sul tavolo della presidenza.

Chiedetemi perchè ne ho da ricordare abbastanza.

**feffe81** Martedì, 29 Settembre 2015 21:20

Buonasera a tutti! qui tutto bene.

MAMMALARA se propongo una meditazione a Ferrara sarà di sicuro molto semplice e tranquilla, comunque solo se le amiche vogliono e assolutamente un Maestro è la persona indicata per fare un percorso, non voglio spacciarmi per tale eh!

ROSSANA il cortisone 😞 è poi arrivata la colf?

NICO scusa ma è troppo divertente la scena che hai detto 😄

**mamma\_lara** Martedì, 29 Settembre 2015 21:15

Rossana, pensavo proprio a te oggi quando le gambe mi hanno impedito di fare le scale dal dolore che avevo. Anche piano piano mi era impossibile. Poi le ho fatte lo stesso, ma con grande fatica. Non oso pensare a come stai tu.

Fati bene a volere in regola a persona che viene ad aiutarti, essere in regola fa sentire meglio

**mamma\_lara** Martedì, 29 Settembre 2015 21:10

Ho fatto un giretto a svuotare un altro negozio dei cinesi. Avevo poche "formule magiche" e non ero tranquilla se non ne trovavo ancora un po'. Ora ho stampato e imbustato così sto un po' più tranquilla.

Devo però aggiungere notizie al materiale che distribuisco, non voglio che questo Convegno sia ricordato per il Convegno della mutua visto il calibro dei presenti. Poi ci siamo noi e sono molto emozionata nel pensare che mancano pochi giorni poi sarete qui con me tutte insieme e vicine vicine come dice la nostra Piera. 😊😊😊

**mamma\_lara** Martedì, 29 Settembre 2015 21:05

Nico, beato lui che non ha avuto freddo a spogliarsi, io in piscina neppure con cappotto mi ci butto.



**mamma\_lara** Martedì, 29 Settembre 2015 20:23

Annuccia, so bene che sei una donna forte, ce ne hai dato prova in ogni occasione. Sei stata di esempio a tante di noi. ♥

**Annuccia** Martedì, 29 Settembre 2015 13:58

ROSSANA , mi dispiace tanto.

LARA, non preoccuparti per me, sai che ho ancora un po' di risorse e quando saranno finite, sicuramente riuscirò a trovarne altre.

**mamma\_lara** Martedì, 29 Settembre 2015 13:16

Ho un po' di cose da fare ma volevo dire ad Annuccia.

Cara amica, fai bene pensare che i nostri pensieri ci sono.

Aiuta anche ad averli tu i pensieri positivi, perchè ti aiutano a fare le scelte migliori per stare bene.

E questa è la cosa migliore

**rossana** Martedì, 29 Settembre 2015 12:44

ANNUCCIA hai fatto bene ad uscire, brava a reagire.

Il solo incontrare gente ci da un ritorno.

Io chiusa in casa mi arrovello e mi sento prigioniera del male.

Non mi serve tanto, ma solo mettere la testa fuori cambia la visione delle proprie cose.

**rossana** Martedì, 29 Settembre 2015 12:32

Evvai NICO 😊😎

**rossana** Martedì, 29 Settembre 2015 12:32

Io da domenica sto male proprio e dopo una notte da dimenticare ho ripreso il cortisone.

Mamma mia quanto dolore di troppo.....mah meglio che non commenti, mi viene da piangere.

Ormai ogni minima variazione di clima crea il pandemonio 🤪

E a proposito LARA la mia parola è "leggerezza" ed ho solo abbozzato l'interventino ma qualcosa mi arriverà.

Quest'anno sono lessa e mi terrete così.

**rossana** Martedì, 29 Settembre 2015 12:29

Buongiorno a tutte,

LARA hai fatto bene a spiegare ed hai reso proprio l'idea di quel fastidio tanto che al pensiero fa sentire male.

Proprio un bel problema questo: ma non sarà qualcosa legato alla circolazione? Non si sa cosa pensare 🤔

**Annuccia** Martedì, 29 Settembre 2015 11:18

Lo sapete che ci tengo e ci credo ai vostri influssi positivi , perciò racconto qui sul Forum. Grazie

**Annuccia** Martedì, 29 Settembre 2015 10:56

Buongiorno a tutti!

visto che la stasi per i dolori non mi faceva bene, sono andata in palestra dolore per dolore, tanto vale..... almeno ho fatto doccia e capelli lì e in più ho fatto due chiacchierine , e quelle fanno sempre bene.

LARA, incredibile questo tuo fastidio (voglio essere ottimista e chiamarlo così) .... quante cose inspiegabili.

**nico26** Martedì, 29 Settembre 2015 10:17

No va beh.....e' entrato uno da legge 180 si e' denudato e si e' buttato nudooooooooo in vasca

....aiuto 😊😎

**Simona** Martedì, 29 Settembre 2015 09:44

Lara... la mia parola è "consapevolezza"....

Cri povero uccellino. ... si sentirà in trappola privato della sua libertà. ... 😞😞 non può uscire da solo?

Paula spero tu riesca a non prendere pioggia...

Anche qui cielo grigio... io ho molto flusso oggi e ieri anche... tanto che ieri non stavo neanche troppo bene... avevo nausea e un sonno anormale x me..perché erano le 18 e non riuscivo a tenere gli occhi aperti.... poi ho anche fatto un incubo e per la prima volta il protagonista era Mattia... non è stato piacevole... ma almeno al risveglio lo avevo vicino nel letto e mi ha subito tranquillizzata dicendomi di non preoccuparmi..che lui era lì vicino..stava bene.. e mi ha pure coccolato un po...



sono proprio fortunata... ho un bimbo così dolce e coccolone che mi vuole un gran bene...



**cri69** Martedì, 29 Settembre 2015 09:11

E' da ieri che ho un uccello in casa ,spero lo sia,nel camino.Per fortuna è chiuso,è un pò inquietante....Non ho il coraggio di aprire....uffaaaaa

**paula1** Martedì, 29 Settembre 2015 09:00

Buon giorno a tutti...qui nuvoloso..anche in casa mia non è caldo, ma cerchiamo di resistere ad accendere il riscaldamento... 😞 non siamo nemmeno in ottobre 😄😎 oggi devo uscire prima perchè alle 17,30 ho il gruppo gestione alimentare...poi vado al lavoro...spero che non piovga anche perchè ho dimenticato in spogliatoio in ospedale la cerata antipioggia 😞 NICO hai fatto bene a mandare il cognato al ristorante...io persone così non le sopporto...

**cri69** Martedì, 29 Settembre 2015 08:56

Buogiorno gente,io ho freddo

**mamma\_lara** Martedì, 29 Settembre 2015 08:40

Vi devo presentare e mi piacerebbe dire anche la parola che trattate. Anche alla conferenza stampa vorrei citare questi vostri interventi.

**mamma\_lara** Martedì, 29 Settembre 2015 08:40

Simona, tu poi cosa hai deciso di trattare?

**mamma\_lara** Martedì, 29 Settembre 2015 08:37

Ho bisogno di un aggiornamento per quello che riguarda gli interventi del sabato mattina. Faccio l'elenco di quelli che ho io.

Devo farvi i cartellini e vorrei averli per tutte voi che parlate.

Feffe

Rossana

Cris

Maya

Poi ci sarà qualcuno che leggerà lo scritto di Nico, perchè mi è sembrato di leggere da qualche parte che vuole trattare l'argomento "Lasciare andare".

Poi Nico, se hai tempo e voglia va bene, altrimenti portiamo pazienza.

Fatevi avanti.

**Simona** Martedì, 29 Settembre 2015 08:05

Buongiorno adoraro forum 😄

Nicoa che faccia come il c... ha tuo cognato? Ma spediscilo ogni wera al ristorante almeno finisce i soldi e se ne torna prima a casa..... 😄😄

Lara ma quanta pazienza però. ...anche le carezze che sono piacevoli ti danno noia.... che 2 p..... 😞😞

**mamma\_lara** Martedì, 29 Settembre 2015 07:50

Nico, ohhh, finalmente ti sei salvata, brava brava.

Ma pensa un po', anche da ristorante devi fare, non ti basta il resto.

**mamma\_lara** Martedì, 29 Settembre 2015 07:48

Buongiorno a tutti.

Sono in piedi da un po', sto sistemando un po' di cose per vestirmi, non ho più nulla che mi va bene e qualcosa lo devo pur mettere.

Spiego meglio quando dico che ho male alla pelle. Non è la pelle che mi fa male, ma lo strato che c'è un po' sotto di essa. Quando ho un qualcosa addosso e non è quasi incollato alla pelle se anche solo fa dei minimi spostamenti che non si percepiscono neppure come movimento, lo stesso la mia pelle e quello che le sta sotto lo percepisce. Non so se ve l'ho mai detto, ma anche le carezze mi fanno male se durano più di 5 secondi. Questo non l'ho mai detto a Gabriele, perchè proprio non mi va di impedirgli anche di accarezzarmi, ma per me è sentire male anche in quel momento. Immaginate cosa significa per me l'estate quando vesto solo con un vestitino inesistente, una pacchia.

Poi quello che ha dell'incredibile è che se ho qualcosa che mi comprime non mi fa male, mentre se ho un indumento che mi accarezza la pelle sono guai perchè piano piano inizia un dolorino che si espande non solo sulla superficie del corpo ma anche nel dolore. Non parliamo poi delle cuciture, tante volte mi vesto con gli abiti a rovescio. Mentre altre volte anche un piccolo filo che si muove mi crea danni e se cerco di sopportare piano piano mi si gonfia la parte interessata fino a rompersi. Gabriele i primi momenti era incredulo che un filo quasi invisibile potesse rompermi la pelle, invece purtroppo dopo anni che ha prove di questo tipo è stato costretto a crederci e quando gli dico che ho un qualcosa che mi fa male alla pelle lo cerca come se stesse cercando la prova di un terribile misfatto.

Anche in questo momento ho un qualcosa che mi sta dando fastidio alla schiena. Aspetto un po' poi vado a "rompere".

Ahh, non vi ho detto che a letto è la stessa cosa, intanto vado a letto quasi nuda senza il quasi, ma dirlo con mi è sembrato meno sconcio (che spettacolo eh), poi guai ad avere pieghine nelle lenzuola, anche lì devo avere tutto tirato e senza nulla che si strofini sulla mia pelle. Poi non ha importanza che tutto sia morbido, anche il morbido mi fa male.

Mica dico anche questo lamento e cerco anche di stare zitta. Prendo in prestito un dire di Maya quando dice che si fa fastidio da sola, ecco perchè non ne parlo quasi mai, perchè cerco di smorzare la sua influenza negativa, già fa abbastanza danno senza che io ci metta del mio.

Scusate se vi ho ammorbato.

**nico26** Martedì, 29 Settembre 2015 06:52

Buon martedì dal lavoro amici cari.

Ieri sono uscita dal lavoro perché le maestre mi hanno detto che Nico aveva mal le orecchie e portatolo dal pediatra non ha otite ma otalgia dovuta al catarro. Poi è stato fantastico... Mi dice...mamma quando ti hanno telefonato. Avevo mal le orecchie poi però mi è passato un po' ma non potevo dirlo alla maestra dato che ti aveva telefonato e quindi ho detto così sto con la mia mamma 😊😊 Amore mio!!!! Il pediatra che erano 6 mesi che non lo vedeva mi ha detto che ha già iniziato un po' la fase dello sviluppo 😊😊 a 9 anni!!!! Dio mama!!!

Qui al lavoro aria nerissima con dei dipendenti e vediamo come si mette. Ieri sera il cognato voleva fare cena da noi con amici ma ho detto una bugia e così è andato al ristorante. To mo!!! Ma seconde te oltre ai parenti devo avere i suoi amici? Non se ne parla nemmeno.

**mamma\_lara** Lunedì, 28 Settembre 2015 21:51

ahhh, dimenticavo. Domani volantinaggio 😊

**mamma\_lara** Lunedì, 28 Settembre 2015 21:50

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

**mamma\_lara** Lunedì, 28 Settembre 2015 21:50

Rossana, ♥

**mamma\_lara** Lunedì, 28 Settembre 2015 21:39

Lile, con il MDT io ho imparato a non avere fretta e neppure a contare le ore, tanto meno i giorni. Mi toglieva e forse, così piano piano ho imparato a fare le cose (non sempre) anche quando la testa gridava vendetta.

Ci vuole pazienza per farsi le ossa e noi mica ti lasciamo da sola sai. Siamo sempre qui. 😊

**mamma\_lara** Lunedì, 28 Settembre 2015 21:36

Annuccia, meno male va che le cose vanno come devono andare.

Ma quanti pensieri sempre.

Sappi che qui i pensieri per tua sorella non calano mai neppure di un punticino. L'attenzione c'è sempre sempre.

**mamma\_lara** Lunedì, 28 Settembre 2015 21:34

Sono stata ad una riunione per il convegno, così aggiungo altre informazioni alle cartelline che distribuisco.

Domani fotocopio tutto domani 😊😊😊

**Annuccia** Lunedì, 28 Settembre 2015 16:21

Sono a studio. Tutto abbastanza bene per mia sorella .

Grazie dei pensieri.

LILE, grazie del tuo messaggio, lo so bene che la nostalgia c'è da entrambe le parti. Il mio piccolo (ha 27 anni 😊) lo so che ora soffre la lontananza, comunque era un break che andava fatto. Poi quello che sarà sarà.

**lile** Lunedì, 28 Settembre 2015 15:43

Buongiorno a tutte... l'attacco forte di sabato mi ha lasciato con un mal di testa di fondo che mi sta stremando... lo so che non è forte come prima, e forse dovrei accontentarmi, ma questo essere costante mi sta buttando giù tantissimo.... sarà che non sto riuscendo neanche a dormire, dato che il dolore mi fa da sveglia 😞

comunque non sto prendendo nulla, dato che il triptano sabato non ha funzionato non voglio intossicarmi per nulla...

Annuccia, sappi che io sono una figlia "emigrata", e anche noi figli ci sentiamo così senza la mamma... a volte non lo ammettiamo perchè vogliamo far credere che essendo cresciuti abbiamo meno bisogno di voi... ma non è così. Io in questi giorni vorrei tanto averla vicino

**paula1** Lunedì, 28 Settembre 2015 14:23

Buon pomeriggio a tutti....alla fine ho dovuto chiamare io...vabbè 😊 farò le mie ultime 3 notti poi dopo lo smonto e il riposo parto col turno nuovo diurno domenica mattina....

una collega infermiera mi ha mandato con whatsapp la foto del turno...mi hanno dato il venerdì 9 ott di ferie, il sabato è il mio riposo e rientro al lavoro la domenica 11 ott...direi che meglio di così non potev andare...devo solo decidere se sabato sera rimanere a Ferrara...

poi la collega che lavorerà con me, mi aveva anticipato che voleva dei cambi per la figlia che va a scuola, ma dal turno sembra che li abbia già fatti mettere 😞😞😞😞 veramente io i furbetti non li sopporto più ! 😞

**mamma\_lara** Lunedì, 28 Settembre 2015 13:10

Di corsa per le tantissime cose da fare, ma sappi cara Annuccia che i miei pensieri saranno con te per tutto quello che ti servirà oggi.

**cri69** Lunedì, 28 Settembre 2015 12:47

ROSSANA vengo io. 😊

**nico26** Lunedì, 28 Settembre 2015 11:06

Buon lunedì a tutte/i.

Meditazione cara Paula una bellissima parola che racchiude in se il tutto ed il nulla.come le altre amiche ti hanno scritto e' molto soggettiva.

Per cio' che riguarda la mia personale esperienza da sannyais io seguo Osho ,anzi lo seguivo molto di piu' anni fa' in cui facevo tutte le sue meditazioni e vi ene sono tantissime.Molto importante le prime volte e' farti seguire da persone "competenti " e non dei ciocca piatti (scusa il termine).Il primo libro letto fu...osho cos e' la meditazione ,oppure il libro arancione.

Ricorda pero' che noi siamo qui per vivere questa vita al meglio e la meditazione ti puo' aiutare a fare cio' ma tutto nasce da te e da cio' che tu desideri veramente dentro di te. lo dico perche' inizialmente pensavo che mi risolvesse i miei conflitti in un battito di mani .....ma pero' mi ha aiutato insieme ad altro a cercare risposte.Tvb

**paula1** Lunedì, 28 Settembre 2015 10:15

Buon giorno a tutti...qui un po' nuvoloso, ma non piove...ho deciso di non scendere a Bologna solo per prendere i turni...ho mandato un messaggio di chiamarmi e poi ci penserò domani.....  
vado solo su in paese a fare la spesa...sono molto agitata, ma passerà...devo davvero iniziare a non mettermi i problemi degli altri perchè se in 28 anni sui posti di lavoro non si sono create amicizie un motivo ci sarà...io credo che all'uomo non basteranno secoli per evolversi..anzi di questo passo l'estinzione è il finale migliore.....

**rossana** Lunedì, 28 Settembre 2015 10:09

Doveva arrivare alle 10.....cominciamo bene 😞  
Saranno in ritardo i mezzi pubblici che forse utilizza 😞

**rossana** Lunedì, 28 Settembre 2015 10:08

Buongiorno a tutte,  
sto aspettando un'ennesima colf.....e non sto affatto bene 😞  
Cavoli non riesco a fidelizzare una signora normale che però mi venga in modo sistematico 8 ore a settimana.  
Sono poche, io però queste mi posso permettere ed è già tanto.  
Subito dicono bene bene poi trovano qualcosa in più in termini di ore e via.  
Oppure scappano quando preciso al primo istante del colloquio che io le prendo solo in regola: con voucher o che non mi interessa ma così si deve fare.  
E le esperienze lo hanno confermato: forse saremmo dietro le sbarre a quest'ora.  
E quando spieghi che la lavoratrice è protetta sul piano degli infortuni - cosa non trascurabile secondo me - e per quanto in misura minima anche i contributi INPS qualcosa incideranno.  
Niente da fare, molte vogliono più soldi subito.  
E allora fuori

**Simona** Lunedì, 28 Settembre 2015 09:06

Annuccia... pensieri positivi a go go oggi... tutti concentrati su di te e i tuoi cari... 😊

**Piera** Lunedì, 28 Settembre 2015 08:56

Annuccia, tengo tutto incrociato per oggi !!!!!

**Annuccia** Lunedì, 28 Settembre 2015 08:40

LARA, mi hai rincuorato con le voci, cominciamo a preoccuparmi... le malattie mentali sono quelle che più mi fanno paura.

**Annuccia** Lunedì, 28 Settembre 2015 08:39

Buongiorno a tutti!  
oggi giornata diversa dal solito e un po' impegnativa . Starò molto fuori casa e questo mi stanca, tra l'altro con i dolori non è facile, ma la testa è salva , per oggi, e questo è quello che conta di più.  
LARA, questo tuo problema non è piccolo, mi dispiace tanto. E' incredibile come riusciamo a convivere con tutto.

**Simona** Lunedì, 28 Settembre 2015 07:48

Buongiorno adoraro forum e buon inizio di settimana.... 😊 😊  
Lara questo problema della pelle è proprio una scocciatura. .. spero tu riesca a trovare indumenti che non ti diano fastidio. ...

**mamma\_lara** Lunedì, 28 Settembre 2015 07:20

Ho la mia pelle che già non ne può più di stare vestita, tutto mi fa male. Se penso che dovrò stare vestita fino a luglio del prossimo anni mi viene pensiero. Spero di trovare qualcosa che non mi dia fastidio. Avevo comprato una maglietta di cotone pesante e non va bene. Ne ho comprata una dopo e non va bene. Non riesco ad indossare neppure quelle che avevo dello scorso anno. Mahh, questa è un'altra bella gara dura

**mamma\_lara** Lunedì, 28 Settembre 2015 07:17

Maria, anche l'otite 😞

**mamma\_lara** Lunedì, 28 Settembre 2015 07:16

Cris, sarai stanca davvero dopo tutto quel da fare. Aspettiamo il tuo racconto quando trovi il tempo

**mamma\_lara** Lunedì, 28 Settembre 2015 07:15

Annuccia, io le voci dei miei ragazzi ancora le sento come pure chiamarmi mamma. Poi non ti dico l'altra voce che sento. Penso che saranno con noi sempre perchè sono nella nostra anima. Mi fa bene sapere che stanno bene e sono sereni. Ma credo che le difficoltà della vita pesino anche su di loro come hanno pesato su di me, anche se non me lo dicono.

**mamma\_lara** Lunedì, 28 Settembre 2015 07:09

Non immaginate quanto mi piace sapervi insieme a Ferrara. ♥ ♥ ♥

**mamma\_lara** Lunedì, 28 Settembre 2015 07:08

Buongiorno a tutti.

Feffe, io non sarei mai capace di insegnare a qualcuno il mio tipo di meditazione, perchè serve proprio il mantra e quello lo può dare solo un maestro. Almeno questo è quello che hanno dato a me.

Poi non so se sono io ad essere un po' tarda o se proprio non riesco a prendermi questa responsabilità.

Pensa che neppure il training riesco a spiegare. Posso dire come faccio io, ma alcune amiche che hanno fatto lezioni insieme a me hanno avuto reazioni talmente particolari che mi hanno spaventato, forse è per questo che non voglio provarci.

però a me la meditazione ha portato negli anni tanti benefici, sono stata capace di sopportare il MDT come mai avrei pensato.

Però sono un bel po' di anni che faccio 3 meditazioni al giorno e queste 3 mica le faccio mentre faccio altre cose. Mi serve un posto isolato dove fare le mie pratiche iniziali che mi portano a meditare, e il mio mantra è indispensabile. Quella della sera poi è lunghissima e molto più profonda, è stata questa che mi ha fatto trovare poi la strategia di trovare un "percorso" che facevo quando arrivava la cefalea a grappolo.

La consiglio a tutti. La meditazione si intende

**cri69** Lunedì, 28 Settembre 2015 06:04

Buongiorno a tutti, buon inizio settimana

**Cris83** Domenica, 27 Settembre 2015 22:30



**Cris83** Domenica, 27 Settembre 2015 22:29

Ciao... Vi scrivo solo un saluto veloce.. Oggi abbiamo messo a posto la roba e la stanza della festa e sono cotta..

Poi vi racconto.. Ma é andata bene!!

Un abbraccio e sogni d'oro.

Vi leggo domani!

**paula1** Domenica, 27 Settembre 2015 21:16

Grazie FEFFE....

ora vado a riposare...domani sono a casa, ma non scendo in città per il foglio dei turni...faccio una telefonata e deve bastare così...

Buona notte a tutti 

**feffe81** Domenica, 27 Settembre 2015 21:12

PAULA vedo cosa possiamo fare a Ferrara. Sarebbe bello provare una piccola meditazione insieme, ora ci penso 😊 ROSSANA già mi vedo la scena tipo sabba...con SIMONA che mescola un pentolone che ribolle e noi altre intorno nella penombra 😊

SIMONA sì mi sono divertita ieri, e oggi il triptano ha fatto il suo dovere.

Dal pomeriggio però fatica con i pensieri...

**Annuccia** Domenica, 27 Settembre 2015 17:51

Maria hai ragione, in questi giorni qualche volta entrando in casa mi sembrava di sentire Andrea che mi diceva "ciao mamma". Pensa tu....

**paula1** Domenica, 27 Settembre 2015 17:24

...è partito il mess....

MARIA9195 però io ho difficoltà a concentrarmi su me stessa...certo mi mancherà la pratica, ma mi sembra una cosa proprio al di sopra delle mie capacità.. 😞

**paula1** Domenica, 27 Settembre 2015 17:22

Buon pomeriggio a tutti...MARIA9195 il training autogeno ce lo ha spiegato una brava dottoressa a Ferrara che è anche quella che fa il gruppo insieme a MAMMA LARA....

**Maria9195** Domenica, 27 Settembre 2015 15:22

Annuccia quanto ti capisco, Anche la mia casa si è svuotata. 😞😞😞 ...io delle volte parlo da sola a alta voce oppure metto la musica ....mi rattrista sentire il silenzio 😞😞😞

**Maria9195** Domenica, 27 Settembre 2015 15:20

stasera arriva Alessandro e si ferma a dormire.... è da quest'estate che non riesco ad avere contemporaneamente i figli a casa. Sono contenta perchè ceniamo tutti assieme ai nonni. 😄😄😄  
😊 Cucino polenta e coniglio 😊

**Maria9195** Domenica, 27 Settembre 2015 15:18

l'attacco di emicrania se n'è andato ma mi ha lasciato una bella otite 🤮🤮🤮

**Maria9195** Domenica, 27 Settembre 2015 15:18

Ciao Paula...io pratico alla sera oppure quando non riesco a prendere sonno di notte il training autogeno... Ho fatto un corso due anni fa e mi è piaciuto molto e da allora lo faccio....dovrei rispolverare un po' i passaggi perchè alcuni li ho dimenticati. Infatti è mia intenzione rintracciare la maestra e chiedere se si può fare un ripasso di un paio di ore...

**Annuccia** Domenica, 27 Settembre 2015 14:38

Rossana il tango non mi piace proprio, la musica mi è angosciosa. Poi, figuriamoci, troppo sensuale per i miei gusti. 😊 meglio una bella salsa

**nico26** Domenica, 27 Settembre 2015 12:07

Buona domenica a tutti/i., Non vindico.come sto ma potete immaginare

Poi al lavoro ho saputo che vi è stata una fortissima discussione con un dipendente di cassa.Noooo 🤮  
Che casino 😞.Vediamo cosa succederà.Certo e che quando tiri tiri la corda prima o poi spezza. 😞  
.Speriamo che si mettano a posto.Vi voglio bene.

**Simona** Domenica, 27 Settembre 2015 11:53

Io sono l'esempio della scapigliatura stamani.... ho i capelli di una leonessa isterica.... 😄😄😄

**Simona** Domenica, 27 Settembre 2015 11:50

Ross.... avrai il tuo thè fatto con cura e amore.. 😊 come va con la stanchezza dei giorni scorsi?  
Lile bravissima!!!! Vedrai che forza ricaverai dal nostro incontro a Ferrara. .. 😄

**rossana** Domenica, 27 Settembre 2015 10:39

LILE brava che ce l'hai fatta....  
Bravissima

**lile** Domenica, 27 Settembre 2015 10:36

Buongiorno a tutte!! 😊 Ieri per me è stata una giornata molto difficile... ho avuto il primo attacco violento di mal di testa da quando ho iniziato con i triptani... e ho scoperto che, su questo, non hanno effetto! Che rabbia, che spavento, che ansia... ma Lara aveva ragione, e dopo aver fatto il suo corso è passato... lasciandomi stordita e sfinita, ma il mostro è andato via... permane un lievissimo dolorino che, in confronto a ieri, è un leggero solletico 😊  
Leggervi mi dà molto conforto, sapere che non sono sola mi fa stare meglio, quindi grazie... non vedo l'ora di conoscervi al convegno!

Non so nulla di meditazione ma mi piacerebbe almeno imparare qualcosa sul controllo della respirazione e sul training autogeno... certo che siete fortissime! 😎

**rossana** Domenica, 27 Settembre 2015 10:25

PAULA sei grande.

Sinceramente se dovessi in questo momento definire la Scapigliatura non lo saprei fare.

Ripasserò perché come diceva un mio insegnante: se non sai definire una cosa non la possiedi, cioè non la sai.

Poi ci guardo bene, così vengo a Ferrara preparata 😎

**paula1** Domenica, 27 Settembre 2015 10:22

ROSSANA il tomo da un kilo l'ho comprato alla fine...l'ho preso alla biblioteca per vedere com'era...poi l'ho cercato anche scrivendo alla casa editrice a Caltanissetta..è un libro divenuto raro...l'ho trovato su EBay e ho provato...costava tantissimo, ma si poteva fare una offerta e io ho buttato lì una cifra...ho trovato una persona davvero seria e in una settimana ho pagato e mi è arrivato il libro...usato, ma messo benissimo...

è "Storia della Scapigliatura"...un pezzo da novanta per la mia collezione... 😊😊😊

**rossana** Domenica, 27 Settembre 2015 10:21

Si SIMONA troppo bella, da non sembrare vero.

E meno male che hai risposto al richiamo tu che come fai il the' non lo fa nessuno 😊

**Simona** Domenica, 27 Settembre 2015 10:20

Ross... che bella l'immagine di noi che ci facciamo il the e parliamo di meditazione... 😊😊 tra meno di 2 settimane saremo proprio lì a farlo... ne sono entusiasta... 😊😊

**rossana** Domenica, 27 Settembre 2015 10:20

PAULA dimenticavo di dirti che mi è dispiaciuto sentire come sei stata male per quanto accaduto al lavoro.

Ormai credo e mi pare di sentire tu abbia razionalizzato la questione.

E per esserci passata posso dirti che ti capisco ma non sei stata tu la causa quindi non devi struggerti.

Di alla collega che ti attribuisce più potere di quanto tu non sappia di avere.....

Anzi non pensarci e non fasciarti la testa prima ancora di aver visto il calendario.....ce la farai anche quest'anno 😊

Però lotta per venire al convegno, quello sì.

**rossana** Domenica, 27 Settembre 2015 10:16

PAULA tu poi leggi anche tanto e questa è già una gran pratica, cavoli.

Anche perché mi par di capire che leggi cose di livello.

A Ferrara sarò curiosa di sapere di cosa tratta il famoso tomo di letteratura da 1 Kg. in su.

E sempre a Ferrara le nostre amiche meditanti ce ne parleranno mentre "ci facciamo" il thè 😊😊

**rossana** Domenica, 27 Settembre 2015 10:13

FEFFE meno male che l'hai spiegato con parole tue ..... 😊

Sei stata efficace ed hai reso l'idea.

PAULA io penso che questa pratica che tanto affascina anche me si raggiunga, se lo si vuole, per gradi a piccoli passi.

Io non pratico che la respirazione consapevole, o mindfulness o che dir si voglia.

La inserisco tra gli esercizi di ginnastica o la faccio a letto la sera se non dormo o la mattina dato che mi ritrovo sveglia presto e spesso con già l'ansia incorporata.

Mi capita di prolungarla proprio perché mi perdo un po e non è male, aiuta.

Da lì a meditare ce ne passa ma va comunque bene e non dimentichiamo mai che ognuno di noi trova la propria strada per scaricare e "centrarsi" e secondo me vanno tutte ugualmente bene, basta che funzioni come insegna Woody.

**rossana** Domenica, 27 Settembre 2015 10:08

ANNUCCIA ieri sera alla radio ho sentito di una festa in Piazza Vittorio, dedicata al tango argentino. Mi sono detta: chissà se Annuccia si mette avanti coi lavori.....ma essendo un ballo di coppia e di una certa intensità l'ho escluso 😊

**rossana** Domenica, 27 Settembre 2015 10:06

Buongiorno a tutte,  
forza ANNUCCIA...dai che ce la fai.  
Ti penso spesso col nido vuoto, è cosa di cui sento dai miei fratelli e amici vari. E' cosa diffusa ma bravi bravi sono i genitori che lasciano andare i figli 😊  
Buona festa dai tuoi e per domani ognuna di noi sa quel che deve fare, purchè si impegni al massimo.

**Simona** Domenica, 27 Settembre 2015 09:55

Paula a te che piace leggere se vuoi ti do qualche titolo che mi ha passato Feffe... io ..come lei..medito senza mantra... non ho tempo di andare a yoga e la mia meditazione è solo ed esclusivamente fatta sulla concentrazione e presa coscienza del mio respiro... la faccio ovunque e in qualsiasi momento... quando cucino.. quando mangio.. quando guido la macchina... è molto rilassante e cmq in questi libri c'è proprio una ricerca di un modo di vivere completamente diverso da ciò che la società moderna impone. . lo ho imparato a vivere il momento ....il qui e ora... invece di pensare al domani e farmi ansie e pensieri cerco di assaporare l attimo... per vivere più intensamente il presente...

Feffe mi spiace tu sia messa come me... 😞 Spero almeno che anche tu ti sia divertita ieri .. 😊

**mamma\_lara** Domenica, 27 Settembre 2015 09:36

Scusate ma sto facendo la pappona per gli ospiti.  
Tagliatelle con gli spinaci fatte con farina integrale di un grano coltivato nella nostre terre alla riva del po'.

**mamma\_lara** Domenica, 27 Settembre 2015 09:32

Feffe, medito da più di 35 anni ormai e ho raggiunto uno stato che molte volte sto in meditazione anche quando ho periodi di attesa abbastanza lunghi.  
Non so ma io non saprei meditare senza il mio mantra. Forse la mia è diversa dalla tua. però il risultato è lo stesso.  
Ma resta il fatto che io non sarei mai capace di insegnare a qualcuno la meditazione e neppure i training autogeno nonostante faccia queste due pratiche da una vita.

**paula1** Domenica, 27 Settembre 2015 09:32

FEFFE81 grazie della spiegazione...è comprensibile, ma io su questa materia (come sulla filosofia) sono di una ignoranza abissale...forse dovrei leggere qualcosa, ma mi è difficile..è più utile quando qualcuno spiega...cioè riesco a capire meglio un parlato piuttosto che uno scritto...una amica di Napoli mi aveva mandato dei video di You Tube, magari con un po' di calma potrei anche rivederli... e leggevo proprio in questo momento di una bella iniziativa, ma è a Roma..si chiama "MediTiamo Roma"...

CRI69 ok la cornice d'argento direi che è superata 😊😊 però ci sono le cornici digitali...se poi deve esserci dell'argento nel regalo dipende da che tipi sono gli sposi... 😊

**Piera** Domenica, 27 Settembre 2015 09:30

Cri io in queste occasioni, regalo sempre una lampe berger, la lampada base ha pure il tappo color argento!!!! di solito piace....recentemente ne ho presa una per due sposini novelli che nel ringraziare mi hanno mostrato di avere apprezzato moltissimo il regalo , insomma non e' stato un semplice grazie 😊

**paula1** Domenica, 27 Settembre 2015 09:21

Buon giorno a tutti...qui sole bianco...forse dopo andiamo alla Sagra della patata...dipende quando il ghiro si alza...io stanotte non ho nemmeno visto il letto, ma solo il divano...ieri sera siamo usciti con la coppia col marmocchio Andrea...ci siamo sorbiti un intero concerto di filuzzi 😊😊 quelli con l'orchestra e la cantante "attempata", ma vistosamente agghindata da giovane con chioma bionda, minigonna e calze a rete.. 😊😊, per fortuna c'era anche un piano bar con uno che conosciamo da

30 anni e fortunatamente ha "svecchiato" il repertorio e beno o male 😞 ha fatto anche le canzoni di Ligabue 😞😞  
per fortuna una collega un po' più amica (la prima conosciuta 10 anni fa e che è stata in sala operatoria 10 anni e ora è in Medicina) mi ha mandato qualche messaggio per tirarmi su di morale.... domani, che mi hanno lasciato a casa, volevo andare a prendere i turni, ma a dire la verità potrei solo telefonare e basta !

**Annuccia** Domenica, 27 Settembre 2015 09:21

FEFFE, molto interessante. Sarebbe utile anche a me.

**Annuccia** Domenica, 27 Settembre 2015 09:19

Buona domenica a tutti! sto cercando di essere "leggera" ma poco riesco..... CRI69, ora ci penso... Oggi festeggiamo a casa dei miei Alessia, i miei genitori la scorsa settimana non erano potuti venire alla sua "festina" e quindi oggi mangiamo la torta con loro, naturalmente siamo in "formato ridotto". Domani giornata difficile accompagno mia sorella in clinica.

**cri69** Domenica, 27 Settembre 2015 09:04

Buongiorno gente, buona domenica. Ho appena finito di fare colazione, un pò di dormitina in più ci voleva anche se alle 5.15 ero sveglia mi sono detta no stamattina si sta a nanna. Vediamo di fare un pò di cosette con calma e nel pomeriggio devo proprio stirare. Datemi un consiglio, domenica si festeggiano i 25 anni di matrimonio di mia sorella e non so cosa prenderle, non volevo la solita cornice d'argento scontata....

**feffe81** Domenica, 27 Settembre 2015 08:55

PAULA la meditazione è uno stato di coscienza. Praticando la meditazione ci si allena a dimorare in quello stato in cui non ci si identifica più con la mente e con i pensieri della mente, ma si è testimoni silenziosi di ciò che accade, nel corpo e fuori, senza giudizio. La meditazione che pratico io, a differenza di Lara, non prevede l'utilizzo di un mantra. Andando avanti nella pratica si diviene sempre più consapevoli di sé, dei propri processi, si sperimentano anche paure profonde come quella della morte. Gli effetti della meditazione vanno oltre la durata della pratica, man mano che ci si allena coinvolgono gli aspetti della vita quotidiana. Gli "illuminati" stanno costantemente in meditazione, in piena presenza mentale, anche svolgendo attività.

Te l'ho detto un po' con parole mie.

**feffe81** Domenica, 27 Settembre 2015 08:48

SIMONA a parte che io non ho il ciclo per il resto siamo sincronizzate

**feffe81** Domenica, 27 Settembre 2015 08:47

Buongiorno a tutti. Stanotte mi sono svegliata col mdt, mi sono preoccupata parecchio perché il dolore era diverso dal solito... ho aspettato un po' di calmarmi e pian piano è calato. Poi si è fissato nel solito posto per cui ora ho deciso di prendere il triptano.

**Simona** Domenica, 27 Settembre 2015 08:46

Buongiorno adoraro forum 😊 .. oggi mdt... già da un po... preso triptano ma niente effetti.... ora ho mangiato 2 crepes.. prendo caffè doppio e mi ributto in letto.. ciclo arrivato... ieri sono uscita e tornata dopo l'orario che la mia testa mi concede e oggi ovviamente la pago... pazienza.... era prevedibile.... per fortuna che è domenica e che ieri ho fatto tutto quello che dovevo fare in casa... così oggi posso fare la posizione della mummia sul letto... 😊

Buona domenica a tutti voi

**mamma\_lara** Domenica, 27 Settembre 2015 08:01

Buongiorno a tutti e buona domenica.  
Oggi ho a casa la figlia di Gabriele 😊

**mamma\_lara** Sabato, 26 Settembre 2015 20:29

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

**mamma\_lara** Sabato, 26 Settembre 2015 20:28

Maria, capisco che ti devo girare al largo. 😊😊😊

**mamma\_lara** Sabato, 26 Settembre 2015 20:25

Annuccia, quanto è vero. Mi spiace cara. Spero insieme a te che sia felice e che il lavoro lo soddisfi. Quando avevo i ragazzi tutti in casa, mica avevo tre figli, ne avevo 6 perchè il fidanzato e le fidanzate erano praticamente a casa mia in pianta stabile. Senza trascurare che la casa era anche piena di amici e io toccavo il cielo con un dito con tutti sti ragazzi per casa. Poi hanno preso ognuno di loro la loro strada e io sono rimasta da sola. Che fatica 😞😞

Ma dobbiamo pensare che va bene così, se va tutto bene è così che deve andare. 😊

**mamma\_lara** Sabato, 26 Settembre 2015 20:20

Piera, sei troppo forte 😊😊😊😊😊

**Piera** Sabato, 26 Settembre 2015 20:07

Paula . accidenti che potere che hai, in casa di cura!!!! 😞 tutto dipende dalle tue richieste 😞😞 e tu che pensavi di non essere abbastanza considerata 😞

**Annuccia** Sabato, 26 Settembre 2015 18:16

Buon sabato a tutti!

tornata a Roma. Stamani mare, la spiaggia era tutta per noi, che bello!! i miei dolori ci sono sempre ma prima o poi spero passino. Non sono dolori nuovi..... Roberto ed io siamo qui in camera a cominciare a fare gli scatoloni della roba di Andrea Gliela porteremo appena possiamo. Le chiavi di casa gliele danno lunedì. Che magone!!!!!! spero che presto sia contento. FEFFE, spero che Roberto non debba andare a Milano, è una lontana ipotesi, se poi così fosse sarebbe per un breve periodo ed il venerdì tornerebbe a casa.

**Maria9195** Sabato, 26 Settembre 2015 16:29

Ciao a tutti...oggi non mi sopporto, mi do fastidio da sola.... non riesco a sopportare neanche l'attacco di emicrania ..... sono abbastanza scazzata 😞😞😞 .....

**mamma\_lara** Sabato, 26 Settembre 2015 16:23

Sto facendo mille cose in una volta e si vede. Scrivo peggio del solito 😞😞😞

**mamma\_lara** Sabato, 26 Settembre 2015 16:21

Paula, per la meditazione non so proprio cosa dirti, sai che non sarei in grado di aiutarti. Anni e anni fa io sono andata da un maestro e solo lui un maestro sarà in grado di darti un mantra che vada bene per te. Io proprio non ne sono capace e neppure mi ci metto. Meditare è una cosa molto seria e lì mica bisogna improvvisare. Non sarei in grado di gestire poi la tua meditazione nel caso tu avessi dei problemi.

Ma questo è quello che hanno insegnato a me anni e anni fa. Forse Feffe che è più giovane e più capace chissà se sarà in grado di aiutarti.

**mamma\_lara** Sabato, 26 Settembre 2015 16:16

Agnese, lavoro faticoso il tuo, ma alle volte può fare la differenza per una persona ricoverata in ospedale.

Io ho avuto la fortuna di incontrarne di ottime negli ultimi 3 anni e nonostante io viva l'ospedale con un luogo di detenzione, queste ragazze hanno sempre reso il mio piccolo ricovero assolutamente dolce.

Sapessi come le ho ringraziate. Poi non ti dico che pensieri buoni faccio per loro.

**feffe81** Sabato, 26 Settembre 2015 16:14

Oggi ho avuto l'imbianchino che finalmente ha sistemato il soffitto del bagno che tra umidità e terremoto era tutto scrostato. Ora aspetto la mia amichetta, staremo insieme fino a stasera 😊 Nei giorni scorsi ho avuto un bel po' di rabbia che mi è esplosa dentro...ora meglio. Dalla psicologa tutto bene, siamo d'accordo che non ci vado più ma se ho bisogno lei c'è.

ANNUCCIA una vera migrazione di tutti i tuoi uomini 😞

CRIS83 in bocca al lupo per la tua festa, mi piace l'entusiasmo che metti in queste cose, è contagioso! mi spiace per l'insonnia...anche per me è deleterio andare a letto più tardi del solito infatti cerco

sempre di limitare e a volte prendo qualcosa per dormire...

PAULA mi spiace sentire che ti dai colpe per cose che non hai fatto tu direttamente...non è che l'hai spostata tu la collega eh come magari non sei l'unica che ha fatto richieste

**mamma\_lara** Sabato, 26 Settembre 2015 16:12

Alcun persone

Feffe è proprio fondamentale allontanarle. 😊😊😊

Grazie per avermelo ricordato.

Per fortuna io sono diventata bravissima a sgattaiolare 😊😊😊😊

**mamma\_lara** Sabato, 26 Settembre 2015 16:05

Che bravo ragazzo, ma bravo bravo, fossero tutti così i dipendenti Telecom. Mi ha dato indicazioni utili e ci stiamo lavorando. Il problema è in casa, ci guarderemo quando avrò un attimo. 😊  
Ora ho da fare.

Però anche la ragazza del call center di ieri è stata proprio gentile e comprensiva. 😊

Dovrebbe essere la regola, invece non è così. Però stavolta sono stata proprio fortunata 😊

**feffe81** Sabato, 26 Settembre 2015 16:02

Ciao a tutte e un caloroso benvenuto alle nuove!

LILE anche io sono emicranica e per fortuna senz'aura. La mia storia è simile alle altre nostre storie, io però non ho attacchi troppo frequenti quindi non mi è successo di abusare dei farmaci. Sono stata aiutata tantissimo dal forum: ho accettato l'emicrania come una parte di me, ho insegnato alle persone a me più vicine come avevo bisogno si comportassero quando sto male, ho visto che si può sopravvivere ad attacchi forti e lunghi quando i triptani non fanno effetto, ho imparato a pensare che nessun impegno è irrinunciabile e quindi io faccio programmi e prendo impegni, poi al massimo sto male e rinuncio all'ultimo momento. Facendo meditazione e ascoltandomi ho notato tanti fattori che per me sono trigger per l'attacco e li evito (alcuni cibi, il non rispetto degli orari dei pasti e del sonno, alcune persone 😊 )

**mamma\_lara** Sabato, 26 Settembre 2015 15:00

Sta arrivando il tecnico Telecom per vedere il guasto al telefono

**mamma\_lara** Sabato, 26 Settembre 2015 14:58

Paula, come ti capisco, io sopporto meno i dolori dell'anima che quelli fisici.

Sai che la penso come Simona.

Lascia perdere e pensa a te.

Faccio lo stesso errore io e mi va sempre male. Mi lascio commuovere dalle lacrime poi quando è il momento zacchete che arrivano coltellate a destra e manca. Lascia perdere e vedi cosa ti viene meglio. Tanto mica hai fatto male a nessuno.

Fausto per oggi può andare a fare un giro anche lui per non dire altro. Insomma, stai già male e lui che fa.... ti tira i "calci".

Alle volte la paura della solitudine ci fa accettare condizioni che dovremmo rifiutare a piene mani. Scusami cara. Ti voglio bene.

**Simona** Sabato, 26 Settembre 2015 14:17

Agnese.... anche a me in gravidanza mi è stato detto che l'unico farmaco concesso era quello.. ma avendo effetti su di me come pari a zero ho evitato anche quello. 😊 spero proprio tu abbia una gravidanza serena....

Paula..mi spiace tanto... mi viene da dire che un po di sano egoismo ci vuole... io penserei a te e ai tuoi turni.. ciò che succede ai tuoi colleghi non è affar tuo.. poi credi che questa collega se avesse avuto delle agevolazioni si sarebbe fatta dei problemi per te se ti avesse messo in difficoltà? lo dubito fortemente.. non mi sembra una gran amica se il sabato ti ammorbata con i suoi problemi scaricando colpe su di te per decisioni prese da altri.. perché tu avrai fatto anche la tua richiesta ma a decidere non sei stata tu.... lascia andare le cose così. ... almeno.. questo io ti dico poi fai come ti fa star bene... ma tu devi pensare a star bene te.... non a far star bene gli altri...

**paula1** Sabato, 26 Settembre 2015 13:57

Buon pomeriggio a tutti...sono fortemente giù di morale anche dopo una telefonata con una collega che mi ha buttato addosso di tutto, perchè a causa mia, hanno spostato anche lei.....io ci sono

rimasta male perchè non credevo che chi non aveva fatto richieste venisse spostato...e me ne ha dette di tutte i colori...non so a questo punto se andare a chiarire col direttore o starmene zitta...

AGNESE lavoro in ospedale, ma sono un operatore socio sanitario...ho la qualifica da 10 anni dopo un corso regionale di un anno

Inoltre ho anche avuto una discussione con Fausto tanto per rincarare la dose.....  
scusatemi tutt, so che mi odierete, ma oggi se avessi avuto una emicrania non avrei sofferto così.. 😞

**Agnese86** Sabato, 26 Settembre 2015 13:45

Buon pomeriggio è tutto il forum ... Scusate l'assenza dovuta un po al lavoro un po agli impegni di gravidanza 😊 questa settimana è stata durissima ... Il mio medico mi ha consigliato di prendere solo paracetamolo e quando strettamente necessario , così ho fatto , solo una sera colta anche da nausea e vomito ho provato a prenderlo ma nessun risultato... Spero solo che con l'avanzata delle settimane inizi a sparire, come mi è stato detto da alcune altre mamme che ne soffrivano, per loro la gravidanza è stato l'unico periodo in cui non hanno avuto attacchi! Magari la fortuna è dalla mia parte! 😞 .

Paula mi è sembrato di capire che forse facciamo lo stesso lavoro:infermiera anche tu?  
I turni di notte sono massacranti è vero ... Si torna a casa sempre con la testa che pesa 100kg di più

**cri69** Sabato, 26 Settembre 2015 12:21

il mio dolorino di ieri sera ora si è trasformato in una stupenda emi...cara lei 🤢.Vado a nanna un pochino e poi mi farò un altro quintalino di pere... 😊

**lile** Sabato, 26 Settembre 2015 12:07

Buongiorno.. oggi va malissimo.. sveglia dalle 7, dolore fortissimo e nausea terribile... ho preso l'auradol un'ora e mezza fa e ancora nessun effetto... mi viene da piangere e il dolore non fa che aumentare....

**paula1** Sabato, 26 Settembre 2015 09:59

MAMMA LARA io la meditazione non so nemmeno cosa sia...certo potremmo parlarne a Ferrara, ma la ragione della mia super arrabbiatura è che i giorni che ho chiesto per partecipare al Congresso sono fortemente messi in discussione dal nuovo turno che partirà dal primo di ottobre...e intanto le mie ultime 4 notti, che sono poi nel mio turno di settembre, già sono in discussione (solo che vado a debito orario e la busta questo mese sarà una disperazione) e lunedì mi lasciano a casa perchè ci sono solo 5 pazienti e l'ultima chissà perchè dovrei già subentrare nel turno diurno...per non parlare poi di come si stanno comportando i colleghi perchè è molto meglio se non ci penso.... 🤢

**mamma\_lara** Sabato, 26 Settembre 2015 09:22

Paula, meditazione meditazione. Non immagini ma aiuta tantissimo.  
Forza cara.

Anche a Ferrara sembra ci sia il sole, almeno nel pezzetto di cielo che vedo c'è.

Meno male, uscire con la pioggia è un po' rischioso per me che scivolo e inciampo anche nella mia ombra.

**mamma\_lara** Sabato, 26 Settembre 2015 09:20

[Questa signora rispecchia perfettamente quello che siamo noi](#)

**paula1** Sabato, 26 Settembre 2015 09:20

Buon giorno a tutti....qui sole...e io sono 🤢🤢🤢🤢🤢🤢🤢🤢🤢🤢🤢🤢🤢🤢🤢🤢🤢🤢🤢🤢🤢🤢🤢

**mamma\_lara** Sabato, 26 Settembre 2015 09:15

Qui si "cura" la persona non la malattia. A curare la malattia ci pensano i medici. Noi pensiamo all'anima.

Tiziano Terzani diceva: Noi non accettiamo che la nostra vita abbia in se la sofferenza, non ci piace ... allora pasticche contro questo, iniezioni contro quell'altro, droga, gioie effimere ... per

nascondere la verità che accanto al piacere c'è la sofferenza ..." ... "non è la cura che io cerco per la mia malattia ma la GUARIGIONE, e la guarigione è la ricostituzione dell'equilibrio"  
Grazie Lidia per questa frase. E' bellissima e mi serve ancora tanto.

**mamma\_lara** Sabato, 26 Settembre 2015 09:01

Nico, poi con tuo cognato li che rimane fino a metà ottobre non saprei proprio come fare per consolarti. ma pensa che poteva venire anche la cognatina, così ti consoli 😊😊😊

**mamma\_lara** Sabato, 26 Settembre 2015 08:59

Nico, forza carissima, che poi una volta che avrai raggiunto la menopausa avrai ancora MDT e anche le vampate di calore.

Ma sarò brava a consolare 😊😊😊

**mamma\_lara** Sabato, 26 Settembre 2015 08:56

Simona, da copiare il tuo messaggio. Solo una piccola correzione però. Il forum non siamo "voi" ma siamo "noi". Sei anche tu cara parte di questo bellissimo progetto. ♥ ♥ ♥

**nico26** Sabato, 26 Settembre 2015 08:47

Buon sabato sabato a tute/i

Ciclo arrivato e oggi sono ko. 😞 Guardiamo avanti dai pure.Che 😞 dolor

**Simona** Sabato, 26 Settembre 2015 08:31

Buongiorno adorato forum 😊😊 finalmente sabato...stamani sono sola e farò un po di cosine in casa... poi pranzo dai miei che Mattia è lì. .. stasera invece ho una cena per festeggiare i 50 anni di una mia cara amica...ciclo in arrivo... spero non faccia troppi danni....

Anche io mi unisco a chi di voi ha scoperto qui che l abuso di farmaci non andava affatto bene.... certo razionalmente è una cosa quasi logica ma se i neurologi una volta dicevano che appena si sentiva il sentore del mdt bisognava calar giù un bel triptano io mi son sempre fidata.... ci sono stati mesi che sono arrivata anche a 19.... ma come stavo??? Non di certo bene.... era una vita non vissuta... sempre anebbiata .ero giovane e quindi negli attimi di benessere vivevo a mille per recuperare,ma non era vita.... ormai è andata così. ... gli anni della gioventù sono sopravvissuta come meglio potevo in quel momento....

L ansia dell attacco seguente invece l ho sempre avuta fino a poco tempo fa.... quella fa si dei bei danni.... perché anche quando si ha la testa libera si è sempre in allerta! Non si ci gode i momenti in cui la testa fa la brava ma si vive nel terrore del ritorno del maledetto .... ora vivo decisamente meglio... penso sempre che se arriva il mdt arriva.... in qualche modo si fa.... in quei mesi dove picchia di più cerco di non abusare di triptani,ma se eccedo nel numero che mi sono "auto" concessa non mi voglio neanche sentire in colpa... si fa come si può. .. solo è importante secondo me essere consapevoli dei limiti anche nell assunzione di farmaci..... della serie: so che non devo prendere più di Tot trip al mese. .. questo mese ne ho preso 2 di più. .. vediamo di far meglio nel prossimo....e poi per me fondamentale il pensiero che dei giorni posso anche fermare il "mio" mondo e scendere.. non vivere la giornata. .. se il dolore c è ,prendo pastiglie, ma poi torna, ecco io non mi accanisce, gli lascio farei suo corso, se è troppo forte sto a letto, altrimenti faccio piccole cose che non mi affaticato , mi occupo e non mi preoccupo,come dice la nostra Annuccia.... ma per arrivare fin qui ci son voluti anni e ancora ho tanto ma tanto lavoro da fare.... il merito è del forum... si certo, è tutto vostro.... prima mi avete fatto vedere la strada giusta e poi mi avete supportato e sopportato nel lungo cammino.... il forum e la cura migliore,il sostegno e la condivisione del dolore, l empatia che abbiamo qui.... la solitudine fa troppi danni e ti fa credere che gli unici alleati siano i farmaci.....

Buon sabato a tutti, mi vado a fare un doppio caffè. .. 😊😊

**mamma\_lara** Sabato, 26 Settembre 2015 06:58

Sto mandando giù dei magoni cara Cri che la tastiera mi sembrerà acqua fresca da digerire. 😊😊  
😊😊

**cri69** Sabato, 26 Settembre 2015 06:26

LARA un pochino indigesta .....poi malox

**mamma\_lara** Sabato, 26 Settembre 2015 06:09

Buongiorno a tutti.

Cri, io mangerei anche la tastiera 😄😄😄

**cri69** Sabato, 26 Settembre 2015 05:53

Buongiorno....scusate mi mangio le lettere,nonostante abbia appena fatto colazione 😄😄

**cri69** Sabato, 26 Settembre 2015 05:52

Buongiorno gente,oggi dovrebbe essere l'ultimo gg,non ne posso più,sono stanca stanca.Anche ieri sera sono andata a letto con un leggero mdt per fortuna non ha avuto conseguenze.

Mi associo alle amiche che hanno detto che hanno scoperto qui l'abuso.Anche per me è stato così .Sono approdata al forum con 20/25 attacchi e altrettanti trip,il medico mi diceva di prenderlo al primo avviso...nessuno mi aveva parlato di abuso così sono entrata nella cerchia delle croniche .Cambiando medico,fidandomi di quello che mi consigliava e approdando al forum sono arrivata a circa 6/8 attacchi mensili...benone per me.Il lavoro però era appena cominciato...

**Cris83** Sabato, 26 Settembre 2015 02:11

Notte e sogni d'oro ♥

**Cris83** Sabato, 26 Settembre 2015 02:10

Annuccia mi dispiace per i dolori..

**Cris83** Sabato, 26 Settembre 2015 02:09

Non riesco a dormire nemmeno stasera.

Vero mamma Lara.. Prima non lo dicevano.. Alle prime visite a cui sono andata nessuno parlava di abuso di farmaci! Ma non so.. non lo dicevano perché non lo avevano ancora capito?

**mamma\_lara** Venerdì, 25 Settembre 2015 21:13

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

**Cris83** Venerdì, 25 Settembre 2015 18:56

vado.. anche stasera preparativi per domani!!!

un abbraccio e buona serata..

**Annuccia** Venerdì, 25 Settembre 2015 18:50

Sono a santa. Temperatura ideale , peccato che ho tanti dolori, non lo avevo scritto in settimana per non ammorbarvi. Per il ballo vedremo .

Sono stesa sul letto per riposarmi e poi andare a cena.

**mamma\_lara** Venerdì, 25 Settembre 2015 18:28

Annuccia, se organizzi una serata al ballo, veniamo tutte e io bado alle borse 😄😄😄

**mamma\_lara** Venerdì, 25 Settembre 2015 18:27

Lila, c'è da dire che più sintomatici usiamo, meno sopportiamo il dolore. Sono loro che ci rendono più sensibili al dolore.

**mamma\_lara** Venerdì, 25 Settembre 2015 18:25

Bisogna fare una precisazione che non viene mai fatta, chissà, forse per il poco tempo che chi ci visita a disposizione o per altro che non so ma alle volte non viene detto di fare attenzione, perchè non è che spieghiamo quanti antidolorifici ci facciamo al mese. Anni fa forse non erano così diffuse le conoscenze dei danni che facevano sul MDT prenderne più di un tot di questi farmaci. Ora però se lo si dice non penso ci sia uno specialista che non mette in guardia ai danno che possono arrivare da un uso eccessivo di questo tipo di farmaco.

**mamma\_lara** Venerdì, 25 Settembre 2015 18:21

Rossana, tu lo chiami refuso, per me invece è una chiusura che ci può stare.

**lile** Venerdì, 25 Settembre 2015 18:16

Cris83, Rossana, grazie per avermi raccontato la vostra esperienza, sono tutte informazioni preziosissime per me... sono sempre stata abituata fin da piccola a non lasciare che il mal di testa

esplodesse perché poi l'antidolorifico non avrebbe fatto effetto... che da un lato può anche essere vero, ma quando poi vedi che diventano tutti acqua fresca cominci a chiederti se va bene prenderne così tanti... il mio ragazzo studia medicina e mi ha sempre rimproverato per questa brutta abitudine, dicendo che mi sarei bucata lo stomaco andando avanti così! Mi ha convinto lui a parlarne col medico... sono stata stranamente felice di scoprire che questo mostro che mi vive in testa abbia un nome... non sapete quante volte ho pensato che fosse colpa mia, che ho una sopportazione del dolore molto bassa... invece non sono ancora diventata matta, è emicrania... imparerò a gestirla comunque, sono fiduciosa! Buona serata a tutte! 😊

**Piera** Venerdì, 25 Settembre 2015 17:50

Annuccia se poi con il ballo e senza marito ti passerà' il mdt, come la mettiamo?????? 😊😊 .....

**rossana** Venerdì, 25 Settembre 2015 17:27

Evvai ANNUCCIA.....avanti col tacco 12 e tutto il resto 😊

**rossana** Venerdì, 25 Settembre 2015 17:26

L'ultima frase è un refuso..... 😞  
Cosa vera però

**rossana** Venerdì, 25 Settembre 2015 17:24

AGNESE ma che bello....abbiamo una giovane mamma in attesa 😊

Io non so darti consigli per quanto riguarda la gravidanza non essendoci mai passata.

Ma dalle amiche ne arriveranno altri e comunque stando con noi farai tuo anche un nuovo modo di "convivere" col mal di testa.

Non è facile ma nemmeno impossibile.

LILE io che ho 55 anni e sono in menopausa da ormai 5 anni solo tre anni fa o giù di lì ho trovato questo forum.

Quindi durante il periodo in cui il MDT picchiava forte e spesso mi sono barcamenata come tanti tra molti medici e altrettanti farmaci.

Lavorando tutto il giorno anche io avevo la paura di cui parli tu e all'inizio anche il MDT da week-end perché il cambio dei ritmi spesso lo fa.

Ad un certo punto però i MDT erano così frequenti che era difficile abbinarli ad alcunché e poiché nessuno mi aveva mai detto che i sintomatici possono causare MDT da rimbalzo io li assumevo e in quantità.

Ero arrivata a 15 al mese e poi e poi forse anche oltre certe volte.

Quando mi sono affacciata su questo forum ero nel periodo nero in cui gli ormoni ballerini mi davano mal di testa continuo e mi ero resa conto che ad un certo punto il triptano funzionava sì e no un'ora per poi arrivare a non avere alcun effetto.

Per fortuna ho trovato questo forum grazie al quale ho capito dalle amiche una prima cosa importantissima per me: sì, era possibile anche stare sempre male quindi ero "normale".

Poi col sostegno di chi qui lasciava le proprie fatiche e i risultati buoni e non ho iniziato a diradare i sintomatici, lasciando che il MDT facesse il suo corso.

Mi lasciavo andare a questi attacchi lunghi con qualche volta l'aiuto al massimo del paracetamolo da 1000 che sortiva ben poco effetto ma in alcuni momenti anche una mezz'ora di leggera attenuazione e maggior sonnolenza che un po' stordisce andava bene.

Ora in menopausa ho meno attacchi ma quelli che mi arrivano in linea di massima me li tengo grazie anche al fatto che non lavoro più.

Sarò contenta di vederti a Ferrara dove sentirai le varie campane di questa famiglia e tutto ti sarà prezioso.

E all'epoca i neurologi mi diceva che era inutile aspettare a prenderlo

**Cris83** Venerdì, 25 Settembre 2015 17:11

Benvenuta alla quasi neo mamma AGNESE!!

PAULA quindi a quanto ho capito non fai più le notte giusto? Beh dai.. bene!!

Già vero.. mi avevi già detto dei cuccioli labrador.. si si chiedi pure! No di fretta non ne ho.. poi voglio fargliene fare più di una. Avrei trovato una interessata ma a napoli.. che non è proprio molto

comodo! Anche se mi ha detto che sarebbe disposta a venire in qua. Poi la ricontatterò .. aspetto per essere sicura l'esito delle lastre di tango, i labrador soffrono molto di displasia e anche se dovrebbe essere tutto ok aspetto la conferma. Prima di una cucciolata meglio sempre essere sicuri di problemi genetici per non rischiare di far nascere cuccioli con problemi. Che c'è ne sono già abbastanza di proprietari incompetenti che lasciano al caso tutto e poi i canili sono pieni!

**Cris83** Venerdì, 25 Settembre 2015 16:50

LILE come dice mamma lara consigli e difficile darli.. io posso fare il mio dicendoti come me la cavo, anzi meglio dire NON me la cavo! Io sono finita molte volte in abuso di farmaci, con più di 15 analgesici al mese, tra virdex e triptani. Non volendo più finirci mi sono data un limite al mese e cerco di non superarlo, ma non sempre ci riesco. C'è da dire che la mia emicrania ora va leggermente meglio, a parte questa settimana. Ma voglio dare la colpa al ciclo e sperare che la prossima sia meglio.

Sono anche fortunata da un punto di vista lavorativo, lavorando in una ditta di famiglia posso regolarmi, mi sono ridotta il contratto a un part-time perché non riesco a fare otto ore, ora le ore che devo fare più o meno riesco a farle sempre! Ma lo stipendio è quello che è e vorrei cercare di ritornare a riuscire a fare otto ore al giorno. Ma ho comunque uno stipendio fisso a tempo indeterminato.. che è molto visto il periodo!

A me non fa differenza se tra settimana o fine settimana se deve venire viene. Cmq ho notato che se torno tardi la sera e dormo un po' di più la mattina e al 100% assicurato. Quindi cerco di fare orari più o meno uguali.

Anche a me comunque la cosa che mi frega sempre è la paura! Mi addormento la sera con il terrore di stare male la notte o al mattino.

In ogni caso benvenuta di nuovo, qui ti troverai sicuramente bene.. e sono felice di conoscerti al convegno!

**mariagrazia** Venerdì, 25 Settembre 2015 16:40

Benvenuto a tutti i nuovi iscritti al forum. Spero possiate tutti trovare benefici nel condividere il dolore.

**Annuccia** Venerdì, 25 Settembre 2015 16:40

Piera, sai che rischio anche la sua dipartita per Milano? Sto guardandomi intorno per andare a ballare almeno una volta a settimana 😊

**Piera** Venerdì, 25 Settembre 2015 13:26

Annuccia allora vuoi proprio tutti fuori di casa??? 😊😊 tientelo stretto Roberto!!! vicini vicini 😊

**Annuccia** Venerdì, 25 Settembre 2015 12:17

Buongiorno a tutti! ormai il venerdì non è più un giorno tranquillo con Roberto a casa. Però sono riuscita lo stesso ad andare a posturale.

Benvenuta alla mamma in attesa, anche per me ormai un lontano ricordo le gravidanze, ho 54 anni, ma le giovani mamme ti sapranno dare utili consigli.

**Cris83** Venerdì, 25 Settembre 2015 12:16

Buongiorno..

Anche se questa settimana il nostro comune amico si è fatto sentire di brutto.. Ora va leggermente meglio.. Vedo se riesco a mangiare qualcosa e a reggerlo..

Vi leggo dopo!

Un abbraccio e buona giornata! ♥

**mamma\_lara** Venerdì, 25 Settembre 2015 11:32

Ora vado a lavorare, fino ad ora sono stata impegnata con Telecom.

La linea telefonica faceva un toc toc insopportabile e siccome a me il telefono serve mica posso telefonare così.

Ora vado ad alleggerirmi un pochino sistemando le mie cosine delle torte. 😊

**mamma\_lara** Venerdì, 25 Settembre 2015 10:05

Rossana, ti aspettiamo.

Ora vado a lavorare anch'io. Ho fatto niente questa mattina. 😊😊

**paula1** Venerdì, 25 Settembre 2015 10:05

MAMMA LARA grazie delle tue parole...credo di dover ringraziare solo la mia anziantà di servizio se la mia scelta verrà accettata, anche se non sono certo al settimo cielo e non è per i soldi...spero che tra oggi e lunedì mi diano la risposta....

intanto da lunedì farò le mie ultime 4 notti...

in questo momento spero solo che non sia messo in discussione il mio venerdì e sabato per il congresso...perchè il nuovo orario partirà dal primo ottobre e non avrò più due giorni consecutivi di riposo...mai più... 😞 😞

CRIS83 qui di fronte a casa sono nate ben 4 cucciolle di labrador, non so i colori perchè su 6 cuccioli solo 2 sono neri e gli altri beige...se Tango può aspettare magari chiedo se qualcuno vuole accoppiarle a un bellissimo cioccolatino 😊 😊

**mamma\_lara** Venerdì, 25 Settembre 2015 10:05

Lile, certo che puoi pubblicizzarlo.

Di ben che saranno presenti specialisti bravissimi e che non so se potrò farne altri di Convegni. I ferraresi hanno avuto ottime occasioni per parteciparvi e non sempre sono state recepite. Però niente paura, continueremo ad incontrarci noi del forum e del gruppo questo ancora per tantissimi anni, poi ormai tu fai parte di questa grande famiglia, quindi ci sarai anche tu con noi.

**rossana** Venerdì, 25 Settembre 2015 09:49

Buongiorno a tutti,

e un grosso benvenuto ai nuovi amici.

Bello trovare vostri messaggi, aria fresca in casa.

Scappo dai miei, non vi ho letto.

A dopo

**lile** Venerdì, 25 Settembre 2015 09:48

Grazie davvero.... mi sento fortunata ad avervi trovato!

Al convegno ci sarò senz'altro, anzi nel mio piccolo cercherò di pubblicizzarlo, se per te va bene...

Vi auguro una buona giornata, qui è anche spuntato il sole... 😊

**mamma\_lara** Venerdì, 25 Settembre 2015 09:47

Lila, a me da errore nel caricare il link, ma se guardi qui a fianco li trovi a ore 3

**mamma\_lara** Venerdì, 25 Settembre 2015 09:46

Paula, la testa presenta sempre il conto, speriamo che anche lei invecchi e perda un po' la memoria



**mamma\_lara** Venerdì, 25 Settembre 2015 09:45

Paula, va la che poteva andare peggio.

E' giusto che ci sia sempre un occhio di riguardo per i pazienti e le loro famiglie, dovrebbe essere sempre così. Ma per avere questo, bisogna anche che chi lavora sia sereno e tranquillo di lavorare, spero ne tengano conto.

Le notti sono impegnative, te lo dice una che le ha fatte per 20 anni e i miei turni andavano dalle 20,00 fino alle 8,30 del mattino. Turni di guardia con sistemi di allarmi da inserire e giri da fare ad ogni ora dentro e fuori. Telecamere da controllare e rumori tutta la notte.

Il cambio di ritmi era deleterio per la mia testa, però nonostante ringrazio questo lavoro perchè se di notte lavoravo lì, di giorno potevo fare altro e stare con i miei figli seguendoli nella loro crescita, poi mi lasciava anche il tempo per un altro lavoro che se non lo avessi avuto non sarei stata capace di dare alla mia famiglia tutto quello di cui aveva necessità. Quindi le notti sono stata la mia salvezza.

Nel tuo caso è diverso e fai bene a rifiutarle anche se ti porta via tempo e un po' di soldini in più. 😊

**mamma\_lara** Venerdì, 25 Settembre 2015 09:37

Lile, anche i consigli facciamo fatica a darli, proprio perchè siamo tanto diversi tra di noi che magari quello che va bene a noi potrebbe non andare bene a te. Però possiamo dirti come ce la caviamo noi ma anche come non ce la caviamo noi. E' da questo che potrebbe arrivarti il consiglio, che poi rimane sempre il fatto che alla fine fai come puoi.

Certo che il fine settimana è il momento più difficile, lo è perchè cambiano i ritmi e la nostra testa

quelli proprio li detesta, però lei mica detesta solo quelli, ne ha di cose che non le vanno bene che fare un elenco dovrei stare qui per settimane e ogni volta se ne aggiungerebbero di nuove. Va la che abbiamo un bel da fare anche solo allo stare dietro a tutto quello che alla "signorina" non va.

E' pur vero che se devi anche studiare mica è facile, però sappi che se ti metti ansia è peggio. Poi un giorno riusciremo anche a gestirla questa ansia, pensa che io ho 64 anni e ci sto ancora lavorando, però sinceramente un po' riesco, ma che fatica, peggio che scalare le montagne.

Siccome noi siamo delle pioniere del sostegno, siamo qui da 13 anni e ci siamo inventate questo nuovo modo di comunicare che come vedrai non è fatto di argomenti ma scriviamo un libro lungo quanto è grande il nostro star male, per questo negli anni abbiamo fatto e ci siamo permessi anche di pubblicarli dei "consigli" che poi uno è libero di ascoltarli o meno.

Li trovi a questo link:

[Consigli dal forum](#)

Prova a leggerli e vedi se ne trovi qualcuno che va bene per te.

Poi sempre se riuscirai a venire al Convegno di Ferrara, nella cartellina che distribuiremo, ci sarà anche un libro con le nostre storie. Me ne sono rimasti delle varie edizioni (7 in tutto) che distribuirò a tutti i partecipanti fino ad esaurimento. Li leggerai anche le nostre storie e ancora oggi dopo tanti anni che le leggo mi emozionano.

Forza cara che ormai sei fra le nostre braccia e non ti molliamo più se hai bisogno di aiuto.

**lile** Venerdì, 25 Settembre 2015 09:01

Grazie Lara, figurati se ti mando a quel paese 😊 sono qui proprio perché ho bisogno di consigli... vorrà dire che stringerò i denti un po' di più! La mia fortuna è che durante la settimana lavorativa il dolore è ridotto, a volte addirittura assente o talmente lieve da riuscire a non prendere nulla... il rovescio della medaglia è che da venerdì a domenica il mal di testa esplode al minimo cambio di ritmo... non posso dormire neanche un'ora in più che arriva... nel weekend, in cui tutti riposano, si divertono o semplicemente fanno quello che in settimana non riescono a fare (e per me dovrebbe essere studiare...), io invece non riesco a fare niente. Il weekend ho sempre mal di testa. Anzi nell'ultimo mese, da quando ho fatto la visita, non ho ancora avuto attacchi davvero forti, o comunque i triptani li hanno fermati in tempo. E' in sostanza un periodo mediamente buono... credo. Dal mio diario delle cefalee non sembra che lo sia, ma ho vissuto periodi peggiori. Adesso però ho paura, perché so che è solo un periodo e tornerà... Scusate, sicuramente c'è chi sta peggio di me in questo momento e probabilmente non dovrei farmi prendere dall'ansia... mi sento quasi come se lo stessi aspettando... 😞

**paula1** Venerdì, 25 Settembre 2015 08:58

In tutto questo baillamme la mia testa ha fatto i capricci, ma non è scoppiata l'emicrania...anche perchè ero stata chiara !! in una giornata pesante come ieri non poteva certo mettere la ciliegina sulla torta 😊😊😊 quindi è stata buona 😊

un benvenuto ai nuovi arrivati che troveranno qui una bella famiglia, tanta compagnia e comprensione....

**paula1** Venerdì, 25 Settembre 2015 08:54

Buon giorno a tutti...qui nuvoloso anche se il meteo non mette pioggia...oggi lavoro pomeriggio perchè la collega mi ha chiesto un cambio, però domani sono a casa...

la riunione è andata benino, la prima parte era per ribadire che il paziente e i parenti hanno la priorità e ogni loro richiesta va ascoltata ed esaudita nel possibile, tutto ciò per fare un po' la differenza col pubblico e perchè, anche se gli interventi sono convenzionati, le visite sono comunque tutte a pagamento...

poi abbiamo parlato dei turni...nel mio reparto rimane tutto invariato e quindi continuano le 4 notti consecutive, in Medicina hanno fatto un turno più umano tra lavoro e riposi e nell'altra chirurgia ortopedica pesante metteranno solo dei diurnisti, quindi senza notti...

io e una collega abbiamo fatto una proposta per poter io rimanere al mio reparto, ma ci è stata bocciata (in effetti era un po' assurda, ma ci abbiamo provato) e quindi il direttore vista la mia richiesta poteva mettermi dove voleva...invece: mi ha fatto scegliere e, visto che sono una delle più anziane (di servizio), forse...dico forse non mi va nemmeno troppo male.....certo il mio stipendio ne risentirà, certo non avrò più i fine settimana lunghi, certo dovrò riadattarmi, ma in fondo sono anche

abbastanza contenta.....  
ora spero che la mia scelta venga accolta....poi vi dirò...

**mamma\_lara** Venerdì, 25 Settembre 2015 08:45

Lila, anche il prendersela per cose di poco conto è una cosa da non fare, bisogna scegliere bene le cose per cui dire basta. Io ho lasciato andare amicizie ventennali per questo. Alle volte ci sono "divorzi" sofferti ma necessari dovuti a differenze inconciliabili.

Fare pulizia attorno a noi diventa primario in alcune fasi della nostra vita, si soffre moltissimo per questo, poi però arriva sempre la serenità. 😊

**mamma\_lara** Venerdì, 25 Settembre 2015 08:39

Lile, ti prego di non mandarmi a quel paese per quello che dico, ma lo devo dire e sappi che poi come dico sempre ognuno di noi fa come può.

Anche 10 triptani sono tanti in un mese. Continuando così, rischi poi che la tua cefalea diventi cronica e allora si che diventa difficile curarla. Dico questo perchè io ho fatto lo stesso errore, anche se a quel tempo mica me lo avevano detto che troppi sintomatici mi avrebbero causato la cronicizzazione. Probabilmente avrei fatto lo stesso, ma averlo saputo forse avrei agito diversamente.

So che è fatica sopportare il MDT, ci si sente come avere una ferita purulenta infetta che sta lì e non va mai via anche quando il dolore non c'è.

Però provaci e metti in atto strategie che possano aiutarti. E guarda bene che mica ti sto dicendo: "Cerca di non pensarci". Ho troppo MDT per dire una simile banalità, ma so bene che ce la sentiamo dire spesso.

Però alle volte si riesce a fare delle inversioni di pensieri che ci aiutano ad avere più forza e anche a vedere le cose diversamente.

Dopo il Convegno iniziamo ancora con il Gruppo di Auto Mutuo Aiuto e vedrai che farne parte ti porterà a vedere cose che adesso ti sono sconosciute. Succede a tutte noi

Poi al Convegno ci conoscerai di persona e vedrai che bel gruppo siamo.

Forza carissima, imparare a conoscere il MDT è la prima cosa da fare e anche a conoscere che il nostro cervello ha un marcia in più rispetto a chi non ha MDT, dobbiamo solo usarla bene questa marcia in più, perchè se non si impara a gestirla potrebbe anche renderci la vita molto difficile. Ti abbraccio.

**lile** Venerdì, 25 Settembre 2015 08:25

Buongiorno a tutti... è il terzo venerdì di seguito che mi sveglio col mal di testa... anche se in realtà sono giorni che mi sveglio circa un'ora prima della mia sveglia per il forte mal di testa...poi il tempo di riappisolarmi e suona la sveglia, dopo la quale mi alzo con molta fatica. Poi in genere, una volta in piedi e fatta colazione, il mal di testa diminuisce fino a passare quasi del tutto, mentre il venerdì "resiste" questa sensazione di pesantezza alla testa, per la quale mi sembra anche eccessivo prendere i triptani... in un mese ho fatto fuori 10 compresse, ma se avessi dovuto prenderle al primo sentore di mal di testa, anche lieve, sarei arrivata quasi a 20... voi come fate? Ho paura di esagerare, come facevo con momenti, aulin e tutti i vari antidolorifici classici... un abbraccio a tutte

**Simona** Venerdì, 25 Settembre 2015 07:36

Buongiorno adoraro forum 😊

**mamma\_lara** Venerdì, 25 Settembre 2015 07:23

Buongiorno a tutti.

leri sera con il lettino caldo sono proprio stata meglio a letto. Non ho tremato per mezz'ora.

**nico26** Venerdì, 25 Settembre 2015 06:59

BUON VENERDI' A TUTTE/I.FANTASTICI NUOVI ARRIVI DI CUI PERO' HO PERSO I NOMI NON RICORDO 😊  
😊.UN FORUM UNA FAMIGLIA UN PUNTO FERMO NELLA MIA VITA .ANZI PER ME POSSO DIRE LA MIA SECONDA FAMIGLIA DI CUI NON POSSO PIU' FARE A MENO.BEN ARRIVATI .  
VI VOGLIO BENE

**cri69** Venerdì, 25 Settembre 2015 05:55

Buongiorno a tutti ed un benvenuto ai nuovi arrivati.

AGNESE che bella notizia, congratulazioni. Alla mia epoca, vent'anni fa, si poteva prendere solo la tachipirina ma per me, era ed è, acqua fresca quindi nulla per i due mesi che il mdt mi ha accompagnato. Consulta il tuo neurologo, senz'altro ti consiglierà al meglio.

**Cris83** Venerdì, 25 Settembre 2015 01:11

Benvenuti ai nuovi arrivati! È un piacere avervi con noi!

Stanotte proprio non riesco a prendere sonno!

Buonanotte e sogni d'oro a tutti.. ♥

**mamma\_lara** Giovedì, 24 Settembre 2015 20:59

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

**mamma\_lara** Giovedì, 24 Settembre 2015 20:58

Questa sera ho necessità di una bella e lunga meditazione, in un luogo caldo, così ho insistito con Gabriele di mettere lo scaldasonno per stare un po' al caldo mentre medito. ieri sera mi sono scaldata i piedi e le gambe verso l'una di notte e proprio non ne potevo più.

Lui malincuore mi ha accontentato, perchè gli sembra impossibile che possa avere già tutto sto freddo.

Niente da fare, è difficile consolare un dolore che non si conosce diceva Alexandre Dumas (figlio), per lo stesso motivo penso che chi ha caldo non riesca a capire chi ha sempre freddo. Anche se quando lui ha caldo io cerco di vedere le cose dal suo punto di vista e mi copro la notte a letto, così stiamo bene tutti e due. 😊😊😊😊

Però questa sera accendo lo scaldasonno solo dalla mia parte, mica da tutte e due, e non appena ho le gambe calde lo spengo. Promesso 😊😊😊

**mamma\_lara** Giovedì, 24 Settembre 2015 20:48

Agnese, ma che bella notizia, diventeremo ancora zie.

Per la gravidanza la mia ultima è stata 41 anni fa quindi mi avevano detto che neppure l'aspirina potevo prendere, così ho fatto. Poi ti diranno meglio le nostre giovani mamme come hanno fatto loro.

**Agnese86** Giovedì, 24 Settembre 2015 20:00

Grazie Simona! È un piacere avere nuovi amici 😊

**Simona** Giovedì, 24 Settembre 2015 19:51

Agnese.. da quando si entra in questo forum non si è mai più soli. . 😊😊

**Simona** Giovedì, 24 Settembre 2015 19:50

Buonasera a tutti e benvenute alle nuove amiche...

Agnese ciao... prova a sentire il tuo ginecologo.. in gravidanza io non presi nulla..ma per fortuna il mio mal di testa era molto più sopportabile e presente raramente solo nei primi mesi.. ti auguro un'attesa serena..

**Agnese86** Giovedì, 24 Settembre 2015 19:39

Salve a tutti, è un piacere sapere che non sono sola. Soffro di emicrania dall'età di 4 anni ...

All'inizio buoi e silenzio mi bastavano ora che ho 28 anni l'emicrania scoppia ogni mattina fino a sera, ho imparato a convivere. Ho fatto tante cure negli anni ma l'unica cosa che mi allevia il dolore è il difmetre. È già da una settimana ne sto facendo a meno perché ho scoperto di essere in attesa ... Secondo voi con cosa potrei alleviare il dolore per questi nove mesi? Ho paura di dover affrontare questa gravidanza con questo forte malessere! Grazie a chi con più esperienza può essermi d'aiuto 😞

**mamma\_lara** Giovedì, 24 Settembre 2015 18:56

Paula sperem ben 😞😞😞

**mamma\_lara** Giovedì, 24 Settembre 2015 18:55

Vado a farmi la pappona, sarà il freddo ma ho una fame che mangerei chi passa per strada a piedi ..... ma anche quelli in bicicletta. 😊😊😊😊

**mamma\_lara** Giovedì, 24 Settembre 2015 18:45

E' arrivato anche un altro amico.  
Benvenuto alebiso

**mamma\_lara** Giovedì, 24 Settembre 2015 18:28

Lile, bellissimo averti con noi. Benvenuta cara, sono certa che ti troverai bene.  
Per ora un abbraccio virtuale. ♥

**mamma\_lara** Giovedì, 24 Settembre 2015 18:27

Ecco un nuovo amico.  
Benvenuto Paolo71

**lile** Giovedì, 24 Settembre 2015 17:54

Ciao a tutti! Dopo quasi 27 anni di mal di testa (tutta la mia vita) e dopo che i classici antidolorifici avevano smesso di avere alcun effetto, mi sono da poco decisa a cercare una soluzione... così ho scoperto di avere l'emigrania senza aura... io non sapevo neanche esistesse! Ho iniziato da poco con la terapia, quindi non va ancora molto bene... Poi per una fortunatissima coincidenza una ragazza mi ha parlato di Lara e del gruppo di auto-aiuto... ed eccomi qui! E' un piacere conoscervi! 😊

**mamma\_lara** Giovedì, 24 Settembre 2015 17:46

Alle nuove arrivate devo dire che ormai fare già parte della nostra famiglia, non sentitevi le ultime arrivate perchè l'ultima arrivata solo io 😊😊😊😊

**mamma\_lara** Giovedì, 24 Settembre 2015 17:45

E ne arriva anche un'altra di nuova.  
Benvenuta Geri

**Annuccia** Giovedì, 24 Settembre 2015 17:38

Benvenute alle new entry

**Annuccia** Giovedì, 24 Settembre 2015 17:38

Grazie Lara!!! 😊

**mamma\_lara** Giovedì, 24 Settembre 2015 17:33

Eccola  
Diamo la benvenuta anche a lile.  
Benvenuta lile.

**mamma\_lara** Giovedì, 24 Settembre 2015 17:28

Ne è arrivata anche un'altra che vado ad attivare, Poi vi dico.

**mamma\_lara** Giovedì, 24 Settembre 2015 17:28

E' arrivata una nuova amica. Diamo la benvenuta ad Agnese86

**mamma\_lara** Giovedì, 24 Settembre 2015 17:06

Piera, la tua dottoressa è proprio una brava persona e non solo un bravo medico. Che fortunata sei. Anche la mia è molto brava e mi piace perchè si prende cura non solo del mio corpo ma si prende cura anche della persona. Sono fortunata anch'io

**mamma\_lara** Giovedì, 24 Settembre 2015 17:04

Annuccia, capisco cara la tua malinconia. neppure riesco a consolarti e so che te ne farai una ragione, ma avrai sempre un pezzo di cuore lontano da te. Ora poi ne hai abbastanza dei pezzi di cuore lontani da te.

Speriamo solo che lui riesca a trovarsi bene e ad essere sereno anche lontano da casa, che si faccia degli amici e magari che trovi una ragazza. Poi negli anni della vostra pensione non si sa mai.

**mamma\_lara** Giovedì, 24 Settembre 2015 17:00

Chissà Paula, forse in questo momento sarà in assemblea. Chissà 😊

**mamma\_lara** Giovedì, 24 Settembre 2015 16:59

Ahhh, la domenica no, arriva Zeno il venerdì e va via proprio la domenica. Farò prima o dopo 😊

**mamma\_lara** Giovedì, 24 Settembre 2015 16:58

Ahhh, dimenticavo il volantaggio. Mi stanno facendo un po' di fotocopie e farò delle locandine formato A5 da mettere sui tergicristalli delle automobili nei parcheggi degli ipermercati. 😊😊  
Aspetto che non piova e la prossima settimana lo farò, però verso la fine o magari la domenica prima. Ci sarà da ridere per chi vedrà una signora (mi vestirò bene che non sarò vestita meglio neppure il giorno del convegno) con bastone a fare volantaggio. Ma anche questo mi diverte. Però zitte con Gabriele, se lo sa mi sgrida. Quindi è un segreto che teniamo tra di noi.  
Che fortuna che non legga mai il forum. 😊😊😊😊

**mamma\_lara** Giovedì, 24 Settembre 2015 16:53

Cris, ti ringrazio moltissimo, ma le cartelline le sto facendo adesso perchè la settimana del Convegno devo avere pronto tutto. Minimo dovrò passare una giornata per sistemare tutta l'apparecchiatura per le proiezioni, devo imparare anche come si fa e quali mosse bisogna fare con il mio computer. Il Computer devo usare il mio. Poi tornarci il giorno prima per portare cartelline, riprovare tutta l'apparecchiatura e la stessa mattina dovrò tornarci per vedere che nessuno abbia spostato nulla. Poi Devo ancora informarmi per il coffe break, anche quello è mica cosa da poco, devo proprio curare tutto al risparmio così avrò la miglior qualità prezzo.  
Però mica mi lamento, adoro lavorare e per me la festa inizia quando ho le risorse per organizzarlo il Convegno, mica inizia la data che sta scritta sulla brochure 😊😊😊 Poi quando arrivate voi li scoppia l'apoteosi della gioia. Adesso capirai il perchè della scenata pietosa alla cena a casa mia mente piangevo sotto al tovagliolo dicendo che ero troppo felice. Feffe una volta ha detto che era tutta la gioia che non riuscivo a contenere, è verissimo.  
Quindi non preoccuparti, piano piano faccio tutto e se racconto lo faccio mica per lamentarmi ma per rendevi partecipi della gioia, così quando arrivate sapete che questo è tutto vostro e di chi decide di farvi parte.  
Ma sarà bello.  
Mi spiace solo che sto godendo solo io. Ma giuro che per chi rimane a cena il sabato sera a casa mia, perchè se siamo un numero abbordabile è qui che saremo, vi farò sparecchiare la tavola, così vi divertirete anche voi. 😊😊😊😊

**Piera** Giovedì, 24 Settembre 2015 16:40

Meglio dai!!! ci sara' certo un po' piu' di giro!!! che per uno che arriva dalla capitale non e' male 😊

**Cris83** Giovedì, 24 Settembre 2015 16:32

inviato il mio contributo per under the hat.  
ripreso un po' cose che avevo già scritto tempo fa..

buona giornata. 😊

**Annuccia** Giovedì, 24 Settembre 2015 16:11

PIERA, Andrea ha preso una mansarda in centro. Lavorando lì era scomodo abitare a Colorno.

**Piera** Giovedì, 24 Settembre 2015 15:54

Annuccia , Andrea ha trovato casa vicino ad Enrico?  
Stamattina ho telefonato alla ginecologa per informarla sull' andamento della mia terapia e per avere conferma sulle dosi, che donna!!!! non avendomi risposto subito mi ha richiamato, so che dovrebbe essere sempre così , ma a me certe "finezze" meravigliano sempre 😊 (anche perchè nemmeno il medico di famiglia mi richiama se ho bisogno!!! 😊 )

**Cris83** Giovedì, 24 Settembre 2015 15:15

LARA davvero per le stampe.. dimmelo pure senza peritarti!!

**Cris83** Giovedì, 24 Settembre 2015 15:03

KIKKA che piacere sentirti!! Ti mando un grosso abbraccio!! Tienici aggiornati!!

**Cris83** Giovedì, 24 Settembre 2015 15:03

CRI anche a me con kimba una volta entrò un cagnolino in giardino, molto più piccolo di lei ma molto attivo.. per sicurezza feci fare un'eco.. ma niente per fortuna.. avevo anch'io in mente di farla pagare al proprietario del maschio ma il veterinario me la fece pagare proprio pochissimo.. quindi lasciai perdere.

Ora sto tentando di trovare una fidanzata per tango.. ma non è facile.. per la femmina è molto più impegnativo! Poi dovrei trovarla nera o cioccolato perché chiara sarebbe meglio di no..

**Cris83** Giovedì, 24 Settembre 2015 15:01

PAULA spero che tu possa trovare un po' di serenità a lavoro! posso solo immaginare quanto sia distruttivo lavorare la notte. 😞

**Cris83** Giovedì, 24 Settembre 2015 15:00

Anch'io FEFFE ho sempre tifato rosse.. ma negli ultimi anni non la seguo più la formula 1! Ai tempi di Schumacher ero una grande fan! Avevo poster di ferrari ovunque e non mi perdevo un gp anche se era alle 5 di notte! Sono stata a imola 4 volte!!

**Cris83** Giovedì, 24 Settembre 2015 14:58

PIERA non ho visto la foto.. ora vado a cercarla.. grazie anche a te di esserci! ♥

MAMMA LARA che bella la frase.. me la segno!

Non credo che abbiamo bisogno di un convegno per vederci.. convegno o non convegno penso che saremo unite sempre e il modo di vederci lo troviamo in ogni caso!

LARA non so se hai finito di stampare tutto ma se vuoi ti posso stampare un po' di roba anch'io.. mandami tutto per email e dimmi quante copie e non ci sono problemi!

Domenica magari la vedo anch'io la rossa. la festa la facciamo sabato, non vedo l'ora ... Abbiamo un po' sforato e speso un po' troppo con il cibo ma staremo a vedere.. Non sappiamo quanta gente viene, non sappiamo se abbiamo preso troppa roba da mangiare e non sappiamo se piove!! Abbiamo comunque un tendone dove possiamo fare i burattini e cibo.. ma a quel punto dovremo rinunciare ai giochi!

**nico26** Giovedì, 24 Settembre 2015 14:20

Eccoci qui' e buon pomeriggio e alle 19 arriva mio cognato e non ho parole forse rimane fino al 15 ottobre 🙄🙄🙄 Nooooo speriamo di nooooooooooooooooooooo!!!!

**Annuccia** Giovedì, 24 Settembre 2015 11:49

Buongiorno a tutti! sto vivendo della giornate non facili e "malinconia" è proprio la parola che mi calza a pennello.... comunque piano piano me ne sto facendo una ragione. Non ero preparata per Andrea ed è stato tutto così veloce e inaspettato. Comunque lui è un pochino più sereno , ieri ha trovato anche una casetta, molto molto carina e ad un prezzo che qui a Roma ce lo sognamo. Oggi prende le chiavi, l'arredamento è tutto nuovo, deve solo comprare poche cose da Ikea. Noi andremo presto a trovarlo.

**paula1** Giovedì, 24 Settembre 2015 11:19

Scendo in città....e sarà quel che sarà 😊

sono troppo felice perché mi è appena arrivato il mio primo acquisto su EBay...un libro prezioso per la mia collezione sulla Scapigliatura...avevo contrattato il prezzo e ho ottenuto anche un piccolo sconto...la persona che l'aveva è stata seria, onesta e velocissima...

Buona giornata a tutti...ho dovuto prendere fuoi il giubbotto invernale 😞😁

**mamma\_lara** Giovedì, 24 Settembre 2015 10:04

Piera, lo vediamo tutti i giorni e tocchiamo con mano ogni volta che vai in un ufficio o che telefoni ad un call center, se vuoi ti posso fare una lunga lista.

Ok che sono pagati male, ma questo non gli da diritto a trattarci come mentecatti.

Poi sinceramente c'è chi risponde malissimo ed è pagato profumatamente. Ne abbiamo sotto gli occhi un bel po'.

Poi c'è chi lavora gratis e spende la vita per gli altri.

Penso proprio sia una questione di persone. Sono sempre loro a fare la differenza

**mamma\_lara** Giovedì, 24 Settembre 2015 09:58

Rossana, certo che il periodo è stato molto ma molto pesante per te e non è che prima eri in vacanza, è da parecchio che hai cose molto pesanti da affrontare e mica sono stati mesi, ormai si parla di anni. Anche le persone in salute avrebbero degli "svarioni".

Mi spiace cara, ma se pensi sia malinconia fai ben attenzione, perchè questo sentimento fa presto a restare con noi per sempre e se nei tempi ha prodotto opere letterarie bellissime, si deve però tenere sempre presente che vivere con la malinconia è (secondo me) una malattia. Vedi come è sistemata dentro di te questa parola, poi se riesci cerca di tenerla il meno possibile. Lei è affascinante e fa prendo a prenderti e portarti via.

**Piera** Giovedì, 24 Settembre 2015 09:18

Paula ho visto anch'io il programma.....meno male che c'era anche qualche bella esperienza lavorativa tipo quella della nostra Lamborghini!!!! Purtroppo Giada che lavora in un'agenzia che seleziona proprio lavoratori come te, mi racconta anche l'altra versione: quella di chi vuole lavorare senza un minimo di serietà e sono proprio queste persone che rovinano il mondo del lavoro., peggio delle aziende , quando ci vedremo di persona ti racconterò : sono cose inimmaginabili!!!

**Piera** Giovedì, 24 Settembre 2015 09:11

Forse Rossana soffri un po' di malinconia , l'importante è che questo sentimento non peggiori, ma so che tu farai di tutto perchè non accada: malinconia' significa letteralmente "bile nera". È composto dalle due parole greche mélaina (scuro, nero) e cholé (bile), usate dagli antichi greci per indicare una sostanza, la bile nera appunto, che essi consideravano causa dell'umore triste e malinconico.....però mi piace di più vederla come la definisce uno scrittore importante " Il desiderio dei desideri" 😊

**paula1** Giovedì, 24 Settembre 2015 09:02

Buon giorno a tutti...qui nuvoloso e finalmente ha piovuto e credo continuerà per oggi...ci voleva...era tutto secco...

anche io in questi giorni mi sento apatica..faccio fatica a fare tutto e spesso non faccio proprio niente....

sono in ansia per oggi...adesso mi scrivo qualche promemoria casomai ci chiedessero i nostri pareri... 😊

hai ragione MAMMA LARA spesso i cambiamenti portano anche al peggio...io con la mia richiesta sicuramente ne avrò...ma d'altra parte è inutile che mi imponga una cosa che so già mi sta rovinando la salute....(le 4 notti), poi purtroppo la situazione lavoro in Italia è davvero disastrosa chechè ne dicano che va meglio...una emerita menzogna !!!(non so chi ha guardato la puntata di Presa diretta domenica sera, ma io ci sono stata malissimo! anche perchè alcune situazioni le conosco davvero troppo bene!!)...

quindi anche cercare un altro impiego è come andare a caccia del Sacro Graal...

l'altro giorno una agenzia mi ha cercato per la mia esperienza di sala operatoria, ma era per poco tempo e nessuno ti fa il colloquio se "pretendi" un poco di più !

**rossana** Giovedì, 24 Settembre 2015 08:58

Di sicuro la dipartita di un genitore cambia e di tanto i nostri pensieri e credo che Alberto stia già "macinando" un po' diversamente in questi giorni.

E' inevitabile...

Ma non pensate che lo stia stressando con le mie patturnie eh.....no, non quest'anno.

Almeno non intenzionalmente, poi le tristezze vengono fuori comunque e apprescindere dalla nostra volontà.

**cri69** Giovedì, 24 Settembre 2015 08:56

la cosa che mi scoccia è che mi alzo comunque alle 5, stamattina non pioveva , sono arrivata in loco e tempo 2 min diluviava e quindi sono a casa , a far pulizie ...che goduria.Mi si chiudono gli occhi ma tengo botta , voglio finire. E spero piova anche oggi così Giulia rimane un pochino di più 😊 .  
Forza fanciulle....

**rossana** Giovedì, 24 Settembre 2015 08:54

Una cosa è certa: al mare sto sempre benissimo sul piano psicologico, venire via mi costa proprio una fatica indicibile.

Alberto dice che quando torno per un tot sono, detto da signora, intrattabile.  
E lo dice sorridendo perché sa che non lo faccio mica di proposito.  
L'anno scorso tornando insieme da quel ridente piccolo intimo paesino in Liguria mi ha fatto notare in macchina come fosse cambiata la mia espressione uscendo dalla galleria che mi separava dal mare.  
Sono messa così..... , di buono c'è che ho chiara la terapia.  
Se avessi un marito leggermente meno radicato nella sua terra.....e detta così è ancora un eufemismo, potrei tranquillamente andare ad abitarci al mare.  
Anzi nei miei sogni sono certa che ci andrò.  
Se resto qui vicino ci possiamo vedere settimanalmente.  
Penserete che sono matta ma stando via due settimane da sola ho capito che anche emotivamente ce la potrei fare.  
La prova del nove viene con l'inverno ma l'idea di un paese abitato, sul mare, beh mi attira comunque.  
E in ogni caso dovrò fare uno stress test: provare a resistere finché non mi torna voglia di venire via.  
E quello Alberto ancora non lo ha accettato 😊  
Ieri sera ha persino detto che in novembre mi porta a Parigi dalla Marghe 🙄  
Vedremo

**rossana** Giovedì, 24 Settembre 2015 08:44

Buongiorno a tutte,  
grazie amiche della vostra premura.  
Si vado dalla dottoressa, pressione e stanchezza a parte sento che mi manca la voglia di fare, sento un leggero sintomo depressivo che mi abita.  
FEFFE mi scappa troppo da ridere, io proprio ieri dopo anni ho chiesto alla psicologa un appuntamento proprio per capire questo periodo un po' troppo "lesso".  
C'è chi va e c'è chi viene 😊

**mamma\_lara** Giovedì, 24 Settembre 2015 08:00

Simona, anche a me l'attacco di emicrania si preannuncia con nervosismo e agitazione. Poi mi sento gonfia come una mongolfiera indipendentemente dal peso.  
Ho persino le mai che fanno fatica a chiudersi.

**mamma\_lara** Giovedì, 24 Settembre 2015 07:57

Cri, ti pensavo ieri sotto la pioggia.  
Non deve essere stato facile.

**mamma\_lara** Giovedì, 24 Settembre 2015 07:55

Rossana, è anche il mio pensiero che sia sempre bene parlarne con la dottoressa, lei sa come stai in generale e ti conosce bene.  
Però bisogna anche dire che ultimamente è stata dura per te in tutti i sensi

**mamma\_lara** Giovedì, 24 Settembre 2015 07:53

Paula, speriamo che i cambiamenti sul posto di lavoro siano meno pesanti di come te li aspetti.  
Non si sa neppure cosa dire, alle volte si è scontenti di una situazione poi quello che arriva è peggio

**mamma\_lara** Giovedì, 24 Settembre 2015 07:51

Buongiorno a tutti.

Feffe, è proprio bello lavorare senza MDT. Ci si sente come leggeri e senza peso. La stanchezza che da questo male toglie proprio tutte le energie fisiche e mentali.  
Per la terapia dalla psicologa fai bene a fare come ti senti, poi tanto mica scappa, puoi sempre tornarci. 😊

**Simona** Giovedì, 24 Settembre 2015 07:35

Buongiorno adoraro forum. .  
Ross come va oggi?

**cri69** Giovedì, 24 Settembre 2015 05:51

Buongiorno...che sonno.ieri mi sono presa la mia razione di pioggia ed oggi mi sa che si replichi....

**feffe81** Mercoledì, 23 Settembre 2015 21:38

ROSSANA se è troppo è meglio chiedere alla dottoressa...

**rossana** Mercoledì, 23 Settembre 2015 21:34



**rossana** Mercoledì, 23 Settembre 2015 21:34

Sentirò dalla dottoressa cosa ne pensa.  
Sono un po' troppo senza forze.....

**feffe81** Mercoledì, 23 Settembre 2015 21:08

domani ho la seduta dalla psicologa, dopo quasi 3 mesi di intervallo dall'ultima. Ho deciso che è il momento di interrompere questo percorso. Se poi avrò nuovamente bisogno, ci tornerò.

**feffe81** Mercoledì, 23 Settembre 2015 21:05

Buonasera a tutti. MAMMALARA ci sono ci sono, tra Maranello e Modena 😊 in questi giorni ho la testa libera e ne sono felice perché riesco a fare tutto quello che mi si chiede al lavoro 😊  
SIMONA su di me ho notato che la distinzione causa-effetto con ansia-mdt non è sempre così: a volte mi sento ansiosa e irrequieta proprio perché in realtà mi sta arrivando il mdt e non per il contrario cioè che mi agito e quindi viene il mdt. Non so se si capisce 😊

ROSSANA pressione bassina 😊 sono felice tu abbia ricominciato teatro. Io ho ripreso yoga e ce n'era proprio bisogno!

PAULA in bocca al lupo per domani

**paula1** Mercoledì, 23 Settembre 2015 20:23

Buona sera a tutti...sono stanca morta...meno male che domani lavoro pomeriggio anche se sarà super stressante...è il giorno della riunione col direttore e non la vedo per niente bene...vado a riposare...ho anche freddo e vuol dire che sono alla frutta con la stanchezza...è stato nuvoloso tutt'oggi, ma di pioggia nemmeno l'ombra 😊 invece il collega che è andato a lavorare in Trentino mi ha mandato un piccolissimo video con la neve che cadeva oggi... 😊

**mamma\_lara** Mercoledì, 23 Settembre 2015 19:02

Rossana, mamma mia, la pressione è veramente bassa. Pensa, la mia per fortuna è regolare.  
Mi piacerebbe vederti fare teatro. Sai che bello sarà.  
Tu poi dovevi fare l'attrice, ti avrei visto bene in quel mestiere.

**mamma\_lara** Mercoledì, 23 Settembre 2015 18:59

E' arrivata una nuova amica. Benvenuta Ela.

**rossana** Mercoledì, 23 Settembre 2015 16:15

Ieri sera c'è stata la prima serata del corso di teatro.

Bellissimo ritrovarsi e sperimentare di nuovo 😊

**rossana** Mercoledì, 23 Settembre 2015 16:14

Ciao a tutti,  
già da un po non ho energie.

Addirittura ho preso, qualche notte, a dormire a lungo. 😊

Stamattina sono uscita dopo aver dormito non troppo e sono stata fuori due ore.

Non stavo in piedi, mi sentivo debole.

Rientrata a casa la pressione era ed è 80 e rotti su 50 e rotti.

Sono stata un po a letto ed ho dormito mezz'oretta.

Di fare la ginnastica penso che oggi non se ne possa parlare.

**mamma\_lara** Mercoledì, 23 Settembre 2015 15:23

Simona, niente paura, ho chi mi sta dando una mano.

Però un Convegno di queste dimensioni sono un fenomeno a farlo stare dentro alle mie capacità.

Domani vado a vedere per i viveri della pausa caffè e se mi chiedono troppo vado alla coop e prendo pasticcini salati e dolci. Per noi ho già preso arachidi e noci, volevo prendere i grok ma costano veramente tanto.

Ma la cosa importante è stare insieme. Magari portateli voi da casa 😊😊

Che brava sono, vi invito e vi dico di portarvi il mangiare da casa 😊😊😊😊

Poi mi devi promettere che non starai mai più male per le parole che dici a me. A parte che non hai detto nulla ma nulla di offensivo, poi io ho le spalle dure e so per certo che quello che dite non è mai detto per ferire. Avrei finito di trarre giovamento da questo posto se pensassi anche una sola volta che in mezzo alle parole c'è qualcosa detto di traverso.

Poi quando sembra scritto per traverso è la volta che mi fa meglio, quindi valli mo a capire questi meccanismi. 😊😊😊😊

**mariagrazia** Mercoledì, 23 Settembre 2015 14:27

Buon pomeriggio amiche.

Quest'anno sto già lavorando a pieno ritmo. Ieri sera lezione fino alle 21. Ero letteralmente distrutta alla fine.

La testa però regge bene e tanto basta.

**Simona** Mercoledì, 23 Settembre 2015 13:57

Cara Lara.... ma si guarda... non ho mandato nessuno da nessuna parte ieri... ma lo stesso mi sentivo in colpa... ieri era la giornata dei sensi di colpa... eh..... pazienza.... nei sensi di colpa c'erano anche le parole rivolte a te... ma razionalmente so che non ti ho offeso... ma cmq l'ansia non è razionale. .. arriva e posso anche farmi tutti i buoni propositi in testa x domarla ma quando è forte vince lei e basta... pazienza... alle 14 ci sono quasi arrivata... e ora me ne torno a casa in relax... 😊 anche quella delle cartucce però è una bella spesa eh.... che ricada sempre tutto sul tuo bilancio non va mica bene... 😊😊

**Annuccia** Mercoledì, 23 Settembre 2015 13:50

Sono a studio. Un saluto a tutti!!!!

**mamma\_lara** Mercoledì, 23 Settembre 2015 13:39

Ho la connessione ballerina e il computer che fa le bizze.

**mamma\_lara** Mercoledì, 23 Settembre 2015 13:18

Sono rientrata.

Piove e avendo le mani impegnate non ho potuto usare sempre l'ombrello, così mi sono presa un po' d'acqua 😊

Mi sono lavata 😊😊

**mamma\_lara** Mercoledì, 23 Settembre 2015 08:27

Mamma mia quante fotocopie. Ho le stampanti che hanno incrociato le braccia. 😊😊

No, scherzo, sono rimasta senza cartucce. Oggi dovrò fare rifornimento.

**mamma\_lara** Mercoledì, 23 Settembre 2015 08:25

Simona, mi spiace cara, se nei tuoi pensieri ci fossero state anche le tue parole scritte a me, sappi che mai e poi mai qualcuno qui ha scritto cose che mi hanno fatto star male, a me potete dire ciò che volete perchè tutte ma tutte le vostre parole mi aiutano. E questo sempre.

Poi sappi che è un nostro difetto, ci sentiamo in colpa anche quando ci difendiamo dalle ingiustizie.

Ci vorrebbe un avvocato ogni minuto che ci facesse capire quanto siamo dalla parte della ragione.

Ma fai una cosa: inizia a difenderti come farei io e sappi che alle volte mandare a quel paese

qualcuno è salutare per noi. Non so se hai fatto questo nella giornata di ieri, ma se lo avessi fatto ti

dico che hai fatto bene. To mo 😊

**Simona** Mercoledì, 23 Settembre 2015 07:57

Buongiorno adorato forum 😊😊

Stanotte mdt micidiale. .. e triptano.. lo sapevo ieri sera... avevo su un'ansia addosso...

pensieri..sensi di colpa x cose dette...fatte...scritte.... ansia a mille... non so perché delle volte mi

succede così.... ma poi l'ansia mi logora e mdt assicurato... cercavo di cambiare direzione ai miei

pensieri ma non ci son riuscita. .. vabbe.... oggi inizia un po' in salita ma arriverò alle 14 anche

oggi... e poi inizierà la discesa 😊

Oggi inizia l'autunno... speriamo che le piogge non siano troppa intense da provocare danni...

Buona giornata a tutti

**mamma\_lara** Mercoledì, 23 Settembre 2015 07:22

Cris, la tua festa andrà benissimo, speriamo solo che il tempo non faccia i capricci, sento che sta arrivando il cattivo tempo. 😞

**mamma\_lara** Mercoledì, 23 Settembre 2015 07:18

Feffe, tutto bene o sei già a Suzuka in Giappone per la prossima della Rossa. A me le rosse sono sempre piaciute, un po' perchè è nostra e per me tutto quello che è italiano lo sento mio e anche perchè Stefano ci ha lavorato tantissimi anni che in casa ho cimeli di piloti famosi che negli anni Stefano ha regalato al papà. Poi ha scelto di passare alla concorrenza e lì è stato fino a che la Toyota non ha chiuso il reparto corse. Ora fa aerei e se trova l'accordo con l'azienda dovrebbe andare a lavorare in Giappone per quasi due anni. Povero, è sempre in giro per il mondo, è stato un paio di mesi a lavorare ad Abu Dhabi però lì era vicino a casa. Il papà è un po' preoccupato di saperlo così lontano, perchè il Giappone è veramente lontano, però ce ne faremo una ragione. Non so cosa fargli portare fin là per fargli sentire meno la mancanza di cose nostre. Ahhh, domenica tutti davanti alla tv.

Tranne Cris che ha la festa 😊

**mamma\_lara** Mercoledì, 23 Settembre 2015 07:06

Oggi mi aspetta un'altra bella giornata. Vedremo ben come si sviluppa. Ieri sera ho ricontrollato il mio intervento e mi sono sembrata Bartali, perchè ad un certo punto mi sono detta: "L'è tutto sbagliato, l'è tutto da rifare!"»

Così si lavora e si rifà.

Ma tanto faccio sempre così ogni volta, ci lavoro e cambio fino all'ultimo minuto. 😊

**mamma\_lara** Mercoledì, 23 Settembre 2015 07:02

Ahhh Cri, ricordati il mantenimento del nascituro. 😊😊😊

**mamma\_lara** Mercoledì, 23 Settembre 2015 07:01

Buongiorno a tutti.

Però, qui siamo tutte in attesa.

Ora Cri ci dovrai tenere aggiornata anche tu dell'avanzamento gravidanza di Cipolla.

Fai bene a far pagare a chi ha commesso il fattaccio, così impara 😊😊😊

**cri69** Mercoledì, 23 Settembre 2015 05:51

Buongiorno a tutti, ho letto che oggi è il primo gg di autunno... pensavo fosse stato l'altro gg 😞. Grazie ragazze per le info per la mia cagnolina. Ieri ho chiamato il veterinario e mi ha tranquillizzato. Mi ha detto che essendo di taglia piccola l'età non incide sulla gravidanza, tra un mesetto la monitoriamo e vediamo come è la situazione. CRIS durante il fatto sì, ero nei paraggi ma non so da quanto tempo erano in corso i lavori... 😊. Vedremo, ho deciso che le spese le faccio pagare al mio medico, il padrone del cane... e che capperi. Anche stamane freschino, vado... besos

**Cris83** Martedì, 22 Settembre 2015 23:52

Buonanotte ♥

**Cris83** Martedì, 22 Settembre 2015 23:51

Ciao.. Saluto veloce.. Oggi emi forte poi indaffarata per la festa di sabato..

Avevi cominciato a leggervi ma continuo domani..

CRI se è in calore potrebbe essere rimasta incinta.. Ma tu eri nei paraggi? Perché di solito stanno attaccati un po'.. Scusate il termine 😊

Cmq di solito nella prima quindicina di giorni non ci stanno e rifiutano il maschio (quando hanno le

perdite).. Dopo é il periodo più critico..  
Cmq fai un'analisi del sangue x stare tranquilla..

**mamma\_lara** Martedì, 22 Settembre 2015 23:28

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

**mamma\_lara** Martedì, 22 Settembre 2015 22:15

Kikka, che piacere il tuo scritto.

Meno male che il bimbo sta bene, certo che te la triboli abbastanza questa gravidanza.

Forza carissima.

Se riesci non lasciarci senza notizie.

**kikka** Martedì, 22 Settembre 2015 21:29

ciao a tutte! Come state? Io per un pò non ho scritto,...Dopo che ho saputo della gravidanza, alla fine di luglio ho avuto delle perdite, sono stata a riposo ed ero molto giù...Con il caldo ho rischiato il peggio...non voglio nemmeno pronunciarle quelle parole... 😞 Poi il 7/9 ho fatto l'eco e va tutto bene! Il bimbo sta bene ed il pericolo è scongiurato finalmente!!! 😊 Ora sto curando una bruttissima otite che mi tiene sotto da 20 giorni, un male atroce e tre volte in ps...della serie...non ci facciamo mancare nulla!!! Ora sono in cura da un otorino che sembra averci capito e sto meglio, ma è stat durissima e qualche volta mi hanno dovuto fare delle flebo di ketoprofene. Il gine dice che non succede nulla, ma io ho sofferto tantissimo di sensi di colpa.... 😞😞😞 Spero di riuscire a superare anche questo periodo. Vi ho pensato tanto! <3

**mamma\_lara** Martedì, 22 Settembre 2015 21:01

Ho le due stampanti che se avessero le mani mi avrebbero già menato. Stanno stampando da questa mattina e forse non ne possono più. Povere.

Ma voglio proprio sia un bel Convegno, almeno è questo che vorrei. 😊

Siamo noi ad organizzarlo. 😊 Tutte noi. 😊

**mamma\_lara** Martedì, 22 Settembre 2015 20:17

Simona, certamente. 😊

**Simona** Martedì, 22 Settembre 2015 19:21

Lara... tra raffinate ci capiamo bene... 😊😊😊😊😊

Benvenuta Velda.. 😊

**mamma\_lara** Martedì, 22 Settembre 2015 17:58

E' arrivata una nuova amica. Diamo la benvenuta a Velda.

**paula1** Martedì, 22 Settembre 2015 17:57

Buon pomeriggio a tutti...sono già a casa perchè il gruppo oggi è saltato...sono andata solo dalla dottoressa del DCA....stamattina in Medicina ho fatto moltissima fatica anche se ero in coppia con un ragazzone...,inoltre le colleghe ci hanno pure detto che siamo stati lenti... 😞 che due scatole non sopporto più nessuno...

**mamma\_lara** Martedì, 22 Settembre 2015 17:56

Simona, ho risposto alla tua e-mail, scusami tanto se ho usato parole troppo raffinate, ma non sapevo quali altre usare. Sto tradendo la mia estrazione contadina e un po' mi spiace. Ma cosa vuoi farci 😊

**mamma\_lara** Martedì, 22 Settembre 2015 16:35

Poi preparo anche i fogli da compilare per l'adesione ad Al.Ce. così potete farlo direttamente a Ferrara e vi risparmiare di fare il bonifico online

**mamma\_lara** Martedì, 22 Settembre 2015 16:32

Ho fatto anche un paio di fogli che spiega Al.Ce. Li vado a pinzare

**mamma\_lara** Martedì, 22 Settembre 2015 16:31

Sto fotocopiando un bel po' di cosine da distribuire al Convegno. lo stampo ciò che ho ma spero mi arrivino anche informazioni dai medici presenti. Ho chiesto loro di mandarmi qualcosa così ho sempre più informazioni da distribuire. Poi ho anche un po' di libri rimasti da vecchie edizioni, metterò anche quelli nella cartellina. Non ho tutte le cartelline, mi perdonerete se a voi metto tutto in una bustina di quelle trasparenti che contengono i fogli.

**mamma\_lara** Martedì, 22 Settembre 2015 15:39

Simona, noi siamo un gruppo che si è formato 13 anni fa e saremo sempre un gruppo fino a che avremo la capacità e voglia di stare insieme. Se non avessimo le possibilità di fare un convegno ci sarà casa mia dove stare, oppure sicuramente il Comune di Ferrara troverà un posto dove poter stare.

Poi sono certa che avremo anche medici che arriveranno da ogni dove pur di stare con noi. lo non so cosa dire per il tuo messaggio, ma sappi che mi ha fatto bene. Tanto bene. Grazie.

Da adesso lavorerò il doppio e con maggiore forza se mai fosse possibile.

Ti voglio bene.

Vi voglio bene.

**mamma\_lara** Martedì, 22 Settembre 2015 15:11

Rossana, va la che siete rimaste amiche nonostante lo "spettacolo". Non sai quanto vi sono grata. Il vostro è proprio amore vero. ♥ ♥ ♥

**Simona** Martedì, 22 Settembre 2015 15:10

Lara... io ... e credo di non essere neanche l'unica... Annuccia sicuro ma anche altre amiche ne sono certa... leggiamo un po' "oltre" alle parole scritte..... non sono "troppo" preoccupata per te perché so che sei una roccia... forse c'è solo un equilibrio da ritrovare .... quando ti vedrò ti dirò bene ciò che mi è arrivato dai tuoi scritti... sappi ..come dice Annuccia...Che cmq noi ci saremo sempre...qui sul forum ma anche altrove...

parlo per me ora:

a me non serve un convegno organizzato alla perfezione con medici professionisti...neurologi...psicologi e quant altro per venire a Ferrara.... io vengo per te e per tutti gli amici che ci partecipano... ho bisogno di voi... della nostra condivisione del dolore... della nostra empatia... mi basta un parco... un po' di panchine e la vostra presenza.... ecco.. per dire... che non sarà l'ultimo discorso.

. Spero tu voglia prepararne uno anche il prossimo anno e anche solo per noi forumine e forumini... perché le tue parole arrivano dove nessuno mai è arrivato... ti voglio bene Lara.... 😊

**mamma\_lara** Martedì, 22 Settembre 2015 15:09

Nico, da quando ho cambiato occhiali anche la mia testa fa i capricci.

Portiamo pazienza va. Solo che io sono più fortunata, non ho nessun cognato che arriva dal Brasile. 😊😊😊

**Annuccia** Martedì, 22 Settembre 2015 11:37

ROSSANA, grazie dell'appoggio, non mi asterrei dal chiedervi favori a voi emiliane se ci fosse bisogno.

**Annuccia** Martedì, 22 Settembre 2015 11:35

E' già la seconda volta che scrivi dicendo che è l'ultima volta, non ho capito quali siano i progetti futuri, ma noi saremo sempre un gruppo unito.

**Annuccia** Martedì, 22 Settembre 2015 11:34

LARA, brava fai le cose che ti aiutano a stare leggera. Capisco dalle tue parole che hai dei bei macigni. lo spero tanto di esserci al tuo discorso.

**Annuccia** Martedì, 22 Settembre 2015 11:32

Buongiorno a tutti!

ROSSANA, Andrea è un po' meno determinato di Enrico, comunque è stato obbligato a cambiare aria, noi siamo persone perbene e non abbiamo santi in Paradiso, qui il lavoro non c'è e non si trova nemmeno da fare il commesso se non hai il famoso "aiutino"!!!! Roberto piuttosto di chiedere si farebbe tagliare una mano.

Ora, pensa come mi sto violentando, non vedo l'ora che Andrea firmi il contratto della casa, per

paura che abbia qualche ripensamento. Il lavoro che ha trovato è per sei mesi ma se tutto va bene lo confermano, forse.

**mamma\_lara** Martedì, 22 Settembre 2015 10:43

Non posso uscire, non riesco. Andrò domani. Ora sto facendo cose che mi servono. Sistemo i miei gingilli per le decorazioni delle mie torte.

Ho bisogno di leggerezza 😊😊😊

**nico26** Martedì, 22 Settembre 2015 10:42

BUON MARTEDI' A TUTTE/I SOTTO EMI PULSANTE 😞

**rossana** Martedì, 22 Settembre 2015 10:35

ANNUCCIA i tuoi figli in Emilia, ma che effetto.

Conta sempre su di noi per loro.

Bravi e determinati anche loro eh, perché non è mica facile.

**rossana** Martedì, 22 Settembre 2015 10:33

FEFFE fai parte della squadra, c'è poco da fare.

Brava e bravi 😊

**rossana** Martedì, 22 Settembre 2015 09:48

DORA grazie del saluto che ci hai mandato tramite LARA.

Io non ti conosco ma non dimentico mai che ti rivolgevi a noi chiamandoci i dolci abitatori del tuo cuore.

Grazie

**rossana** Martedì, 22 Settembre 2015 09:46

Buongiorno a tutte,

LARA ho presente io quella cena e quella scena indecorosa.....mo mama mo mama che ridere...

**mamma\_lara** Martedì, 22 Settembre 2015 09:08

Simona, sai che ci sono in giro questi virus che durano pochissimo. 😞

Speriamo non faccia danni maggiori di quelli che ha fatto

**mamma\_lara** Martedì, 22 Settembre 2015 09:05

Devo ancora partire, ho voluto finire il mio intervento.

Penso sia l'ultima occasione per me così mi è "pesato" ancora di più perché è come un saluto, l'ultimo forse che vi faccio pubblicamente.

Ora devo solo rileggerlo fino allo sfinimento per non lasciarmi prendere dall'emozione. Ne avrò abbastanza da provare, perché la prima volta è stata disastrosa.

Non immaginate come mi faccia arrabbiare sta cosa.

Non è possibile che ne le difficoltà, ma neanche gli sgarbi che ricevo mi facciano piangere, anzi, più ho difficoltà e più mi faccio forza.

Ma è l'amore che ricevo a farmi commuovere e anche la gioia che mi viene da quello.

Lo sanno bene i presenti alla "pietosa" scenata durante la cena a casa mia non ricordo di quale anno piangevo come una fontana nascosta sotto il tovagliolo mentre dicevo: "ma come sono felice"

Non si può, non si può proprio.

Vado ad "esercitarmi" un altro po' poi esco.

**Simona** Martedì, 22 Settembre 2015 07:37

Buongiorno adoraro forum 😊😊. .. oggi va meglio... ho una giornata un po' intensa.... vediamo do arrivare a sera... 😊

Bella la storia del cantore Lara.... buon volantinaggio ... 😊

**mamma\_lara** Martedì, 22 Settembre 2015 06:48

Conosco una storia che parla di un cantore che voleva, con le sue canzoni, cambiare il mondo.

Si rese ben presto conto che era una cosa impossibile, ma continuava a cantare pur essendo schernito

e deriso per le sue parole.

Un giorno un ragazzo gli chiese perchè continuasse a cantare seppur nessuno lo ascoltasse. Lui rispose che ormai non cantava per cambiare il mondo, ma perchè il mondo non cambiasse lui."

**mamma\_lara** Martedì, 22 Settembre 2015 06:46

Buongiorno a tutti.

oggi volantinaggio così ci teniamo in forma.

**cri69** Martedì, 22 Settembre 2015 05:45

Buongiorno a tutti,oggi fà freddo.

**Piera** Lunedì, 21 Settembre 2015 20:15

Grazie Simona 😊, penso che sia l'unica foto con il cappello di tutta la mia vita, me la fece un fidanzatino che aveva l'hobby della fotografia al mare...le stampava lui. E' stato quasi un segno del destino!!!! 😊 la Giada mi ha fatto l'altra e le abbiamo affiancate...tutto qui. Rendono bene l'idea del tempo che passa.....e di quante cose tutte noi facciamo con il md: studiamo, lavoriamo in casa e fuori, ci sposiamo, facciamo figli, curiamo i nostri cari, diventiamo nonni.....e sempre con il nostro fedele compagno accanto, pero' siamo qui a dircelo e a raccontare, questo e' l'importante.... grazie per esserci

**Simona** Lunedì, 21 Settembre 2015 20:02

Mi sa che ho preso un virus o roba del genere... oggi pomeriggio sono stata male di stomaco... ora mi son fatta una zuppa di pollo e zucca .. va pochino meglio...

Lara immaginare che ti giri i pollici a me viene proprio impossibile. ... 😊

Piera bella oggi e bella ieri.... intendo la foto 😊😊

**Piera** Lunedì, 21 Settembre 2015 19:34

Grazie Lara, ho visto la mia foto 😊

**paula1** Lunedì, 21 Settembre 2015 17:18

Buon pomeriggio a tutti...qui sole e caldo...oggi primo giorno con la caposala dell'altra chirurgia...un po' di confusione, ma siamo andati bene...domani col cambio turno sarò in Medicina, ma va bene.....il direttore ha spostato la riunione a giovedì...ufff io vorrei scavarmela prima possibile, e dalle voci che circolano, per me non arriveranno bei tempi..., però più ci penso, più mi rendo conto che le 4 notti consecutive non mi va proprio più di farle anche se mi pagasse di più...(cosa impossibile comunque 😊)..

oggi ci hanno anche fatto un corso per spiegare la busta paga...interessante...io col premio per non fare assenze e il bonus Renzi prendo comunque meno di 10 anni fa... 😊😊😊 le addizionali regionali e comunali sono quelle che fanno girare più le scatole... 😊

**mamma\_lara** Lunedì, 21 Settembre 2015 17:00

Non pensate che mi stia girando i pollici, sto lavorando ♥ ♥ ♥

**mamma\_lara** Lunedì, 21 Settembre 2015 16:59

Feffe, la stessa cosa ho fatto io quando ho sentito queste parole. E non sentivo per niente fuori luogo la mia reazione, so bene cosa ci sta dietro. mi sono unita a loro e ho detto grazie anch'io. 😊

**feffe81** Lunedì, 21 Settembre 2015 16:10

MAMMALARA lo ammetto: quando ho sentito il "grazie ragazzi" in tv ho pensato che fosse diretto anche a me...e mi sono commossa 😊

**mamma\_lara** Lunedì, 21 Settembre 2015 15:37

maya, buon lavoro anche a te carissima. 😊

**mamma\_lara** Lunedì, 21 Settembre 2015 15:27

Simona, ci sono quei giorni che se stanca a tutto ti da noia. Basta aspettare e passa tutto. 😊  
Questo stare non è la norma ormai

**mamma\_lara** Lunedì, 21 Settembre 2015 15:26

Rieccomi, ho finalmente timbrato le locandine del Convegno così le potrò esporre nei locali pubblici. Oggi mentre Gabriele andrà dal medico le porterà nel vecchio ospedale.

Mi chiedo che lavoro fanno i Poliziotti e i Carabinieri, quando li vedo per strada mi sento più sicura e vado tranquilla. Questa mattina mi hanno tranquillizzata sul parcheggio, ho girato non so quanto per trovarne uno e alla fine ho messo l'auto fuori dalle strisce apposite, così ho chiesto a loro e mi hanno tranquillizzata dicendo solo di metterla in un posto che non intralciasse. Li avrei abbracciati. Che bravi ragazzi, fanno un lavoro mal pagato e sono anche sempre in pericolo. Periodo nero per le gambe e anche camminare un po' faccio fatica, se avessi dovuto parcheggiare nel parcheggio di Piazzale Kennedy non sarei mai arrivata a fare tutto. E per le mie cose mica posso sempre chiedere a Gabriele di accompagnarmi, mi piace farmele da me.

**Annuccia** Lunedì, 21 Settembre 2015 11:33

Buongiorno a tutti!  
da queste parti tutto bene.....

**Simona** Lunedì, 21 Settembre 2015 11:08

Oggi sto facendo fatica... son stanca. .. sarà che mi deve arrivare il ciclo...o xhe sto fine settimana non è proprio stato dei piu rilassanti . Non so.... so che ho la testa delicata.. l umore sul nervosetto..il fisico stanco.... ed è solo lunedì.... 😞😞😞 vabbe.... cerchiamo di arrivare alle 14 per poi vegetare fino a cena.... 😊😊

**Maya** Lunedì, 21 Settembre 2015 07:45

Buon lavoro a tutte. . 😊

**Simona** Lunedì, 21 Settembre 2015 07:32

Buongiorno adoraro forum 😊

**nico26** Lunedì, 21 Settembre 2015 07:27

Dal lalvor buondi' a tutte/i.

da oggi apertura totale delle vasche per l'inverno e quindi 😞😞 .

Poi venerdi' ho cappellato un errore fatto in una vasca che era in manutenzione e tutti sono andati in panico visto che l'errore l'ho visto io che non sono un tenico dei lavori di manuten.Dai pure andiamo avanti pure.

Oggi o domani ragazze/i parliamo del mio contratto di lavoro 😞 e dato che il mio dirett. dice con la Dany non c'è problema vediamo !Davanti a tutto pero' vi e' sempre la mia famiglia!  
Aiuto...merc. arriva il cognatoooooo

**mamma\_lara** Lunedì, 21 Settembre 2015 07:13

Sto aspettando i muratori che vengono a prendere delle piastrelle per sistemare l'appartamento che sta nel corridoio. Poi vado in Comune e alla Camera di Commercio sperando sia la volta buona. 😊😊

**mamma\_lara** Lunedì, 21 Settembre 2015 07:09

Paula, io ho fatto colazione a letto solo quando ero ricoverata in ospedale.  
Però poi faccio briciole e devo cambiare le lenzuola. Cosa si deve inventare una per trovare la scusa che non ha nessuno che le prepara la colazione e gliela portano a letto 😊😊😊😊

**mamma\_lara** Lunedì, 21 Settembre 2015 07:06

Simona, guarda che la frase che ha messo qui Piera ce l'ho scritta alle mie spalle e ogni tanto me la leggo. Quando capisco che ho una persona che mi "supera" non mi ci metto neppure e mi dico che è troppo forte per me. Alle volte battere in ritirata aiuta parecchio e semplifica la vita. Poi però agisco di conseguenza senza fare danni, alle volte anche cambiando completamente strada e ambiente se sono troppi gli "idioti".

**mamma\_lara** Lunedì, 21 Settembre 2015 07:01

Feffe, ti hanno anche ringraziato in diretta 😊 ha detto proprio così "dobbiamo ringraziare tutti, non solo quelli che sono qui ma anche quelli che sono a casa". Ho subito detto a Gabriele "HANNO RINGRAZIATO FEFFE" 😊😊😊😊

**mamma\_lara** Lunedì, 21 Settembre 2015 06:57

Nico, troppo bravo il tuo bimbo. Farà la fortuna della sua compagna quando l'avrà, te lo dico con cognizione di causa visto che spesso Gabriele si prepara lui da mangiare. Io alle volte non ho tempo, diciamo che spesso non ho tempo 😊

**mamma\_lara** Lunedì, 21 Settembre 2015 06:54

Paula, è vero, c'è chi riesce a fare come gli pare e altri invece riescono a fare come possono. Niente di più vero. 😊

**mamma\_lara** Lunedì, 21 Settembre 2015 06:31

Buongiorno a tutti

**cri69** Lunedì, 21 Settembre 2015 05:41

Buongiorno a tutti, buon inizio settimana.

**Simona** Domenica, 20 Settembre 2015 21:39

Feffe tutte al cinema... 😊😊

Nico fantastico il tuo bimbo.. anche io mi sono appena preparata le crepes x la colazione di domani... 😊😊

Buonanotte adoraro forum 😊😊

**paula1** Domenica, 20 Settembre 2015 20:43

Buona sera a tutti...oggi siamo andati a fare un giretto alla Festa dell'uva a Castenaso..c'era solo mercato, ma è una festa molto carina....c'è anche la ricostruzione dell'accampamento dei Galli Boi...fanno ridere...poi siamo tornati su..mi sono riposata...sono sempre stanchissima...

NICO26..facciamo un po' per uno nell'ospitalità di Nico.. 😊 io in 28 anni di convivenza non ho mai visto una colazione a letto, ma nemmeno una colazione fatta da altri... 😊😊 MAMMA LARA... 😊😊😊 farà parte del fatto che ognuno fa quello che gli pare....e spesso.....solo quel che può... 😊😊😊😊😊😊😊😊

**feffe81** Domenica, 20 Settembre 2015 20:26

e sono andata al cinema con MAYA 😊😊 che confusione!! però ci è piaciuto 😊 SIMONA oggi tutte al cinema

MAMMALARA il concerto di ieri sera era tranquillissimo, clavicembalo e violino non hanno suoni forti...e la gara è andata alla grande!! 😊

NICO te lo ospito io il bimbo se mi fa le crepes la mattina!!!

**Simona** Domenica, 20 Settembre 2015 19:46

Cris bene... 😊😊 mega concertone... Roma. .. gran bella città. .. io sono rimasta incantata da piazza di Spagna e dalle catacombe.. 😊

**Simona** Domenica, 20 Settembre 2015 19:44

Lara. . Purtroppo è così. . Non ce l'ho affatto con il cane.. povero mi fa pena perché è capitato in una famiglia di buzzurri ignoranti che hanno sempre da criticare tutti e vivono con la cacca in casa... ma io non posso mica cambiare le persone... ma dei paletti devo metterli pure con loro mi sa... pensa che solo 3 giorni fa questa criticava me perché se piove magari capita che lascio i cuscini sul dondolo o sulla panchina e lei dice "ah... lo so come sei tu.... te ne freggi... lasci i cuscini a marcire... " ah bhe..... poi quella che stendo i calzini al contrario ... e tante altre critiche su di me...

Ma alla fine com'è quel detto? Che a discutere con gli ignoranti meglio non mettersi perché prima scendi al loro livello e poi ti battono x esperienza. .. bhe...non è proprio così ma il senso si capisce... 😊

**mamma\_lara** Domenica, 20 Settembre 2015 19:01

Cris, immagino che cantare 3 ore sia una fatica immane e ci sta che alla fine perdano un po' dello smalto iniziale.

Roma è la più bella città al mondo.

Io sono stata seduta 3 ore davanti alla fontana del Tritone e ancora non mi bastava. Mi spostavo per ammirarla in ogni angolo. Un capolavoro assoluto. Poi a rendere tutto ancora più bello è stato un signore, io pensavo che facesse spettacolo, invece era un signore con dei problemi e li esprimeva come poteva. Ancora ce l'ho nel cuore e quando ho letto l'articolo della sua morte ho provato un grosso dispiacere. Che caro era, di una gentilezza da lasciare senza fiato. Almeno io l'ho vissuto così

**mamma\_lara** Domenica, 20 Settembre 2015 18:54

Cri, segnato 😊

Mi spiace per l'altro triptano.

Fatti forza va che presto riprendiamo il gruppo.

**mamma\_lara** Domenica, 20 Settembre 2015 18:53

Simona, non è possibile che lascino la cacca del cane sotto il tuo balcone. Hai fatto bene a mettergliela sul loro balcone. Non è possibile proprio. Povero, il cane la fa dove trova, mica sa che quella è casa tua.

Che pulissero almeno.

**cri69** Domenica, 20 Settembre 2015 18:36

CRIS si lo è...mi rassereni 😞

**Cris83** Domenica, 20 Settembre 2015 17:55

Ciao!!

Io sto tornando da Roma .. Sono sul treno!

Il concerto ieri sera è stato davvero bello! Sono stati davvero bravi.. E anche se alla fine cominciavano ad accusare un po' hanno cantato per tre ore di fila!

Oggi abbiamo fatto anche un giretto .. Siamo stati a piazza di Spagna e fontana di Trevi, che però era tutta chiusa x lavori.

CRI i cani di solito non vanno in menopausa.. Quindi in teoria sono sempre fertili. Ma è successo mentre era in calore?

**cri69** Domenica, 20 Settembre 2015 17:30

Altro trip anche per me...uffi.....LARA per la cena del 9 saremo in 2 😊, un menù standard....che potevo fare a meno di dirti, già lo sapevi ed 1 vegetariano, grazie.

Mi metto a stirare, ne ho una valanga 😞😞😞

**Simona** Domenica, 20 Settembre 2015 15:35

Arrivata a casa .. ho passato un po' di ore con Mattia.. siamo andati al cinema a vedere Inside Out... poi mangiato qualcosina e una volta tornati a casa ci ha accolto una bella puzza di cacca... il cane dei vicini... eh... oggi non ce l'ho fatta a trattenermi... loro non sono in casa.. sono assata di là e ho raccolto tutto.. fatto sacchetto e messo nel loro terrazzo... lo avevo già fatto l'anno scorso... il messaggio è chiaro ma intanto le persone bizzurre restano tali.... fossi in loro mi vergognerei.... ma si sa.... il mondo è bello perché è vario... 😊😊

**mamma\_lara** Domenica, 20 Settembre 2015 14:28

Vado a togliermi un po' di altro lavoro. Ritaglio le maglie da restringere.

Così diversifico 😊😊😊

**mamma\_lara** Domenica, 20 Settembre 2015 14:26

Cri, io sono andata l'altro ieri a fare la spesa e ho ancora le gambe che gridano vendetta. 😊😊  
Troppa e tutta in una volta.

**mamma\_lara** Domenica, 20 Settembre 2015 14:25

Annuccia, mica farti scrupoli eh.

Butta qui tutto quello che ti fa male tenere dentro. Noi ascoltiamo e intanto ci sentiamo meno sole anche in questa sofferenza.

**mamma\_lara** Domenica, 20 Settembre 2015 14:23

Nico, il tuo bimbo è un fenomeno veramente 😬😬😬😬

**Annuccia** Domenica, 20 Settembre 2015 14:23

Partiti tutti! Ora mi riposo. Qui grandi tuoni e forse rinfresca. Poi cerco di leggervi

**mamma\_lara** Domenica, 20 Settembre 2015 14:22

Maya, dai, finalmente la testa è libera. Forza carissima.

**mamma\_lara** Domenica, 20 Settembre 2015 14:20

Paula, segnati bene il messaggio che hai scritto sotto, perchè quando vieni a Ferrara ti dico come considero io fare ognuno quello che si sente di fare. Scriverlo mi sembra brutto.

**mamma\_lara** Domenica, 20 Settembre 2015 14:19

Feffe, anche qui si tifa per le "rosse". Gabriele è già in pole position e guai a chi lo disturba.

Bella la musica, anche a me piacerebbe proprio andare ai concerti, ma so per certo che avrei un bel

MDT assicurato. Così mi limito ad ascoltare musica alla tv quando non ho convegni da organizzare 😊



Ora sono un po' messa male, non ho un minuto.

Ma va bene così, questo impegno non è un impegno ma gioia su gioia perchè lavoro per noi e quello non mi stanca mai mai mai.

**feffe81** Domenica, 20 Settembre 2015 13:14

Impasticcata 😬 mi metto un po' sul divano...forse guardo un po' la gara, MAMMALARA si tifa per le rosse 😊

**Maya** Domenica, 20 Settembre 2015 10:59

Un'abbraccio a Rossana e Alberto.

**Maya** Domenica, 20 Settembre 2015 10:58

Caio e buona domenica, io che da giovedì ero con emu oggi finalmente , testa libera.

**paula1** Domenica, 20 Settembre 2015 10:35

Anche il mio umore oggi è giù... 😬 ora usciamo..vediamo se migliora qualcosa....spero che piovva oggi così magari domani mattina non prendo l'acqua 😊😊 ho trovato anche il cambio turno per martedì così sono più tranquilla...

Buona giornata a tutti 😊

**feffe81** Domenica, 20 Settembre 2015 10:28

Buona domenica a tutti. Qui non va tanto. Ieri il trip ha fatto effetto e sono andata a sentire un concerto di musica barocca che mi interessava ed era gratis. Stamattina mi sono svegliata col mdt, ho la nausea e l'umore giù giù

**paula1** Domenica, 20 Settembre 2015 10:02

Buon giorno a tutti...nuvole e sole...ieri sera alla fine non abbiamo fatto niente...e mi sono pure presa la colpa.. 😬 era già da pomeriggio che Fausto diceva che non stava bene (sintomi

dell'influenza 😬 ), poi c'era l'Italia del rugby e quindi ho detto che potevamo rimanere in zona e vedere la partita al bar...siamo andati a mangiare una piadina al volo al chiosco qui vicino a casa e poi al bar, ma c'era un altro che voleva vedere il Milan e ha vinto lui...allora siamo tornati a casa e l'ha poi vista in differita su MTV col nervoso perchè non si vedeva quasi niente...io me ne sono andata

a letto... 😬😬

visto che era scontento per non essere andato a Bologna gli ho detto che potevamo alzarci presto per una gita e lui ha detto che deve anche riposare....insomma non va mai bene niente... 😬 che pazienza.....

SIMONA, PIERA anche io ho fatto il "trentennio" con lui dove è tutto molto libero, ma che fatica però!  


**nico26** Domenica, 20 Settembre 2015 09:41

Una buona domenica sotto temporale fortissimo e Nico che ci ha fatto la sorpresa di crepes calde....ma la cucina Dio mama  Ma va bene lo stesso. Dora sei sempre nei nostri cuori in ogni momento.

**cri69** Domenica, 20 Settembre 2015 08:58

Buongiorno a tutti e buona domenica.  
sembra che la mia 48h di mdt sia passata ora mds e mdr (reni) ma ci stà.  
Mi associo , anche se in ritardo, agli auguri per i bimbi e, non ,del forum.  
Felice anche dei saluti di Dora che rimane sempre nei ns cuori e nei ns pensieri. Anche se non mi piace farlo ,ma devo pur mangiare,vado a fare la spesa .Besos

**Simona** Domenica, 20 Settembre 2015 07:41

Annuccia comprensibile la tristezza tua e di Andrea.... mi spiace... l'unica consolazione potrebbe essere che è vicino ad Enrico... ma certo ti ci vorrà un po prima di abituarti al vuoto che lascia la sua partenza.. ti abbraccio

**Simona** Domenica, 20 Settembre 2015 07:37

Buongiorno adoraro forum  

**mamma\_lara** Domenica, 20 Settembre 2015 07:04

Buongiorno a tutti.

Annuccia, immagino la tua tristezza e quella di Andrea   
I bambini sanno tutto e capiscono tutto e sanno anche come esprimerlo.  
Venerdì avevo l'anima triste anch'io e Emma mi chiedeva sempre cosa avessi, mi diceva che avevo il sorriso triste.  
I bambini sentono tutto.

**Annuccia** Sabato, 19 Settembre 2015 21:15

Sono felice del saluto di dora che penso costantemente.

**Annuccia** Sabato, 19 Settembre 2015 21:14

Buonasera a tutti! Prima di tutto un pensiero e un abbraccio affettuoso per Alberto e Rossana.  
Giornata pere stancantissima sia fisicamente che moralmente, Andrea è partito nel pomeriggio presto.  
Era tanto triste che addirittura lupo sembra essersene accorto quando l'ho abbracciato è arrivato di corsa e si è unito all'abbraccio.

**mamma\_lara** Sabato, 19 Settembre 2015 20:56

Vado a fare meditazione.  
Buona notte e sogni bellissimi per tutti. State bene se potete

**mamma\_lara** Sabato, 19 Settembre 2015 20:55

Paula, sarà un viaggio stupendo quello dei tuoi genitori. Poi se avranno chi li accoglie non si stancheranno poi così tanto.  
Dai va che dopo ne avranno da raccontare.

**mamma\_lara** Sabato, 19 Settembre 2015 20:53

Feffe, di alla testa che la rossa ha fatto i "miracoli" oggi e che ne faccia uno anche lei.  
Speriamo ti ascolti 

**mamma\_lara** Sabato, 19 Settembre 2015 20:52

Mariagrazia, mi spiace tanto che non puoi venire, ma hai ragione se ti piace fare il corso di pittura fai bene.

**mamma\_lara** Sabato, 19 Settembre 2015 20:51

Simona, stesso rapporto ho con Gabriele mio. Ma si sta troppo bene così.  
Poi ogni tanto gli amici cercano di mettere maretta e quando si assenta per andare a pescare cercano di ingelosirmi dicendomi che non va a pescare. Io li ho già sistemati dicendo loro che a me basta che

torni a casa la sera e se non vuole tornare a casa la sera mi basta torni a casa il fine settimana. To mo.

Poi una vota mi hanno talmente stancato ho risposto loro che se tanto mi da tanto a me va bene così e guai a cambiare qualcosa. Poi dico anche un'altra cosa, ma quella te la dico quando vieni a

Ferrara 😄😄😄

**mamma\_lara** Sabato, 19 Settembre 2015 20:45

Dora è nel cuore di tutte noi e li ci rimarrà per sempre sempre.

**mamma\_lara** Sabato, 19 Settembre 2015 20:44

Maria51, che meraviglia. Ma come sono contenta per te. Che brava brava brava. Poi ci racconterai. Troppo forte.

Io sono lì con te.

Non riuscirei mai ad essere presente ad un concerto con le gambe come ho messe. Come anche non riuscirei a fare viaggi per lo stesso motivo. Così viaggio con gli occhi di chi viaggia e poi raccontano come anche ascolto con le orecchie di chi racconta, per questo cara spero proprio che tu ci racconti la tua bellissima esperienza.

Mi raccomando ♥

**MARIA51** Sabato, 19 Settembre 2015 20:37

Alla mia "veneranda" età, per la prima volta nella mia vita, sono ad un concerto a Verona e la mia testa sembra tranquilla. Sono emozionata...

**Simona** Sabato, 19 Settembre 2015 18:58

Grazie dei saluti Lara della nostra Dora.. anche io la penso spesso.. e la ricordo a Ferrara come fosse ieri anche se son passati 7 anni..

**feffe81** Sabato, 19 Settembre 2015 17:06

Grazie dei saluti di DORA, anche io la penso...

Ho un principio di mdt

**paula1** Sabato, 19 Settembre 2015 15:44

MAMMA LARA grazie dei saluti di DORA, io la penso spesso e avendola anche conosciuta di persona, mi sono ancora più graditi.....

Buon Compleanno in massa a tutti i bambini del forum...così li prendo tutti... 😊

**paula1** Sabato, 19 Settembre 2015 15:42

Buon pomeriggio a tutti...siamo andati a pranzo dai miei genitori perchè oggi ci hanno dato la notizia che domenica prossima partono e staranno via quasi un mesetto...vanno in Sardegna, finalmente fanno il viaggio col regalo che gli avevamo fatto per il 50esimo di matrimonio, inoltre vogliono rivedere un po' tutti quelli che sono rimasti, perchè pensano sia l'ultima volta che ci andranno...hanno già 78 anni e gli acciacchi ci sono...però se ne vanno in aereo e là saranno accolti bene, già lo sappiamo.....la più contenta è una cugina che ha la distrofia muscolare e sapere che mia mamma starà là un po' con lei la riempie di gioia...(la sua mamma era la sorella di mio babbo e purtroppo si era tolta la vita anni fa)...

sono abbastanza gasati, speriamo che vada tutto bene....

ora mi riposo perchè, anche se più giovane, sono piena di acciacchi anche io 😄😄😄

**mariagrazia** Sabato, 19 Settembre 2015 15:28

Lara mi dispiace, ma pure quest'anno salto il Convegno. Questa volta non per cose brutte, ma ho l'occasione di frequentare un corso di pittura onestroke e il corso inizia proprio qualche giorno prima. Era una cosa che desideravo da molto tempo ed ora ho l'occasione di farlo con una delle maestre più brave in assoluto che usano questa tecnica. Ma il corso costicchia un po' e non riesco a fare sia quello che il viaggio. Mi dispiace.

Prima o poi però vedrete che parteciperò.

**mariagrazia** Sabato, 19 Settembre 2015 15:23

Annuccia auguri per Lupo, già un anno. Piccoli cuccioli crescono in fretta!

**mariagrazia** Sabato, 19 Settembre 2015 15:22

Rossana un abbraccio a te e Alberto. Mi dispiace molto per tuo suocero.

**mamma\_lara** Sabato, 19 Settembre 2015 14:56

Ho dei saluti da portarvi che vi faranno un immenso piacere.  
Vi saluta e vi abbraccia la nostra carissima Dora.

**mamma\_lara** Sabato, 19 Settembre 2015 14:56

Simona, lo dico anch'io meno male che c'è Piera a ricordare i compleanni, mi era già andato tutto fuori dalla testa.

Auguri di buon compleanno a Lupo  
E auguri di buon compleanno ad Alessia.  
Grazie Piera, se non ci fossi tu .....

**Simona** Sabato, 19 Settembre 2015 14:29

Scusami Annuccia... mi son dimenticata del compleanno di Alessia... tanti cari auguri e buoni festeggiamenti per Lupetto.... un gran bel fine settimana ricco di lieti eventi.... spero tu possa godere a fondo questi due giorni senza "disturbi"...

Per fortuna c'è la nostra Piera che si ricorda sempre tutto.... ciao Piera....saluta Giorgio... 😊😊

**Piera** Sabato, 19 Settembre 2015 14:22

Annuccia tanti cari auguri a Lupetto per il suo "compleanno romano" 😊 e altrettanti cari auguri ad Alessia per i suoi nove anni !!! 😊

**Piera** Sabato, 19 Settembre 2015 14:20

Simona io sono 33 anni che vivo con Giorgio così come fai tu con Gabriele.....non potrei mai impedire o limitare qualcuno nel fare le cose che desidera nel rispetto reciproco. Noi facciamo tantissime cose insieme forse anche di più di quelle che facciamo separati, ma la libertà di fare anche altro non deve mai mancare nella coppia, anche secondo me

**Simona** Sabato, 19 Settembre 2015 13:53

Lara... io delle volte mi meraviglio di me stessa.. in altre relazioni del passato non mi è mai capitato di sentirmi così serena da poter vivere in piena libertà gli spazi dell'uno e dell'altro... sarà che io e Gabriele lavoriamo anche insieme ma quando a me fa piacere far qualcosa come uscite con amici o gite fuori porta o anche la semplice giornata al mare io gli propongo sempre dicendo che se vuole venire a me fa piacere ma di sentirsi libero di dire anche di no... lui è libero sempre... i nostri clienti gli dicono che è un uomo fortunato e se io ho una sorella... 😊😊 io credo che la libertà sia una delle cose fondamentali per vivere bene in coppia. .. altrimenti ti limiteresti a vivere una vita non tua con il rischio che dopo un po' di anni ti possa sentire in gabbia e quindi fuggire via.... 😊😊 questo è ovviamente un mio pensiero ....che su di me e Gabriele funziona alla grande.... 😊😊😊

**mamma\_lara** Sabato, 19 Settembre 2015 11:59

Simona, io dopo un bel po' di anni con Gabriele penso ci sia bisogno anche di fare le cose separate, facendo così si è più tranquilli e sereni poi i momenti che dedichiamo alla coppia

**mamma\_lara** Sabato, 19 Settembre 2015 11:55

Sono rientrata dopo aver fatto un po' di volantaggio. Alla camera di commercio ci andrò la prossima settimana, è peggio che andare in Senato. 😊😊😊

Poi farò il giro per gli esercizi e chiederò se mi fanno la cortesia di esporre la locandina.

Andrò anche a Cona in Ospedale al centro della cefalea e anche qui alla mutua. Insomma se a girare si guadagnasse sarei ricca. 😊😊😊😊

Se vale essere ricchi anche se non si hanno soldi in banca, io sono ricchissima. 😊😊😊😊😊😊

**paula1** Sabato, 19 Settembre 2015 09:38

Nella villetta di fronte a casa mia sono nati i cuccioli...la padrona ha messo i fiocchetti rosa e azzurri sul cancello...4 rosa e 2 azzurri (erano 8, ma 2 non ce l'hanno fatta)...se passa qualcuno che non lo sa...chissà cosa penserà del padrone di casa...che tra l'altro è Big Jim...un bel ragazzone di 59 anni, ma molto prestante... 😊😊😊

sono cuccioli di labrador...2 neri e 4 beige,,la signora ha detto che me li farà vedere...(io però amo i lagotti♥)

**paula1** Sabato, 19 Settembre 2015 09:16

leri pomeriggio ho ritirato Selladicavallo e tutte le volte mi salasso... 😞 ora dovrò fare le gomme a fine ottobre, ma quest'anno credo che userò più spesso la corriera perchè le nostre strade stanno diventando davvero brutte e poco tenute.....  
sono preoccupata perchè ultimamente mi sento svogliata e apatica...e non va molto bene perchè si può cadere in circoli viziosi...i cambiamenti che avverranno sul lavoro sono la causa principale dei pensieri, ma non per via del lavoro in sè, quanto a cosa comporteranno nella vita quotidiana...Fausto ha già iniziato a dire "non farti fregare tutti i fine settimana"...e siccome ci sono già passata in questa situazione, non vorrei ricadere in quei periodi "bui"...  
farei un salto nel tempo per essere già a mercoledì che c'è la riunione...intanto, per evitare degli equivoci, la richiesta dei giorni per il congresso la farò scritta...perchè non mi fido più di nessuno... 😞

**rossana** Sabato, 19 Settembre 2015 09:13

Buongiorno a tutte,  
grazie amiche.  
PAULA tu la sai lunga, e sei sensibile. Ricordatelo.  
Vado dai miei e a fare una spesina.  
Buona giornata a tutte

**paula1** Sabato, 19 Settembre 2015 09:07

Buon giorno a tutti...qui sole pallido...innanzitutto faccio le condoglianze a ROSSANA e Alberto...io un po' me lo ero immaginato, ma credo che siate stati una famiglia fantastica nel suo ultimo pezzetto di cammino... 😊

**Simona** Sabato, 19 Settembre 2015 08:23

Buongiorno adorato forum 😊😊  
Oggi giornata piena di impegni, alle 11 mio papà porta Mattia a fare una prova di tennis... prima dovremmo comprare un regalino per il suo amichetto Cristian che oggi fa 5 anni e abbiamo il compleanno nel pomeriggio.... poi avrei mille cose in testa da fare ma devo darmi una calmata.... stanotte avevo bruciore di stomaco e non riuscivo a dormire e macinavo con la testa tutte le cose che avrei voluto fare oggi ma umanamente non sono Wonder woman, la mia testa si deve un po' mettere tranquilla e lasciami anche un po' di spazio per il riposo.....  
Domani invece io e Mattia dovremmo andare nell'acchetta in mezzo al bosco degli amici di famiglia.... a Gabriele ho detto di sentirsi libero di non venire almeno si riposa e guarda la partita alle 15 che giochiamo contro la Juventus e ci tiene a vederla..... io vorrei andare perché lassù è veramente un paradiso, solo verde vedi. Tanto bel verde..... relax..... per ora mi bevo un bel caffè doppio poi vedo da dove cominciare ....  
Cri mi spiace per la tua stanchezza e il doppio trip..... spero tu domani possa riposare...  
Feffe buon caffè di mezza mattinata con le tue amiche... 😊

**feffe81** Sabato, 19 Settembre 2015 08:01

Buongiorno a tutti! Un po' in ritardo auguri a Vittoria!  
Stamattina mi trovo per un caffè con le mie due ex colleghe dell'università 😊  
prima di uscire devo fare doccia e capelli e lavare i piatti: è da lunedì che non muovo un dito in casa

**nico26** Sabato, 19 Settembre 2015 07:56

Cris prelievo di sangue immediato 😞

**nico26** Sabato, 19 Settembre 2015 07:55

Buongiorno a tutti/e  
Rossana ora tuo suocero viaggia verso un mondo di luce. Il v vostro cuore e in pace perché sapete con certezza Che avete fatto tutto il possibile per fargli percorrere la sua strada del tramonto dignitoso. Mancherà la presenza fisica ma sappi che sarà accanto a voi per sempre.Tvb.

**cri69** Sabato, 19 Settembre 2015 05:53

Buongiorno a tutti,dire che sono a pezzi è dire poco,ieri due trip,un dolore atroce,il vento ieri mi ha steso ,ed ero già stanca di mio.Spero vivamente di essere a casa domani per recuperare un pò anche se ho tremila cose da fare.Chiedo alle ragazze che hanno tanti cagnoloni....la mia Cipolla ha 11 anni e nei gg scorsi un cagnone l'ha importunata,ci sono problemi per una gravidanza ,visto l'età ? Il padrone è stato avvisato,il cane saltava la staccionata...da vedere....  
Anche se in ritardo auguri a Vittoria ,ieri è stato anche il compleanno della mia mamma ,non grandi cose ma Giulia è venuta a pranzo ed è già un gran regalo.Come succede tante volte nella vita le gioie si accompagnano ai dolori e porgo le mie condoglianze a ROSSANA ed ALBERTO....non immaginavo proprio,mi spiace.Un abbraccio

**mamma\_lara** Sabato, 19 Settembre 2015 05:45

Devo farle con la macchina da cucire è questo è un po' un limite, andrebbe meglio una taglia e cuci, ma quella non ce l'ho più

**mamma\_lara** Sabato, 19 Settembre 2015 05:43

Buongiorno a tutti.

Mi sono messa di buona voglia. oggi ho un po' di giri da fare ma vorrei anche lavorare a sistemare un po' di magliette che vanno bene quest'autunno-inverno. Vengono bene perchè questo è un lavoro che so fare.

**Cris83** Sabato, 19 Settembre 2015 00:25

Auguri a vittoria!!

ROSS condoglianze.. Un abbraccio forte!!

Buonanotte ♥

**feffe81** Venerdì, 18 Settembre 2015 22:33

ROSSANA un altro abbraccio pure da parte mia...spero possiate recuperare almeno un po' di sonno...

**Simona** Venerdì, 18 Settembre 2015 21:49

Ross.. un abbraccio caloroso a te ed Alberto.. condoglianze. .

**Piera** Venerdì, 18 Settembre 2015 21:21

Rossana un abbraccio a te e ad Alberto, ora avete una stella luminosa lassu' nel cielo.....il forum e' sempre stato cosi' gioie e dolori che si incontrano nella bellezza di questo nostro camino comune che si chiama VITA, che la vostra notte sia serena....

**mamma\_lara** Venerdì, 18 Settembre 2015 20:55

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

**mamma\_lara** Venerdì, 18 Settembre 2015 20:44

Rossana, io non nomino nessuno perchè l'elenco sarebbe lungo due di queste pagine. Ma vorrei tutte e tutti con noi quel giorno.

Sono certa che troverai il modo, ehhh si che lo troverai.

Per ora ti abbraccio anch'io.

♥ ♥ ♥

**mamma\_lara** Venerdì, 18 Settembre 2015 20:42

Rossana, non pensavo che tuo suocero stese così male. Ohh si che hai fatto bene a tornare. Mi terrò ben caro il tuo messaggio, perchè dobbiamo riuscire a lasciare andare i nostri genitori anche la dove non vorremmo mai accompagnare nessuno neanche se avesse compiuto 200 anni. Il forum è così, si accavallano gioie e tristezze e alle volte le gioie aiutano anche le nostre tristezze, poi se riguardano i nostri bimbi si sa che quelle scavalcano anche le nostre montagne più alte. Tu sei in grado come pochi e so bene che tuo suocero non è più la ma riposa dentro il tuo cuore e sarà sempre anche in ogni filo d'erba che taglierà Alberto. Vi sono vicina.

**rossana** Venerdì, 18 Settembre 2015 20:31

MARIAGRAZIA anch'io spero ancora di vederti al nostro incontro.  
E mi mancano tanto anche le amiche che in altri anni ho incontrato e che invito caldamente come se fossi la titolare della situazione.....  
ELISABETTA, GIUSEPPINA, MARGARET, SIMONETTA, LIDIA e povera me quante ne dimentico..  
Mi succede sempre, stasera non può andarmi meglio.

**rossana** Venerdì, 18 Settembre 2015 20:27

in anticipo vuole dire in attesa di farlo a Ferrara.  
No perché state tranquille che non mi perderei Ferrara per nessun motivo.  
Devo solo sperare che mi arrivi una qualche concentrazione, almeno per l'impegno che mi sono presa con la parola che ho scelto.  
Ma ce la posso fare,eh se ce la posso fare..... 😊

**rossana** Venerdì, 18 Settembre 2015 20:23

Non voglio rovinare le feste dei vostri nipoti, semplicemente mi è venuto qui e ora il bisogno di scrivere questa cosa.  
E poichè sono fermamente convinta che tutto questo si vince con la vita auguro a tutti questi bimbi il meglio per i loro compleanni e sempre sempre è di aiuto leggere che contiamo qualcosa anche per loro.  
Ora preparo una minestrina, siamo solo stanchi stanchi e dobbiamo recuperare sonno soprattutto Alberto che ne ha del perso da vendere.  
Vi abbraccio tutte in anticipo

**rossana** Venerdì, 18 Settembre 2015 20:20

Ciao a tutte,  
oggi abbiamo accompagnato mio suocero alla sua ultima casa.  
Martedì sera si è spento, ora è finalmente libero.  
Sono arrivata a casa in tempo ....  
La sua è una vita compiuta, completa.  
Ha fatto tutto quel che voleva fare, è stato accudito e assistito direi con tutto l'affetto dei figli e non solo.  
Ci sentiamo strani, ma che dire...è il minimo.  
Un genitore lascia sempre un vuoto ma ci è di sollievo pensare alla fine della sua sofferenza.  
Oggi Alberto mi è sembrato subito più grande, più adulto.  
Il mio omone adorato e sofferente.

**Piera** Venerdì, 18 Settembre 2015 19:57

Grazie a tutti per gli auguri a Vittoria,è fortunata ha tante zie che la pensano...e le vogliono bene

**Simona** Venerdì, 18 Settembre 2015 18:40

Augurissimi a Vittoria!! 😊😊

**mamma\_lara** Venerdì, 18 Settembre 2015 18:03

Ho Emma a cena 😊

**mamma\_lara** Venerdì, 18 Settembre 2015 18:02

Mariagrazia, spero duri ancora un po', magari fino al Convegno.  
Ancora non perdo le speranze tu possa parteciparvi 😊

**mamma\_lara** Venerdì, 18 Settembre 2015 18:00

Annuccia, andare a cena con Enrico penso proprio che di più bello ci sia poco.

**mamma\_lara** Venerdì, 18 Settembre 2015 17:59

Annuccia, il pan di spagna lo puoi congelare e scongelare anche più volte che non fa nulla, solo non devi aspettare troppo per ricongelarlo. Con le farciture bisogna fare attenzione perchè una volta scongelate perdono di consistenza.

Ma sarà buonissima lo stesso, ci scommetto 😊  
Spero proprio che la festa vada bene e che la testa non rompa troppo

**mamma\_lara** Venerdì, 18 Settembre 2015 17:56

Oggi ho passato un po' di ore nel panico, non trovavo più le spese fatte per il Convegno e pensavo proprio di non ritrovarle.

Avevo già una tristezza infinita. Diciamo che per un po' sono stata disperata, invece erano solo dove dovevano essere, nella cartellina delle spese del Convegno.

Ma sarò. Sto sempre molto attenta e so bene che ogni volta la metto al suo posto, con i soldi mica si scherza e ancora meno se sono soldi degli altri.

Va la che l'ho ritrovata.

E' piccolina e si era mimetizzata 😊😊

**mamma\_lara** Venerdì, 18 Settembre 2015 17:50

Piera, va la che non si fa proprio. L'ultima cosa che proprio non si deve fare è deludere i bambini. Il prossimo anno faccio il top per Vittoria mentre faccio quello di Emma così sono sicura che non mi dimentico.

Ma guarda te.

Chiedile scusa va.

Falle tanti auguri anche da parte mia.

Bellissimo il regalo che le ha fatto la zia Giada.

Il mappamondo Emma lo ha ereditato dalla mamma e dagli zii, è stato uno dei primi regali che ho fatto ai miei figli e ancora ce l'ho. So che il mondo è cambiato, ma ho spiegato a Emma quali stati. Poi a lei piace questo perchè era della sua mamma.

**mariagrazia** Venerdì, 18 Settembre 2015 16:04

auguri a Vittoria

**mariagrazia** Venerdì, 18 Settembre 2015 16:03

buon giorno a tutti.

anche qui caldissimo, in cortile da me ci sono 39°. dalle finestre entra aria bollente.

io amo il caldo, ma questa volta è un po' troppo.

ma pare siano gli ultimi giorni e so già che li rimpiangerò.

**Annuccia** Venerdì, 18 Settembre 2015 15:42

Piera pensa che anche alessia aveva voluto il mappamondo lo scorso natale, noi le avevamo preso quello luminoso

**Piera** Venerdì, 18 Settembre 2015 14:48

.....e la zia Giada ha comperato un mappamondo meraviglioso in puro stile Vintage!!!! 😊

**Piera** Venerdì, 18 Settembre 2015 14:47

Lara non ti preoccupare, non te l'ho ricordato, perche' avevi gia' tanto da fare cosi' .....però sai che Vittoria si era ricordata??? le ho detto che glielo farai il prossimo anno 😊

Vittoria non chiede mai nulla per i regali, a parte che ha già tutto e di più'..... a scuola usa, per i suoi problemi di dislessia, il tablet e ha tutti gli ausili tecnologici possibili. Dietro insistenza della zia Giada in agosto sapete cosa ha manifestato di avere? un mappamondo!!!! ha detto che vuole VEDERE la distanza tra Roma e Bangkok!!! 😊 ehh i poteri della musica.... le hanno fatto venire una passione per la geografia 😊

**nico26** Venerdì, 18 Settembre 2015 14:24

Auguri Vittoria !!!!!

**nico26** Venerdì, 18 Settembre 2015 14:22

Auguri Vittoria !!!!!

**Piera** Venerdì, 18 Settembre 2015 14:12

Qui ci sono un mucchi di localini ed esercizi che visti i tempi di crisi organizzano feste stile happy hour, a prezzi umani 😊

**Piera** Venerdì, 18 Settembre 2015 14:11

anche lei festeggia domani 😊

**Piera** Venerdì, 18 Settembre 2015 14:11

Annuccia io faccio solo il pan di spagna , alla farcitura ci pensa Irene, per fortuna 😊 Quest'anno ha pensato bene di fare la festa nel parco vicino a casa c'e' un bar gelateria con tavolini e un gran spazio sia fuori che dentro, che provvede a tutto il rinfresco(tranne la torta)

**Annuccia** Venerdì, 18 Settembre 2015 14:04

Grazie dei pensieri che avete avuto per me ieri.

**Annuccia** Venerdì, 18 Settembre 2015 14:02

Tantissimi auguri a vittoria. Piera, buon lavoro anche a te per i preparativi!

**Annuccia** Venerdì, 18 Settembre 2015 14:00

Buongiorno a tutti! Sto facendo le mie cose con grande fatica, mdt feroce. Ora per fortuna meglio e sempre per fortuna avevo fatto il pan di Spagna ieri sera. Oggi farcisco la torta di lupo e dovrò surgelarla per domani, qui 34 gradi. Alessia invece festeggia domani pomeriggio a casa sua e noi faremo una capatina veloce dopo essere stati dai miei. Domenica avevo portato da mamma tutto per allestire la tavola a festa per il nostro piccolo.

**mamma\_lara** Venerdì, 18 Settembre 2015 13:17

Piera, NOOOOOO. Mi ero dimenticata del Compleanno di Vittoria, volevo farle il top per la torta.

Mi vado a nascondere. 😞😞😞

**Piera** Venerdì, 18 Settembre 2015 12:38

Oggi pomeriggio, devo accendere il forno per la torta della Vicky , mi viene male solo al pensiero 😞  
accendero' l'aria condizionata 😊

**Piera** Venerdì, 18 Settembre 2015 12:37

Nico anche tu pero' !!! i tuoi borsoni avevano scritto "rubatemi" 😂😂

**nico26** Venerdì, 18 Settembre 2015 12:18

Buon venerdì a tutti/e ad anche ad Alex appena arrivato!!

Ma qui a Modena piu' di 30 gradi e vento caldo 😞😞 .Ieri mi e' successa una cosa che mi ha fatto ink tutto il giorno :

metto fuori dal cancello due borsoni enormi e dico enormi di roba di \$Nico per una famiglia che ha bisogno e ve la faccio breve .....uscita pe andar a prender il pane ...torno ...spariti .Ho saputo che

son passate le zingare che vendevnao fiori e li hanno fatti su!!non vi dico come ero ..... 😡😡

.Soprattutto perche' eran destinati a persone che ne avevano veramente ma veramente bisogno e gli avevo messo dentro comprati da me megliette e mutandine di sotto per l'inverno.

Che nervoso ma il rpbolema e ' che dopo mi si scarica su di me con emi atroce e questo non va!!!

**mamma\_lara** Venerdì, 18 Settembre 2015 10:38

Poi mi organizzo con quello che c'è si mangia 😂😂😂😂😂

**mamma\_lara** Venerdì, 18 Settembre 2015 10:34

Poi a pranzo stiamo insieme.

Se il sabato sera siamo un numero abbordabile mangiamo a casa mia. 😊😂

**mamma\_lara** Venerdì, 18 Settembre 2015 10:33

Grazie mille Paula.

**mamma\_lara** Venerdì, 18 Settembre 2015 10:33

Paula, siccome il coffee break lo organizzo io, avrei bisogno di una mano per portare su tutto il materiale sia per la pausa caffè sia per tutte le cartelline che dovrò distribuire, poi ho anche le formule magiche, anche di quelle ne ho un bel po'.

Niente paura, c'è l'ascensore e poi c'è anche Gabriele. Però siccome io devo stare dall'auto mi serve qualcuno che gli dia una mano. Se vieni la mattina va benissimo anche se arrivi verso le 10,30 a casa mia, parcheggi Selladicavallo alle giostre, esci a suoni da me. Io dovrei essere a casa, ma se non ci sono io c'è Gabriele. Poi io arrivo subito

**paula1** Venerdì, 18 Settembre 2015 09:21

MAMMA LARA io posso arrivare al congresso venerdì mattina...se hai bisogno dimmi l'orario così mi organizzo per la partenza...e, se non cambia niente, vorrei ripartire domenica mattina...così almeno questa volta posso passare anche il sabato con voi.....  
per il menu della cena io scelgo quello: piatto unico con carne...se ci sono variazioni va bene lo stesso....grazie

**paula1** Venerdì, 18 Settembre 2015 09:17

Buon giorno a tutti...qui sole, però la temperatura è sopportabile...scendo solo dopo le 16.30 per recuperare Selladicavallo...è vero questo settembre è davvero molto bello...spero duri fino a dicembre 😊😊

oggi le gambe mi fanno malissimo...proprio molto di più degli altri giorni...non so se prendere un Oki..ho paura che poi non mi faccia nulla...uffa..che due scatole....

**Piera** Venerdì, 18 Settembre 2015 09:07

anche qui caldo caldissimo, ieri sera alle 22 il termometro segnava 27 gradi

che bello questo settembre travestito da luglio 😊 peccato che con le vampate mi godo poco tutto 😊

**mamma\_lara** Venerdì, 18 Settembre 2015 08:39

Buongiorno a tutti.

Anche Ferrara sembra calda, ieri c'è stato un vento caldissimo che non ricordo di averlo mai sentito caldo così il vento di Ferrara. 😊

**andreacecilia** Venerdì, 18 Settembre 2015 07:53

buon giorno per tutti buon inizio di venerdì, sembra che sarà nuovamente una giornata calda 😊

**Simona** Venerdì, 18 Settembre 2015 07:34

Buongiorno adoraro forum 😊😊😊

**cri69** Venerdì, 18 Settembre 2015 05:40

Buongiorno.....sempre più sonno!!!

**feffe81** Giovedì, 17 Settembre 2015 21:07

grazie ancora per gli auguri, vanno sempre bene!

ANNUCCIA io non so proprio consolarti...però credo che il lasciare andare sia un grande atto di amore...difficile eh...

**feffe81** Giovedì, 17 Settembre 2015 20:55

buonasera a tutti, qui tutto bene, sono stanca ma perché ho lavorato e non poco 😊

**mamma\_lara** Giovedì, 17 Settembre 2015 20:47

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

**mamma\_lara** Giovedì, 17 Settembre 2015 20:46

E' arrivato un nuovo amico.

Diamo il benvenuto a Alex1972

**mamma\_lara** Giovedì, 17 Settembre 2015 20:32

Paula, anch'io soffro tanto male ai piedi, poi ho trovato una marca di scarpe che non mi faceva soffrire e ora hanno deciso di cambiare stile. Quando ero giovane facevano uno stile per persone di una certa età (la mia di ora) e ora che ho l'età giusta per portare queste scarpe fanno le scarpe per le giovani. 😞😞

Meglio che sto zitta.

Per il lavoro spero proprio che i turni siano anche a favore di chi lavora, altrimenti poi chi ci rimette è il paziente. 😞

**paula1** Giovedì, 17 Settembre 2015 19:29

Buona sera a tutti...ho finito la settimana lavorativa...credo che sarà l'ultima così corta...mercoledì c'è la riunione col direttore e ci proporrà i nuovi turni.... 😞

non voglio pensarci..... 😞

sono stanchissima...ho lasciato di nuovo Selladicavallo per i lavori finali e domani pomeriggio è pronto, ma oggi la corriera almeno c'era 😊😊

mi fanno malissimo i piedi e non so cosa fare...i piedi proprio mi sono sconosciuti.... 😞  
vado a fare la pappona anch'io

**mamma\_lara** Giovedì, 17 Settembre 2015 19:24

Vado a preparare la pappona 😊

**mamma\_lara** Giovedì, 17 Settembre 2015 19:13

Ok Simona. Grazie 😊

**mamma\_lara** Giovedì, 17 Settembre 2015 19:12

Mariagrazia, che bello cantare. Immagino come vi divertirete.

**Simona** Giovedì, 17 Settembre 2015 19:11

Lara 😊😊 io e maria arriveremo per l inizio del convegno. .. non prima

**mamma\_lara** Giovedì, 17 Settembre 2015 19:09

Cris, ti capisco perfettamente, sarei disposta a fare di tutto pur di riuscire ad organizzare anche l'anno prossimo un incontro tutto per noi. Behhh, tutto tutto no, ma quasi.

**mamma\_lara** Giovedì, 17 Settembre 2015 19:06

Chi arriva prestino il venerdì?

**mamma\_lara** Giovedì, 17 Settembre 2015 19:06

Ehi voi due barabegoline, risparmiate il fiato che poi arrivate con il MDT. Parlate con i gesti 😊😊😊😊

**Maria9195** Giovedì, 17 Settembre 2015 18:35

Simona mi hai preceduto..sono strafelice di fare il viaggio per Ferrara con te 😊😊😊 preparati a chiaccherare 😊😊😊

**Simona** Giovedì, 17 Settembre 2015 18:28

Ho appena saputo che il mio viaggio verso ferrara lo farò da Milano insieme a Maria... 😊😊 ne sono felice...

**mariagrazia** Giovedì, 17 Settembre 2015 17:49

Buon pomeriggio a tutti. Eccomi qui fra una lezione e l'altra.

l'anno scolastico è appena iniziato e sto già lavorando a pieno ritmo. Ci sono delle sere che finisco tardi perchè ho due ragazzi adulti che già lavorano, ma che devono perfezionare il loro inglese se vogliono continuare a lavorare nelle loro ditte.

Con i cori siamo super impegnati perchè rimettiamo in scena la Traviata ed in più ci stiamo preparando con uno dei due cori a festeggiare il nostro quarantennale di associazione e faremo dei mega festeggiamenti con vari concerti.

Per fortuna da quando seguo la chetogenica l'energia non mi manca e anche io devo ringraziare Piera se ho intrapreso questo percorso. Il suo entusiasmo mi contagiò e ne sono così felice.

**Cris83** Giovedì, 17 Settembre 2015 17:07

chiaramente volevo dire prossima non scorsa! 😞

**Cris83** Giovedì, 17 Settembre 2015 17:06

io sto mandando un po' di inviti per l'evento dynamo della settimana scorsa..

sto spappolando le scatole al mondo intero! 😊

**mamma\_lara** Giovedì, 17 Settembre 2015 15:40

Ho due barabegoline in casa che stanno facendo i compiti. 😊😊😊😊  
Gioia pura.

Ho qui la bimba di una cara amica di Enza e anche mia, che per questa settimana, solo due giorni 😞 viene a mangiare da me perchè la mamma lavora fino alle 16 e non può andarla a prendere a scuola,

così mangia a casa mia poi fa i compiti con Emma,  
Dalla prossima settimana lei farà il tempo pieno così rimarrà a scuola 😞😞

**mamma\_lara** Giovedì, 17 Settembre 2015 15:36

Cris, hai ragione, sto già pensando al prossimo e come farlo senza neppure un euro 😄😄😄😄

**mamma\_lara** Giovedì, 17 Settembre 2015 15:35

Non vi dico fin dove sono felice perchè non si può

**Cris83** Giovedì, 17 Settembre 2015 15:18

ah poi non ve l'ho detto.. sono riuscita a convincere mia mamma a provare con la cheto.. ha iniziato da una settimana..

all'inizio era un po' perplessa all'idea.. ma dato che ha cominciato anche mia sorella si stanno facendo forza a vicenda.

io mi sono rimessa in riga da una settimanina.. non avevo smesso la dieta ma mi ero concessa un po' di cosette grasse.. ma ora devo ricominciare in modo rigido sennò sono inchiodata e non riesco più a scendere di peso!

Comunque confermo anch'io il miglioramento del mal di testa, gli attacchi sono un pochino diminuiti e quelli forte come prima sono più brevi.

**Simona** Giovedì, 17 Settembre 2015 15:14

Piera..... grazie del tuo perdono... 😊😊😊😊 a dire la verità io in te la fiducia l'avevo. ... ma in me stessa per niente.... mai avrei creduto di poter rinunciare a tutte le cose off limit.. non fare più le colazioni ricche di dolci e spremute che mi facevo prima credevo fosse impossibile x me.... pensavo di impazzire... poi ti ho dovuta sentire al telefono, un po' mi hai tranquillizzato ... ma ero sempre titubante..... Gabriele insisteva,mi diceva che non potevo almeno Non provare,lo dovevo fare.... però tant'è mica ero ancora convinta.... però lui mi disse di andare a Roma,di parlare con il dr Di Lorenzo e poi decidere..... ecco,il tassello mancante era proprio lui..... Lui con la sua umanità ha saputo dirmi le parole giuste, e da lì la svolta..... mi sono decisa.... e infine,per ultima ma non di certo per importanza mi è stata fondamentale la nostra amica Maria9195, che mi ha fatto chiarezza dove ero confusa e mi ha messo sulla strada giusta. ... 😊😊😊

Annuccia come non capirti ..... ci sarà ben tanta tristezza nel tuo cuore... noi saremo qui x alleviare un pochino, e poi non ti resta che trasferirti in Emilia appena potrai... 😊😊

**Cris83** Giovedì, 17 Settembre 2015 15:13

Ciao a tutti!!

MAMMA LARA sono sicura che se anche fosse il primo di mille convegni ancora ci metteresti lo stesso impegno!

ANNUCCIA mi dispiace molto x la sofferenza della lontananza.. va molto lontano andrea?

**mamma\_lara** Giovedì, 17 Settembre 2015 13:41

Piera, tutta invidia la mia 😄😄😄😄

**Piera** Giovedì, 17 Settembre 2015 12:36

La tu mi hai sempre creduto per la cheto!!! 😄 ma sul fatto dell'energia hai avuto qualche dubbio, me lo ricordo bene 😄😄

**Piera** Giovedì, 17 Settembre 2015 12:28

in questi giorni anche mia cugina Maristella ha visto partire il figlio : tre anni in Malesia, la figlia maggiore invece vive ad Ancona , 500 km lontana da lei che invece vive a udine, ha una bimba di un anno .....le ho detto solo: li vedi felici? 😄

**mamma\_lara** Giovedì, 17 Settembre 2015 12:25

Maya, resisti che poi passa.....

Forza carissima.

**mamma\_lara** Giovedì, 17 Settembre 2015 12:22

Poi dimenticavo che ho il figlio di Gabriele in Germania. Vuoi che lo escluda dalla lista. Ma no ma no. Romperemo le scatole anche a lui qualche volta. 3 case sparse per l'Europa 😄😄😄😄

**Maya** Giovedì, 17 Settembre 2015 12:22

Oggi emy... 😞

**mamma\_lara** Giovedì, 17 Settembre 2015 12:21

Annuccia, la cosa importante è averli tutti e due vicini tra di loro, poi tu ti sposterai. Io ne avrò uno a Milano, uno a Siracusa e una a Ferrara (forse).

In qualche modo farò.

Però hai ragione quando dici che ti sfogherai qui. Io faccio così e non tedio i miei figli con le mie lagne quando l'anima di fa pesante.

Quindi grazie mille a tutte/i voi per sopportarmi.

Grazie grazie ♥♥♥

**mamma\_lara** Giovedì, 17 Settembre 2015 12:17

Nico, sono nate grandi amicizie e affetti importanti nel forum. Se penso a Elisabetta che neppure avrei mai pensato di vedere. Poi ho nominato lei perchè è stata la prima subito dopo di me ad arrivare qui. Poi altre sono arrivate e tante sono venute apposta a Ferrara anche senza ci fossero convegni organizzati.

Si cara. è proprio un bel gruppetto di persone.

**Annuccia** Giovedì, 17 Settembre 2015 12:15

LARA, me ne ero fatta una ragione per Enrico, anche se con molta fatica, ora pensare che anche Andrea va via.... non ci posso pensare, comunque vedremo. Spero solo che lui trovi la sua serenità, la mia, immagino, che non la avrò più.

**mamma\_lara** Giovedì, 17 Settembre 2015 12:13

Piera, io ti credevo sì, però se vuoi dire a figlia perchè la nuora capisca a me va bene 😄😄😄

Ho tardato perchè avevo dei controlli da fare e sarei andata a Roma solo in novembre, ma era mia intenzione fare tutto. Poi con una come te che fa attenzione anche alle briciole vuoi che non mi fossi fidata. Mi sono fidata sì e ho fatto bene 😄😄😄😄😄😄

**mamma\_lara** Giovedì, 17 Settembre 2015 12:10

Annuccia, quando ho visto partire Zeno mi hanno tolto un pezzo di cuore, sapevo che avrebbe avuto la sua famiglia la e che non sarebbe più tornato a Ferrara. Ora la sua famiglia è Ettore e maggiormente deve rimanere a Siracusa.

Però è difficile, anche perchè è abbastanza lontano e il viaggio in auto è lunghissimo come quello in treno.

Però c'è chi ha i figli molto più lontano e ancora più lontano lontano lontano 😞😞 Quindi cerco di farmene una ragione e spero che lui stia bene il più possibile.

Ti capisco cara

**mamma\_lara** Giovedì, 17 Settembre 2015 12:05

Annuccia, scusami ma ero a fare la spesa fino a poco fa.

Si sì, la frutta la frulli per bene mi raccomando, poi acqua bollita con zucchero.

Io metterei la buccia del limone o dell'arancia, rimane sempre profumata senza dare cattivi sapori. Io faccio così quando ho dei bambini piccoli, perchè bollire la polpa della frutta poi magari prende un po' di acidino se non la consumi subito.

Zucchero fino a renderla dolce mi raccomando.

**Annuccia** Giovedì, 17 Settembre 2015 11:53

PIERA, grazie del pensiero!!

**Piera** Giovedì, 17 Settembre 2015 11:41

Annuccia anch'io guardo sempre giallo zafferano per i dubbi culinari.....non so come consolarti per le "partenze" e' difficile lasciare andare chi si ama così tanto come i propri figli

**Annuccia** Giovedì, 17 Settembre 2015 11:23

Grazie, grazie lo stesso ho trovato la ricetta su "Giallo Zafferano"!!!! 😊

**Annuccia** Giovedì, 17 Settembre 2015 11:13

Occupiamoci e non preoccupiamoci..... ma domenica pomeriggio sarà dura. Andrea va via sabato pomeriggio, comincia il lavoro alle 12 della domenica. Vorrà dire che vi romperò un po' più del solito

**Annuccia** Giovedì, 17 Settembre 2015 11:11

Richiesta di servizio per LARA: la bagna per la torta di Lupo??? non alcolica??? succo di frutta allungato con acqua e zucchero???? 😊

**Annuccia** Giovedì, 17 Settembre 2015 11:10

Buongiorno a tutti!

ieri sera sono stata a cena fuori con Enrico, Roberto aveva una cena di lavoro, Andrea era andato a vedere la partita da amici e noi due eravamo nullafacenti, quindi siamo stati a cena in un locale vicino casa molto ma molto carino.

A detta sua c'era anche un bel po' di "gnocca"!!!!!!! lui si è dovuto accontentare della sua mamma .... 😊

Abbiamo chiacchierato molto, e purtroppo , non ho potuto fare a meno di "scaricargli" addosso tutta la mia angoscia nel vedere andare via anche Andrea. Lui mi capisce molto , ma non c'era scelta, sperando che almeno questo sacrificio (anche da parte di Andrea che è molto legato alla sua città)porti ad un po' di serenità a tutti.

**nico26** Giovedì, 17 Settembre 2015 10:49

Una buona mattina e mentre Leggo il post di Lara mi scende la lacrima ...Si Ross saremo unite per sempre !

E' vero questa nostra famiglia anche se in tante non ci conosciamo person.per me e' diventata un punto fermo nella mia vita e mai e poi mai potrei pensare di non farne parte.Vi voglio un sacco di bene e ora basta lacrime e vorrei dire a Ross.....come ti stai preparando ai 150000 fans di Ligabue che sabato invaderanno Reggio Emilia???dio mama pensate che casino !!!C'e gente gia' accampata stamattina che e' solo Giovedì' 😊

**Piera** Giovedì, 17 Settembre 2015 09:01

Che bello sentirvi così piene di energie Simona e Lara 😊 Vi perdono 😊 ....perche' quando ve lo dicevo io mica mi credevate ehh 😊

**Simona** Giovedì, 17 Settembre 2015 07:00

Lara.. a chi lo dici... pure io ho energie che neanche 20 anni fa avevo... sta cosa mi fa un gran bene.. soprattutto all umore..la stanchezza di prima era forse la cosa che mi dava piu fastidio.. ancora piu dell emicrania. .. 😊

**Simona** Giovedì, 17 Settembre 2015 06:56

Buongiorno adoraro forum 😊 😊

**mamma\_lara** Giovedì, 17 Settembre 2015 06:45

Cri, sei rinata da quando puoi stare con la tua bimba.

**mamma\_lara** Giovedì, 17 Settembre 2015 06:44

Rossana, saremo unite si sempre, questa è una certezza.

E mi unisco ai ringraziamenti che come dici tu non sono mai abbastanza.

**mamma\_lara** Giovedì, 17 Settembre 2015 06:42

Ho da fare abbastanza anche oggi. Ma come sto, non sono mai stanca sfinita come sono sempre stata. Ho le giornate che hanno raddoppiato le ore utili per il fare e io le impegno come se non avessi mai fatto nulla in tutta la mia vita.

Ho panni da sistemare così non devo gettare soldi dalla finestra. Sono capace di sistemare le maglie che portavo prima e ne ho abbastanza, poi le gonne, ora ne ho una che ha l'elastico da restringere.

La sistemo prima di uscire altrimenti la perdo 😊 😊

Devo andare a fare un po' di giri per il convegno. Per fare una cosa di giri ne servono parecchi, spero

che oggi riesca a fare i timbri alle locandine che devo esporre nei vari esercizi, serve il timbro della camera di commercio e anche per quella mica basta un giro solo

**mamma\_lara** Giovedì, 17 Settembre 2015 06:34

Buongiorno a tutti

**cri69** Giovedì, 17 Settembre 2015 05:55

Buongiorno,sonno io .....

Splendida serata,tante risate 😄 .

Scappo,buona giornata

**rossana** Mercoledì, 16 Settembre 2015 21:48

LARA credo che augurarmi di " stare come se avessi il mare dentro" sia il più bell'auspicio che ho mai ricevuto.

E' bellissimo

**rossana** Mercoledì, 16 Settembre 2015 21:44

LARA sarà così, basta che stiamo unite.

Senza nulla togliere a tutti coloro che si impegnano e lavorano per noi che non ringraziamo mai abbastanza.

**mamma\_lara** Mercoledì, 16 Settembre 2015 18:28

Cris, mi impegno perchè potrebbe essere l'ultimo Convegno che organizzo a Ferrara.

Niente paura però, ci incontreremo lo stesso e qualcosina tra di noi la faremo. Vedrai che verrà benissimo lo stesso.

**mamma\_lara** Mercoledì, 16 Settembre 2015 18:18

Cris, hai fatto bene ad andare in treno, tanto se butta male vai in taxi, a Roma ci sono e anche tanti.

**mamma\_lara** Mercoledì, 16 Settembre 2015 18:16

Simona, troppo bello, hai già il biglietto 😄 😄 😄 😄

**mamma\_lara** Mercoledì, 16 Settembre 2015 18:15

Cri, anche a Ferrara c'è una bella umidità. Dovevo fare la spesa questa mattina e ho deciso che ci vado domani.

Buona serata con la tua bellissima bimba.

**mamma\_lara** Mercoledì, 16 Settembre 2015 18:13

Annuccia, sono già qui a fare progetti 😄 😄 😄 😄

**mamma\_lara** Mercoledì, 16 Settembre 2015 18:12

Paula, certo che mille pagine deve proprio essere un libro di "peso".

Anch'io dico sempre alle ragazze che non si parla mai delle cose del gruppo quando siamo fuori, quindi fai bene a non parlarne.

Mi spiace per il lavoro e spero proprio che i vertici trovino un accordo per il bene di tutti

**mamma\_lara** Mercoledì, 16 Settembre 2015 17:37

Rossana, che belle cose hai scritto.

Sei nei miei pensieri insieme a tutti quelli che hai nel cuore. ♥ ♥ ♥

Spero che tu abbia a stare come se avessi il mare dentro

**Cris83** Mercoledì, 16 Settembre 2015 17:26

grazie mille lara per tutto quello che fai!!

io sono a lavoro ma mi sa che scappo a casa che mi sta aumentando di brutto il mal di testa.. non vorrei come sempre arrivare a casa per miracolo o dovermi far accompagnare..

buona serata.. e un abbraccio.

**mamma\_lara** Mercoledì, 16 Settembre 2015 16:52

Sto lavorando per noi.

**Annuccia** Mercoledì, 16 Settembre 2015 15:33

CRIS, scelta ottima!!!! per chi non è di Roma non è facile ..... a volte anche per chi lo è

**Cris83** Mercoledì, 16 Settembre 2015 14:38

ANNUCCIA al concerto vado sabato.. ci sono diverse serate non ricordo quante!  
veniamo a roma in treno.. e dormiamo lì, ho fissato un albergo poco lontano dal foro italico! in macchina non me la sentivo.. siamo in cinque e per stare un po' più comodi saremo dovuti venire con il range rover che ha preso miche da mio zio, ma non me la sento di guidarlo x un viaggio così lungo e soprattutto il problema grosso sono i parcheggi! sembra un astronave! 😊

**Simona** Mercoledì, 16 Settembre 2015 14:26

Non passa nulla qui... anzi ho anche un po di febbre.... vabbe....

ieri ho fatto i biglietti del treno x Ferrara.... 😊😊

**cri69** Mercoledì, 16 Settembre 2015 12:38

La testa regge ma sta arrivando il ciclo ed ho parecchio male alle gambe.C'è coperto ma un'afa che non vi dico non si respira,un caldo come a 40°.Vado a fare un riposino se no chi arriva a stasera ? e voglio,voglio andare a cena con Giulia !!!

**Annuccia** Mercoledì, 16 Settembre 2015 11:58

Buongiorno a tutti!

NICO, ti faccio compagnia con la tachicardia , mi sa che faccio prima a dire cosa va in questo periodo. Si sta sfasciando tutto.....

ROSSANA, hai fatto benissimo a tornare a casa, se la testa non è libera dai pensieri è inutile stare lontani dalle persone che amiamo.

LARA, capisco bene la tua "ansia bella" nel non vedere l'ora di vedere i tuoi Zeno e Ettore lontani.

CRIS83, immagino che il concerto a Roma tu lo abbia saltato.... so che c'era ieri sera.

**Cris83** Mercoledì, 16 Settembre 2015 10:37

Buongiorno.. ♥

**paula1** Mercoledì, 16 Settembre 2015 09:15

Buon giorno a tutti..ieri non mi sono collegata perchè è stata una giornata bella tonica...quindi innanzitutto faccio gli

AUGURI DI BUON COMPLEANNO alla nostra Amica FEFFE81

scusandomi per il ritardo...

qui oggi è nuvoloso e forse ha pure piovuto...io lavoro pomeriggio per fortuna, perchè ieri sera ero davvero stanca....

la mattina al lavoro è stata intensa..tantissimi ingressi e interventi..poi ho fatto due volte il giro di Bologna, perchè avevo tempo prima della dottoressa e sono andata ad una biblioteca nuova in una zona che conosco poco, ma non è stato difficile....

ho preso un libro meraviglioso...un testo universitario di letteratura..ha 1000 pagine...è buono anche come arma da difesa 😊😊😊

con la dottoressa ci siamo date alcune cose da analizzare e al gruppo abbiamo parlato di 6 punti che chiameremo "fattori di vulnerabilità"...non posso scriverne qui perchè ho firmato una privacy, ma

all'incontro del gruppo-forum al congresso magari accennerò qualcosa... 😊

al lavoro sarebbe già ora di fare la rivoluzione visto quello che sta combinando il direttore, ma sono

tutti dei pecoroni e io sinceramente mi sono davvero scociata 😞 ... io credo che ci siano altre strade che piangere per decisioni piovute dall'alto senza nessun criterio , ma la gerarchia esiste e noi di livello basso possiamo fare bene poco, ma coordinatori e medici potrebbero parlare e non lo

fanno...e allora ..ben ci stà 😞😞

ragazzi io credevo che la monarchia fosse debellata, ma non è così !!!

anche Fausto sul lavoro non è tranquillo...ogni giorno ce n'è una !

**rossana** Mercoledì, 16 Settembre 2015 08:58

LARA ma figurati se mi ferisce quel che hai scritto, anzi.

Credo tu mi stia sopravvalutando.

In altri tempi con mio suocero in ospedale terminale da 20 giorni non sarei partita, ma questa volta non avevo più un briciolo di energia ed ho capito che dovevo andare.

Mai sarei riuscita fino a qualche tempo fa ma gli anni di sofferenze arrivano davvero a pesare fino a schiacciarmi troppo.

Però cosa vuoi, ero tranquilla una cosa giusta anche se conoscendo Carlo sapevo che lui sarebbe stato contento che io andassi perché lui stesso faceva così.

Non per andare in vacanza eh.....ma per lavorare sì, non aveva mica tempo di badare a queste quisquiglie lui.. doveva lavorare. 😊

E scrivo questo non per criticarlo ma perché mi piace ricordare il suo tratto caratteriale forte deciso di quando viveva una vita piena e degna, e mi intenerisce anche ricordarlo così.

Comunque sia Alberto è stato un gigante a lasciarmi là ma ora ha davvero bisogno qui.

Vado dai miei, un abbraccio a LARA e a tutte

**mamma\_lara** Mercoledì, 16 Settembre 2015 08:57

Sto lavorando al mio intervento e ogni tanto passo di qua per alleggerirmi un po'.

Devo leggerlo, leggerlo leggerlo e leggerlo mille volte per riuscire a non avere il magone.

**mamma\_lara** Mercoledì, 16 Settembre 2015 08:52

Sto facendo i conti alla rovescia dei giorni che mancano all'arrivo di Zeno. Ho una voglia di vederlo che non ci vedo. Poi in novembre andrò a vedere Ettore e lì ci sarà il cuore che scoppierà di gioia.



**mamma\_lara** Mercoledì, 16 Settembre 2015 08:51

Simona, sei troppo ma troppo brava.

Hai fatto bene a stare a casa, la medaglia al valore non te la darebbero mai anche se andassi al lavoro messa in quelle condizioni. Poi non è neppure salute per i clienti se hai il raffreddore.

Anch'io ti abbraccio forte forte. ♥

**mamma\_lara** Mercoledì, 16 Settembre 2015 08:48

Rossana, a proposito, ho appena corretto un mio errore gravissimo 😂😂😂😂😂

**mamma\_lara** Mercoledì, 16 Settembre 2015 08:46

Un giorno alla mia amica-sorella Lella dopo che mi ha raccontato tutte le sue "disgrazie" della giornata e dopo avermi detto che peggio di così non poteva andare le ho risposto che si poteva andare peggio se tornando a casa avesse trovato la casa allagata. Una volta a casa mi ha telefonato e la casa era in ordine. "Ecco" le ho detto, "vedi che poi non è stata una giornata così terribile" Behh, ho usato un altro termine, ma oggi voglio proprio riuscire a fare la signora fino a sera. Vediamo se riesco. 😊

**mamma\_lara** Mercoledì, 16 Settembre 2015 08:40

Nico, il cuore mio fa i capricci da tanto tempo e le tachicardie si sprecano.

Non gli do retta perché ad ogni controllo che faccio per altri motivi (interventini vari) non salta mai fuori nulla di grave così mi dico che va tutto bene e si arrangerà anche lui se vuole correre.

Certo che in questo periodo ne hai di che farti venire le palpitazioni, l'arrivo di tuo cognato e i riscaldi sul lavoro mica aiutano. Però vedi che poteva andare peggio, metti che tuo cognato fosse venuto con la moglie e metti anche di non averlo un lavoro.

Non c'è niente da fare, come consolo io non consola nessuno. 😂😂😂

**Simona** Mercoledì, 16 Settembre 2015 08:38

Ross mi spiace per il tuo rientro anticipato. .. 😞 Ma se si doveva fare hai fatto bene a farlo....

**Simona** Mercoledì, 16 Settembre 2015 08:37

Buongiorno adorato forum. .. 😊😊 oggi mi scoppia la testa... non prendo nulla... sto a casa... ho anche raffreddore. .. ho già preso il trip lunedì..oggi direi che posso ascoltare il mio male ed attendere che passi...

Lara.. ti abbraccio forte... 😊

**mamma\_lara** Mercoledì, 16 Settembre 2015 08:36

Rossana, ma leggi come scrivo io????? 😂😂😂😂

**mamma\_lara** Mercoledì, 16 Settembre 2015 08:34

Rossana, capisco la tua scelta e avrei fatto anch'io la stessa cosa nelle tue condizioni.  
Me lo immaginavo che stavi escogitando qualcosa quando non ti ho letto per un po' e mi sono detta che forse ne stavi facendo una delle "tue" e così è stato  
Mi spiace per questa tua decisione, perchè mica eri in vacanza, ti stavi curando le ossa e l'anima e i pensieri li dove eri. Solo che per come siamo fatte prima di pensare a curare noi ci sentiamo in dovere di curare tutti. Ci sentiamo in debito per tutto e solo ascoltando tutti i nostri "doveri" ci sentiamo in pace con la coscienza.  
Scusami se ho detto qualcosa che ti ha ferito, ma l'ho detto anche per me e forse più a me che a te. Ti servirà tanta forza e ricordati bene quanto amore per tutti hai avuto in questa scelta.  
E daje che ci sono ricascata, scusami va.

**rossana** Mercoledì, 16 Settembre 2015 08:32

FEFFE auguriiii in ritardo, ma tanti e di cuore 😊 😊

**rossana** Mercoledì, 16 Settembre 2015 08:32

Ma che schifo di participio .....  
Buona giornata a tutte, a dopo

**rossana** Mercoledì, 16 Settembre 2015 08:31

NICO nella fase che anche tu stai attraversando ho avuto anch'io episodi di battiti altissimi.  
Ricordo che un pomeriggio rimanendo alti troppo a lungo sono andata in PS da sola, poco prima di Natale qualche anno fa.  
Alberto stava tornando da una trasferta, era sabato pomeriggio e la sera avevamo in programma pizza con amici.  
In cardiologia mi hanno monitorata per ore e per ore è rimasto alto il battito ma non mi hanno dato niente e verso le 8 sono stata dimessa.  
Arrivata a casa ho fatto la doccia e sono andata fuori.  
Un'altra volta stavo andando alla rassegna cinematografica e sto battito non mollava.  
Ho cercato di ignorare e dopo un po che ero dentro al cinema, con amiche avvistate, si è placato da sè.  
Diciamo che per un lasso di tempo ci ho convissuto.

**rossana** Mercoledì, 16 Settembre 2015 08:26

CRI già mi domando come fai a fare un lavoro così pesante.

Col MDT davvero non ti posso pensare 😞

Al mare in questo grande hotel dove ho soggiornato ho visto a fare le camere solo solo signore straniere, ma il bello è che anche i camerieri lo erano ed erano per lo più donne.

Qualcuno dal Sud e un romagnolo, uno dico uno.

Ora io riconosco che lavori come la cura dei vecchi siano davvero difficili e pesanti e tutto quel che vuoi, ma se troviamo troppo pesante o altro fare il cameriere io trovo che c'è qualcosa che non va.

Forse perché l'ho fatto anch'io e mi piaceva un sacco 😊

Credo che dobbiamo metterci nella testa che tutti a muover carte difficilmente sarà possibile.

**rossana** Mercoledì, 16 Settembre 2015 08:20

Buongiorno a tutte,  
da Reggio.

Sono tornata ieri, non potevo lasciare Alberto a casa da sole oltre.

Non è neppure venuto questo week-end per il papà che sta troppo male da ormai troppo troppo tempo.

Lui voleva che rimanessi a tutti i costi, effettivamente le mie ossa ne avrei bisogno, ma ho recuperato un po' di energie e ieri sera mi ha "preso volentieri a casa".

Ora vado anche dal papà che a tutti, all'infuori di me, chiedeva "ma quando torna, ma quando torna".  
Avanti pure

**nico26** Mercoledì, 16 Settembre 2015 07:02

Buongiorno a tutte /e vecchi e nuovi amici!

Oramai mi sto abituando ai dolori che vengono e vanno...ieri pom verso le 16.30 un dolore lanciante spalla sx e braccio e sembrava che pur eil cuore facesse male e battesse diverso.Stavolta pero' mi autoaiutavo e dicevo Dany lo sai che il cuore non ha nulla ...hai fatto in 8 mesi 3 holter e tutto ok

stai calma che passa. Beh....dopo 2 orette un po meglio e ora nulla!

Poi vi dico cosa e' successo ieri sera dopo cena:ho sete prendo una bottiglia acqua frizzante Conad la apro e vi giuro non e' mai successo e mio marito non ci credeva ma poi visto l'occhio ha dovuto cedere all'evidenza,giro il tappo e dalla pressione dentro parte il tappo e mi punta verso l'occhio ds e lo sfiora con una violenza che per 1/2 ho tenuto il ghiaccio dal dolore e lacrimazione.

Poteva essere veramente tremendo .Ma che roba!!!

Ora che vi ho detto un po le mie sf..... vi mandooooo un bacioooooonnnnnneeeeeee stupendo.

**mamma\_lara** Mercoledì, 16 Settembre 2015 06:28

Vado a lavorare un po' mentre il computer tiene.

**mamma\_lara** Mercoledì, 16 Settembre 2015 06:28

Sto lavorando e mi sembra di sentire il rumore della pioggia fuori, ma non mi azzardo a controllare.

Dopo devo uscire per commissioni e vorrei che ci fosse bella stagione 😊😊😊

**mamma\_lara** Mercoledì, 16 Settembre 2015 06:26

Cri, si fa sempre come si può e nel nostro caso facciamo sempre anche meglio di questo.

Forza carissima.

**mamma\_lara** Mercoledì, 16 Settembre 2015 06:26

Feffe, l'effetto Simona contagia un po' tutte noi 😊😊😊

Ma mi sa che sia proprio sua la colpa delle nostre reazioni, perchè mica sei a dieta tu. 😊😊😊😊

Hai fatto bene a rispondere per le rime, quando ce vo ce vo.

Per gli anni e la nostalgia, capita anche a me ogni tanto di fare un riassunto proprio il giorno del mio compleanno e pur essendo molto felice degli anni che passano, non posso fare a meno di pensare che anche i miei figli e i miei nipoti stanno crescendo mentre invece per loro vorrei la vita eterna. Poi ognuno di noi ha le proprie nostalgie e le tue sicuramente saranno diverse dalle mie.

Ma nel mio caso faccio molta attenzione alla nostalgia, perchè se rimane un po' più di tempo con me si accompagna alla tristezza e fa danni incalcolabili.

La torta della mamma sarà stata splendida e saranno stati felici mamma e papà di avverti con loro.

**mamma\_lara** Mercoledì, 16 Settembre 2015 06:16

Buongiorno a tutti.

**cri69** Mercoledì, 16 Settembre 2015 05:47

Buongiorno a tutti, alla fine mi sono alzata ed ho preso un trip, mi sà che stiano arrivando i miei 3 gg di crisi, farò come posso...

**feffe81** Martedì, 15 Settembre 2015 22:37

grazie a tutte per gli auguri 😊😊😊 vi voglio bene 😊😊😊 oggi niente mdt 😊 al lavoro mi

hanno fatta arrabbiare e ho risposto per le rime 😊 stasera sono stata dai miei, la mamma mi ha

fatto una bella cenetta e una super torta 😊 stamattina avevo parecchi pensieri nostalgici...

GRI ti pensavo!

ora mi fiondo a nanna, buonanotte a tutti

**Maya** Martedì, 15 Settembre 2015 21:18

😞 stanca ...con mdt.

**mamma\_lara** Martedì, 15 Settembre 2015 21:16

Rieccomi. Ho fatto abbastanza. Ora vado anch'io.

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

**cri69** Martedì, 15 Settembre 2015 21:11

Sono a pezzi ,vado a nanna...leggero mdt 😞 .Notte serena

**Cris83** Martedì, 15 Settembre 2015 17:58

Eccomi.. vi ho letto!

MAMMA LARA grazie per tutte le info.

Io ci sarò anche sabato, ancora non so se vengono anche i miei e michele.

Siete state bravissime con i video!

io stasera mi faccio una foto con il cappello e penso metterò qualcosa di scritto.. con il video non riuscirei a dire una parola!

Un saluto a GRI!

Benvenuti ai nuovi arrivati!

**mamma\_lara** Martedì, 15 Settembre 2015 17:28

Ho il computer che fa un rumore assordante. Devo spegnere

**mamma\_lara** Martedì, 15 Settembre 2015 16:52

[Mappa](#)

Mappa che potrebbe essere di aiuto alle persone che intendono partecipare al Convegno del 9 - 10 ottobre 2015.

Avrei la necessità di sapere chi parteciperà alla cena del venerdì sera.

Vi aspetto numerosi.

Un abbraccio per tutti.

lara

Indicazioni per la lettura della mappa:

Pallino blu - Piazza del Municipio sede del Convegno il venerdì

Pallino viola sede del Convegno il sabato mattina.

Pallino rosso - Hotel Ferrara

Pallino nero - casa mia

Pallini arancio - B&B Le Giostre

Pallino verde - Hotel Touring

Pallino giallo - B&B Delizia Estense

Pallino azzurro - B&B Giardino Fiorito e B&B Da Ada

A chi fosse alloggiato nel B&B della città.

Ho messo una scorciatoia, linea nera, per arrivare prima alla sede del Convegno il sabato mattina, solo a piedi mi raccomando. E' la vecchia entrata del Pronto Soccorso del vecchio Arcispedale S. Anna Per quelli in auto seguono invece la linea rossa

Ancora non mi hanno comunicato la sede della cena. Non appena me la comunicano aggiungerò un pallino

-----  
Hotel Ferrara  
Largo Castello, 36, 44121 Ferrara FE  
Telefono: 0532 205048  
-----

B&B Alle Giostre  
ha questo numero  
347-6493784  
allegiostre.it  
-----

B&B Delizia Estense  
Via Scandiana, 5  
335 7520153  
Ferrara  
-----

B&B Da Ada - Singola € 60,00  
Via XX Settembre, 81

329 8989073

Ferrara

-----  
B&B Giardino Fiorito - Singola € 55,00

Via XX Settembre, 79

0532 742667

Ferrara

Cena del Venerdì sera

Servizio Ristorazione (proposte di menù):

Menù standard :

-Bis di Primi: Risotto al radicchio rosso + Maccheroncini al Ragù ferrarese

-Filettini di petto di pollo limone e salvia

-Patate al forno e verdure gratinate

-Dolce

-Acqua - Vino - Caffè

€ 19,00 a persona

Menù Piatto Unico:

-Tagliatina di manzo rucola e grana con insalata mista e verdure gratinate

-Dolce

-Acqua - Vino - Caffè

€ 19,00 a persona

Menù Vegetariano:

-Spigola alla griglia

-Insalata mista e verdure gratinate

-Dolce

-Acqua - Vino - Caffè

€ 19,00 a persona

Il mio appunto al menù piatto unico e Vegetariano (anche se in realtà di fatto non lo è) è stato che una insalata sarebbe andata bene, altrimenti correvo il rischio preparassero verdure che potevano non andarci bene.

**Cris83** Martedì, 15 Settembre 2015 15:30

AUGURI FEFFE!!!

saluto veloce..

vi leggo e vi riscrivo dopo!!

buona giornata. <3

**mamma\_lara** Martedì, 15 Settembre 2015 15:07

Vi sto preparando le mappe, se le capite vi meritate un premio 😄😄😄😄

**mariagrazia** Martedì, 15 Settembre 2015 14:54

Feffe auguri!!!!

**mamma\_lara** Martedì, 15 Settembre 2015 13:20

Mentre faccio un po' di pappà inizio le mappe del convegno.

**mamma\_lara** Martedì, 15 Settembre 2015 13:19

E' dietro cara ma lo stesso va il nonno a prenderla.

Frequenta la stessa scuola una sua amica nata un mese prima di lei. I genitori sono molto amici e stanno spesso insieme i fine settimana.

Oggi viene anche lei a casa da me, così stanno un po' insieme anche dopo la scuola. Ma sai te che gioia, non una ma due bimbe ho.

Oggi mi spiace se vi dovrò trascurare ma mi voglio divertire un po' anch'io

**mamma\_lara** Martedì, 15 Settembre 2015 13:16

Fra un po' arriva Emma da scuola, il primo giorno alle medie e sono dietro casa mia. 😊  
La mia gioia è immensa averla a fianco casa.  
I genitori hanno fatto la scelta di mandarla in città a fare le medie, così quando andrò alle superiori sentirà meno la differenza.

**cri69** Martedì, 15 Settembre 2015 12:48

FEFFE Auguri di un compleanno strepitoso, che ti porti tanta gioia e tanta serenità. Bacino

**Annuccia** Martedì, 15 Settembre 2015 11:14

Un abbraccio alle nuove amiche!

**Annuccia** Martedì, 15 Settembre 2015 11:13

Buongiorno a tutti! Cara Feffe tantissimi auguri!

**mamma\_lara** Martedì, 15 Settembre 2015 10:57

Ho da fare ma devo staccare un po' perché ci vedo doppio.

**mamma\_lara** Martedì, 15 Settembre 2015 10:07

E' arrivata un'altra amica.  
Benvenuta andreacecilia.

**nico26** Martedì, 15 Settembre 2015 09:47

Carissimi amici buon martedì a tutti dal lavoro e Nico a scuola!!! 😊  
Tanti ma tanti auguri Feffe di un sereno e caloroso compleanno.  
Pensare che arriva mio cognato dal 22 al 3 ottobre mi fa venire la stanchezza ma so quanto mio marito tiene al fratello visto che l'altro purtroppo non c'è più che per amore noi donne facciamo miracoli.  
Benevenuta alla nuova iscritta e come dice la nostra lara qui sarai in famiglia e talvolta una super famiglia.

**mamma\_lara** Martedì, 15 Settembre 2015 09:31

Feffe, auguri di buon compleanno ♥ ♥ ♥ ♥ ♥ ♥ ♥ ♥ ♥ ♥ ♥ ♥ ♥ ♥ ♥ ♥

**Simona** Martedì, 15 Settembre 2015 09:01

Auguri feffe... buon compleanno 😊 😊 😊 😊

**Piera** Martedì, 15 Settembre 2015 08:05

Auguri Feffe buon compleanno !!! 😊

**Maya** Martedì, 15 Settembre 2015 07:42

😊 buon compleanno Feffe... 😊 😊 😊

**Maya** Martedì, 15 Settembre 2015 07:41

Buona giornata a tutte-i...

**Simona** Martedì, 15 Settembre 2015 07:37

Buongiorno adorato forum 😊 😊

**mamma\_lara** Martedì, 15 Settembre 2015 06:52

Buongiorno a tutti.

Gri, non so come scusarmi, ho controllato tutti i messaggi ma quello che avevo messo con i tuoi saluti non c'è.  
Può essere però che l'ho solo pensato e poi non l'ho scritto. Mi capita in questo periodo.  
Perdonami va.  
So che lo farai.  
Ti voglio bene cara.

**cri69** Martedì, 15 Settembre 2015 05:46

Buongiorno a tutti, un benvenuto ai nuovi ed un bacio a GRI che è passata per un saluto, che bello aprire e trovare un tuo post. Bello sapere che le cose vanno un pochino meglio e comprensibile che tu abbia il tuo daffare, noi ci siamo sempre... un abbraccio. Vado, il tempo stringe... a più tardi.

**Gri** Lunedì, 14 Settembre 2015 22:05

Buona sera forum, in questi giorni ho ricevuto qualche mail da mamma Lara e, come ho scritto a lei, volevo farvi sapere che non vi ho dimenticate, anzi vi penso spessissimo. Ma è un periodo che ho talmente tante cose da fare, da pensare, da gestire, che faccio fatica a seguire il forum e mi sono un po' estraniata. Il mdT va abbastanza bene, sono a 3/4 crisi al mese... va più che bene. I miei bimbi stanno bene e oggi è ricominciata la scuola materna. Vi abbraccio forte e a presto. Con affetto, Gri

**mamma\_lara** Lunedì, 14 Settembre 2015 21:43

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

**paula1** Lunedì, 14 Settembre 2015 21:33

Buona sera a tutti... alla fine sono uscita dal lavoro un'ora prima... ho nuovamente Selladicavallo, ma fino a giovedì, perché domani mi serve per andare dalla dottoressa del DCA e al gruppo... poi deve rientrare ai box perché il pezzo da cambiare non è arrivato e ce l'ha da giovedì... 😞 ora vado a riposare perché oggi anche se non c'era gran ché al lavoro... praticamente quasi solo bambini sono stanca lo stesso... poi i mezzi pubblici mi distruggono 😞😞

Buona notte a tutti

PIERA anche io quando ho preso l'Halcyon per una settimana non ero "rimbambita" come di solito succede... dormivo e basta... cioè esattamente quello che serviva...

**Simona** Lunedì, 14 Settembre 2015 21:27

Benvenuta tra noi Nelli.. 😊

**mamma\_lara** Lunedì, 14 Settembre 2015 21:09

E arrivata una nuova amica.  
Diamo la benvenuta a Nelli.

Carissima Nelli, da questa sera questa è anche casa tua. ♥  
Vedrai che ti troverai in famiglia.

**Simona** Lunedì, 14 Settembre 2015 20:34

Piera hai centrato in pieno il mio pensiero.. 😊

**Piera** Lunedì, 14 Settembre 2015 19:58

Simona anche a me i medici stile dott. House mettono soggezione, bravissimi eh, ma poco umani... ho lasciato il mio ginecologo che mi ha seguito da sempre anche con le gravidanze proprio per questo motivo.

Mi viene in mente una frase che ho letto di Paracelso e che nonostante sia un medico del 1500 trovo sempre attualissima: "Ogni medico dovrebbe essere ricco di conoscenze, e non soltanto di quelle che sono contenute nei libri. I suoi pazienti dovrebbero essere i suoi libri." .....credo di sapere cosa intendesse lui per "conoscenze" 😊

**Simona** Lunedì, 14 Settembre 2015 18:37

Buonasera adorato forum. . Oggi sono un po' così 😞 ho parlato con il mio ginecologo.. gli dovevo far vedere degli esami.. professionalmente è eccezionale, infatti non penso lo cambierò mai, ma umanamente non ci siamo proprio.. 😞 E quello che mi fa più incalzare... è che ha talmente tanto carisma che mi inibisce quasi.. o entro da lui in una giornata che niente e nessuno può intaccarmi... oppure.. come oggi.. entro già affaticata di mio e ne esco come fossi una vittima.. devo lavorare su sta cosa...

**mamma\_lara** Lunedì, 14 Settembre 2015 18:22

La polpa cotta è 22 kg.

quando farò i cappellacci aggiungerò il formaggio così avrò 33 kg di batù.

Con questo batù ci verranno 150 uova di cappellacci, un po' di meno forse. Poi piano piano me li faccio. Mamma mia che divertimento, gioia su gioia. 😊😊😊😊

**mamma\_lara** Lunedì, 14 Settembre 2015 18:12

Ho cotto tutta la zucca e già pulito il forno che era inguardabile.

**mamma\_lara** Lunedì, 14 Settembre 2015 18:06

E' arrivato un nuovo amico.  
Benvenuto roberto17

**mamma\_lara** Lunedì, 14 Settembre 2015 17:40

Annuccia, troppo bello avere il tuo bimbo grande a casa e il bimbo piccolo con la sua mamma il fine settimana. Troppo bello.  
Per Andrea dita incrociate e quai a toglierle da messe così.

**Piera** Lunedì, 14 Settembre 2015 13:34

Rossana ho letto che il triazolam (la benzodiazepina dell' Halcion) e l'unica eccezione, alla regola generale di una riduzione lenta, l t. Questa benzodiazepina si elimina così rapidamente (emivita 2 ore) che, le persone che l'assumono, sono praticamente liberi dalla sostanza ogni giorno, dopo una dose presa la notte precedente. Il triazolam, per questo motivo, può essere sospeso bruscamente senza necessità di sostituzione con una benzodiazepina ad azione lunga (emivita lunga). Magari puoi informarti se puo' fare al caso tuo dai tuoi medici

**Piera** Lunedì, 14 Settembre 2015 13:28

io prendo la compressa da 0.125. la dottoressa mi ha detto che di solito si prescrive quella da 0.250, comunque a me non stende !!!! 😊

**rossana** Lunedì, 14 Settembre 2015 12:53



**rossana** Lunedì, 14 Settembre 2015 12:53

PIERA prendi 12,5 meta' ?  
Se così é non è il dosaggio che stende i miei vecchietti  
Un amica mia coetanea ne assume ora 2 cp e a me sembra tanto.  
Poi ormai so che dopo un po sti farmaci mi presentano il conto e in fretta e furia li devo smettere quindi temo

**Piera** Lunedì, 14 Settembre 2015 12:00

Rossana l'halcion un po' funziona: stanotte ho dormito dalle 11.30 alle 3 anche se io prendo meta' della dose che si da' di solito.....e' che sono le vampate che mi svegliano , dopo il sonno purtroppo diventa molto frammentato 😞

**Annuccia** Lunedì, 14 Settembre 2015 11:50

Buongiorno a tutti! cominciamo un'altra settimana..... oggi arriva Enrico e sta qui tutta la settimana per lavoro, venerdì dovrebbe arrivare Alessandra con Lupo in treno , ma lo dico sottovoce, non vorrei che il "nemico" mi ascoltasse 😊

Andrea comincerà un nuovo lavoro... ma vi dirò in seguito dopo la firma del contratto. Purtroppo lontano da casa ed io per questo, da ieri sera, ho la lacrima facile. Non posso farci nulla!!!!!!

**mamma\_lara** Lunedì, 14 Settembre 2015 11:26

Rossana, anche a me piacerebbe troppo vivere al mare. Ma da fine settembre a fine aprile. Poi l'estate a casa mia 😊😊😊

**mamma\_lara** Lunedì, 14 Settembre 2015 11:24

Paula, Piera.  
Non mangio carne perchè non mi piace e non perchè sono vegetariana. E aggressiva lo sono solo quando mi saccagnano per bene le scatole.  
Ho avuto le vampate che ancora ho e ora mangio benissimo, ho anche le analisi perfette.  
Come la mettiamo adesso?.  
Poi conosco vegetariani aggressivi molto più di me che mi sarò arrabbiata un paio di volte nella vita e tutte le volte che l'ho fatto mi hanno dato delle belle mazzate (metaforiche si intende).  
Ho deciso però che non mi devo arrabbiare più, non serve e non si è presi sul serio.  
Ma starò ben attenta in futuro ad arrabbiarmi ancora, devo fare come ho sempre fatto nelle svolte

importanti della mia vita. Un saluto e cambio strada. E' così che bisogna fare.

Poi magari ne dico di ogni (a voce) davanti al computer che quello va sempre bene. 😊😊

**rossana** Lunedì, 14 Settembre 2015 11:17

PIERA l Halcion non funziona?

Lo avevano prescritto anche a me ma non l ho preso perché vedevo che scendeva abbastanza i miei vecchietti, ma resta uno dei più utilizzati anche dalle mie amiche proprio in menopausa.

**rossana** Lunedì, 14 Settembre 2015 11:15

Buongiorno ancora dal mare.

Stamattina essendo coperto mi sto facendo una passeggiata in centro.

Ormai siamo in pochissime persone e mi piace troppo.

Penso che potrei viverci sul mare, si sono sicura se non fosse che mio marito ha radici profondissime dov è nato.

Ora sta uscendo il sole, c è più caldo dei giorni scorsi.

Mi ci vuole un po per tornare in camera ma poi conto di farmi un bagnetto

**nico26** Lunedì, 14 Settembre 2015 10:54

UN BUON LUNEDI' A TUTTE.SONO AL LAVORO CON MIO FIGLIO PERCHE NON SAPEVO A CHI LASCIARLO E QUINDI HO CHIESTO AD UN ISTRUTTORE DI FARE DA BABY SITTER 😊.NON AVERE I NONNI SI SENTE 😊 E CHI LI HA NON LI VUOLE 😊.VI AUGURO UNA BUONA GIORNATA E DOPO 24 ORE DI ACQUA E' USCITO IL SOLE CON L'UMIDITA' A 1000!

**Piera** Lunedì, 14 Settembre 2015 10:50

Paula in effetti bere e' molto importante, ti ritrovi a pesare molto di piu' e magari e' solo ritenzione idrica , cerca di sforzarti se puoi

**Piera** Lunedì, 14 Settembre 2015 10:42

Quando ho raccontato alla ginecologa, cosa mangio, mi ha detto che sto facendo la cosa migliore in assoluto e che sono arrivata "disintossicata" alla menopausa, e che secondo la sua esperienza quasi tutte le emicraniche hanno le vampate, perche' sono persone predisposte a questo tipo di sintomi.....ha fatto tutto un discorso che mi dispiace non avere potuto registrare, perche' e' stato bellissimo, centrato anche sull'energie personali

**paula1** Lunedì, 14 Settembre 2015 10:41

PIERA infatti non ho fatto commenti con questa persona...perchè si sentono tantissime campane...è certo che bisogna trovare un proprio equilibrio magari facendo su se stessi delle prove.....

io sono un po' 😡 arrabbiata perchè a fronte di giornate, diciamo, buonine senza abbuffate, sto aumentando di peso...l'unica cosa che sbaglio davvero è il fatto di bere pochissimo...certi giorni mi accorgo che se ho bevuto un bicchiere di acqua è molto... 😊

**Piera** Lunedì, 14 Settembre 2015 10:35

scusate gli errori scrivo in fretta dal lavoro...

**Piera** Lunedì, 14 Settembre 2015 10:34

Paula la nostra dottoressa ha altre idee.....perciò non e' che possiamo seguire tutti, poi per il mdt devo mangiare in un certo modo altrimenti non mi salvo, io poi non mangio tanta carne perche' non mi piace.....e nel mio intergratore proteiche non ci sono quel tipo di proteine. Purtroppo certo di mantenere degli equilibri e non e' facile a volte scelgo solo il male minore Puoi fare tu la domanda al dott. Cherubino se sei interessata

**paula1** Lunedì, 14 Settembre 2015 10:12

PIERA lo scrivo qui perchè magari è una esperienza che altri hanno fatto, ma te lo avevo già scritto... l'osteopata, dalla quale sono andata, mi ha detto che lei aveva scalmane ingestibili, poi ha iniziato una dieta vegana (non estrema) e da allora la notte non ne ha più avute.....io non ho fatto commenti perchè non sono informata, ma mi diceva che mangiare la carne (spesso, non una volta o due all'anno) porta aggressività e non fa stare bene...

forse è una domanda che potremmo fare al dott. Di Lorenzo al congresso...

**mamma\_lara** Lunedì, 14 Settembre 2015 10:05

Piera, anch'io ho sempre dormito poco e a spicchi e bocconi nelle varie ore della giornata. Ora però dormo quando mi pare e sono sempre più fortunata di voi che dovete lavorare. Mi abbiocco a ore improponibili 😊😊

**mamma\_lara** Lunedì, 14 Settembre 2015 10:02

Paula, non ci voleva la mancanza di Selladicavallo, ma penso che anche lui soffra stando dal meccanico. 😊  
Non ci voleva proprio.

**Piera** Lunedì, 14 Settembre 2015 09:53

Allora Lara un grande Benvenuta nel girone delle insonni!!!! 😊  
Io insonne per le vampate, se di giorno va un po' meglio, di notte è un vero disastro.....ho ancora una settimana di prova, poi parlo con la dottoressa???

**mamma\_lara** Lunedì, 14 Settembre 2015 09:52

Simona, il bello è che gli altri non sanno che è colpa tua, pensano sia la mia dieta-profilassi che mi fa reagire così. 😊😊😊😊

Mi spiace per il MDT, ma qualche volta ci sta purtroppo

**mamma\_lara** Lunedì, 14 Settembre 2015 09:48

Simona, preso tutto l'abbraccio e mi ha fatto tanto bene. Grazie carissima.

Sai che per ogni volta che mi difendo come rarissimamente ho fatto do sempre la colpa a te. 😊😊  
Prima mi difendevo con il silenzio, ora invece lo faccio anche con le parole. Non è che prima non mi sono mai difesa, con gli estranei riuscivo benissimo, ma facevo fatica a farlo con le persone che frequento perchè amiche di amiche o amiche di Gabriele. Ora piano piano dico ciò che penso e il più delle volte colpisco e affondo. Poi sono diventata una carogna. Per esempio, ho capito che da un po' fastidio che io dimagrisca così, nel senso che ho ancora qualche forma. E io faccio la civetta. Sono una carognetta.

Tanto loro non sanno cosa c'è sotto. 😊😊😊

**mamma\_lara** Lunedì, 14 Settembre 2015 09:39

Cri, mi sono rimasti gli orari della grappolo, penso farò fatica ad abituarli a dormire la notte. Poi da troppo tempo dormo pochissimo quindi mi servirà ancora tempo per abituarli a questo star bene notturno. Poi ieri sera mi sono messa a dormire verso la mezzanotte è stato normale svegliarmi alle 3 e mezza. Poi sono stata a letto fino alle 4.

Ma questa mattina mi sono messa sul divano e ho dormito fino a poco tempo fa davanti al televisore sintonizzato su una trasmissione che spiegava come si ristrutturano case. E' stato un attimo prendere sonno. 😊😊

**paula1** Lunedì, 14 Settembre 2015 08:26

Buon giorno a tutti...finalmente stanotte ha piovuto...ce n'era un gran bisogno...adesso c'è il sole e a tratti fa qualche scroscio...io sono appiedata perchè Selladicavallo è ancora in officina per un pezzo che manca...oggi lavoro pomeriggio e stasera vedrò come organizzarmi perchè non posso certo uscire prima (l'ho chiesto anche giovedì scorso e in più non avendo fatto le notti ho perso già tante ore), quindi se me lo dà stasera tardi bene, oppure resterò a dormire in ospedale...però domani col gruppo mi servirebbe.... non posso farmi mezza Bologna a piedi...anche se ormai l'allenamento ce l'ho 😊😊😊😊😊😊😊😊

**Simona** Lunedì, 14 Settembre 2015 07:53

Buongiorno adoraro forum 😊😊

Stamani all'alba mi son dovuta prendere un triptano... oggi avrei la necessità di stare bene perchè alle 15 ho una visita importante... quindi sono impasticcata ..ma va bene così... 😊 qui siamo in allerta meteo fino alle 12... ormai è arrivato l'autunno.. c'è anche più fresco rispetto alla settimana scorsa.... bene carissime... vi auguro un buon inizio di settimana... e se non c'è il sole nel cielo spero che in pochino possa esserci dentro di voi.... 😊😊

Lara.... ti stritolo un po' virtualmente in un abbraccio .... buona giornata 😊😊

**cri69** Lunedì, 14 Settembre 2015 05:47

Buongiorno a tutti, LARA ma sei andata a letto? Le previsioni hanno messo pioggia anche stamattina, vediamo come butta... Non dico nulla sulla testa, perchè poi mi farà i dispetti. Ieri sono riuscita a stirare tutto. È la spesa che non so quando riuscirò ad andare a fare... meglio... ne giova la dieta 😊

Buona giornata a tutti.

**mamma\_lara** Lunedì, 14 Settembre 2015 05:10

Vado a sistemare un po' di cose del convegno

**mamma\_lara** Lunedì, 14 Settembre 2015 05:09

Sto sistemando le zucche che mi ha procurato mia sorella. Io uso quelle della qualità delica, hanno una polpa soda e quasi senza acqua. Ne avevo 35 kg. circa, forse un po' di più e oggi finisco di cuocerle. Non posso conservarle, non ho il posto adatto e loro sono delicate e proprio non durano tanto come le altre qualità, così ieri Gabriele le ha tutte pulite e lavate poi le ha fatte a pezzetti, io proprio non riuscivo, avevo la testa che ad ogni colpo scoppiava, ma con il suo aiuto ieri sera ne avevo già sistemati 30 kg.

Le cuocio in forno, a me sembrano più buone così, però avvolgo la leccarda nella carta stagnola così non fanno il bruciacchiato sopra che poi sa di ferro e toglie il dolce della zucca.

**mamma\_lara** Lunedì, 14 Settembre 2015 05:02

Feffe, è da un po' che se sballo i ritmi la testa non mi punisce. Anche questa è una bella conquista, pensa che ieri sera a mezzanotte già dormivo e la sera prima invece sono andata a letto alle 3. Ma il MDT lo avevo per la zuccata che ho preso. Oggi non so cosa ha intenzione di fare la mia testa.

Speriamo 😊

**mamma\_lara** Lunedì, 14 Settembre 2015 04:57

Maya, dai va che inizia un'altra settimana 😊

**mamma\_lara** Lunedì, 14 Settembre 2015 04:55

Maria, sei di poche parole in questo periodo. Io invece ne avrei da dire abbastanza ma è meglio che mi sto zitta 😊

**mamma\_lara** Lunedì, 14 Settembre 2015 04:53

Annuccia, hai detto acciacchi e ho pensato che in casa ho solo i miei acciacchi, Gabriele per fortuna sta sempre bene e i ragazzi sono ancora giovani per quelli, così niente minestrone.

I ragazzi hanno MDT e altri problemi, ma non mi azzardo neppure a chiamare acciacco il MDT e se qualcuno lo fa sai bene dove lo mando

**mamma\_lara** Lunedì, 14 Settembre 2015 04:49

Rossana, hai usato un termine ottimo, è verissimo, è solo macinando il dolore che gli facciamo perdere potenza. Grazie.

Spero in una giornata di sole anche per te 😊

**mamma\_lara** Lunedì, 14 Settembre 2015 04:46

Cri, behh. se dovessi stirare sarebbero brutti anche il giorno di Natale e quello del mio compleanno. Pur di non stirare li piegherei e mi ci siederei sopra.

Speriamo che almeno la testa abbia fatto la brava

**mamma\_lara** Lunedì, 14 Settembre 2015 04:44

Buongiorno a tutti.

Chissà che tempo farà oggi. Ho tanti panni da asciugare che se non ci sarà il sole farò un po' di fatica.

**Maya** Domenica, 13 Settembre 2015 23:12

zz  
😊 notte

**feffe81** Domenica, 13 Settembre 2015 21:57

MARIA mi spiace, spero si alleggerisca presto...

CRI hai ragione, avresti avuto bisogno di riposo domenicale!

Buonanotte a tutti, buon inizio di settimana soprattutto a chi riprende la scuola

**rossana** Domenica, 13 Settembre 2015 19:40

Forza MARIA , ieri alle 15 ero messa come te ed ho ben presente.  
Quanta pazienza

**rossana** Domenica, 13 Settembre 2015 19:38

Un saluto dal mare un po perturbato.  
Da oggi pomeriggio meglio, auguro a tutte il mio recupero che spero continui.  
Certo che il dolore lo dobbiamo macinare per un po, c é poco da fare.  
CRI sono contentissima per tua figlia.  
Buona serata domenicale a tutte

**Cris83** Domenica, 13 Settembre 2015 18:09

Ciao.. Passo solo x un saluto veloce..  
Sono stanca e ho un po' di mal di testa.. Mi riposo un po'!

Un abbraccio ♥

**Annuccia** Domenica, 13 Settembre 2015 17:56

SIMONA, ho ascoltato con attenzione il tuo video e non sei stata brava, sei stata bravissima. 😊😊

**Annuccia** Domenica, 13 Settembre 2015 17:55

Buona domenica a tutti! ormai è una routine che io vi auguri una buona giornata a quest'ora la domenica.  
Da queste parti diciamo tutto bene, anche se gli acciacchi ci sono e se uniamo gli acciacchi di tutti, facciamo veramente un gran minestrone.

**Maria9195** Domenica, 13 Settembre 2015 17:53

Sono di poche parole mi scoppia la testa 😞😞😞

**feffe81** Domenica, 13 Settembre 2015 17:27

SIMONA ma infatti ieri sera si è prolungato il tutto, io avevo detto che alla tale ora dovevo andare, solo che mi hanno chiesto di venire a casa mia. A me faceva piacere quindi siamo stati qui, e a un certo punto ho detto che io andavo a nanna ma loro potevano restare quanto volevano, sono andato via ma era già ben oltre il mio orario massimo...sarò la reincarnazione di Cenerentola???

**cri69** Domenica, 13 Settembre 2015 17:10

Visto che la domenica è la giornata del riposo, stamani lavoro e ora sono a oltre 2h di stiro e non è finita ...che palline.

**mamma\_lara** Domenica, 13 Settembre 2015 16:40

Maya, ci sei e solo questo conta. Leggi che sai quanto è importante e scrivi quando puoi.  
Fai un lavoro faticoso e hai anche bisogno di riposarti

**mamma\_lara** Domenica, 13 Settembre 2015 16:37

Rossana, certo che un momento di pace mai vero!!!!  
Uffa. 😞

**mamma\_lara** Domenica, 13 Settembre 2015 16:37

Ogni tanto mi escono delle parole con la lettera maiuscola 😞😞😞

**mamma\_lara** Domenica, 13 Settembre 2015 16:36

Simona, guarda che io imparo da te. Sono diventata abbastanza brava.  
Però ieri sera alla cena dei cugini, nessuno ma nessuno che abbia avuto da dire perchè mangiavo insalata e tonno, anzi, tutti dicevano che stavo mangiando proprio bene nonostante loro avessero davanti non vi dico quali e quante pietanze una più buona dell'altra.  
Simona, continua ad insistere e a dirci tutte le tue conquiste, a me servono molto e ti copio spesso  
😊😊😊😊  
Grazie.

**mamma\_lara** Domenica, 13 Settembre 2015 16:31

<https://www.youtube.com/watch?v=vWT8d6-PmAQ&feature=share>

questo è il mio video, ma nulla a che vedere con il video di Simona.  
Forse se lo facevo da sola anch'io riuscivo a fare meglio. Gabriele aveva fretta e non ho potuto fare le prove necessarie. Se avessi avuto voi di fronte invece di un aggeggio che registrava, forse sarei riuscita a fare meglio.  
Scusatemi.

**Simona** Domenica, 13 Settembre 2015 16:25

Maya..grazie 😊 grazie mille..

Feffe mi spiace x la tua testa.. ma cmq leggo che non sei rimasta a letto quindi hai reso vivibile la tua domenica nonostante il dolore.. brava.. 😊 sai che ieri sera avevo un amico con bimbo in casa a vedere la partita del genoa.. era ora di cena e io con questa nuova alimentazione sono molto precisa con gli orari dei pasti altrimenti soffro la fame e mi viene subito mdt.. era ora di cena e avevo deciso di mangiare ..ho acceso il fuoco x preparare..poi è arrivata inaspettatamente la moglie del mio amico e subito ho spento i fornelli perché una vicina mi ha detto che non era educato farmi da mangiare senza aspettare.. ma subito mi son detta che io dovevo pensare a me e al mio stare.. al limite potevo chiedere se volevano mangiare con me.. ho fatto così.. alla fine loro hanno finito di vedere la partita e se ne sono andati.. io alla fine della partita avevo già mangiato e digerito.. 😊

**feffe81** Domenica, 13 Settembre 2015 16:13

ROSSANA dolore su dolore, che brutto stare...

**feffe81** Domenica, 13 Settembre 2015 16:12

e oggi sto facendo tante cosine, ho dovuto ricomprare la doccia perché l'acqua non usciva dai fori ma di lato 😞 poi sono stata dai miei, ora ho stirato, volevo preparare due tortine da portare ai colleghi martedì, però mi sento poco bene e stanca che vorrei non fare proprio niente. Mi sa che mi ricaverò un po' di tempo per questa ultima cosa

**feffe81** Domenica, 13 Settembre 2015 16:09

quindi per stasera ho detto che non vado a una cena che avevo in programma, è meglio che mi faccia una serata tranquilla con me. Che poi ieri ho fatto tardi ma è stata una bella serata, quasi irreale con la mia amica di yoga e un amico nuovo sempre di yoga

**feffe81** Domenica, 13 Settembre 2015 16:08

MAYA grazie...

Oggi la mia testa non va tanto, sono convinta che sia stata colpa di ieri sera che ho fatto troppo

tardi 😡 sono un po' arrabbiata per questa cosa: se non rispetto i miei ritmi il mdt è quasi assicurato 😞 quando mi difendo imponendo agli altri il rispetto dei miei tempi non capiscono e dare spiegazioni mi ha stufata, poi mi dicono che sono rigida, che devo mollare un po'...devo mollare dei ceffoni dico io!!! 😊

**Maya** Domenica, 13 Settembre 2015 15:36

ragazze scrivo poco il tempo è poco, col lavoro nuovo, il giornaliero mi aiuta non mi alzo troppo presto, ma tornare alle 18..o 19...mi lascia poco, ma vi leggo tutte le sere, sono felice di tutti gli scrittimlo sapete vero, mi aiutate tantissimo, e ormai dal 2008... 😊, ma oggi senza togliere nulla a nessuna di voi, di fatica o di lavoro sul proprio dolore col mdt, permettetemi di dire Simona bravissima nel video, bravissima nel lavoro, e bravissima nell'aver trovato fiducia in te stessa e nelle tue capacità.. 😊 voglia di farcerla voglia di sperimentare. Feffè quanta strada stai facendo, anche tu grande consapevolezza, grande voglia di provarci, sì perché io a volte di vedevo seduta, non c'era lo spirito di provarci, oggi ne vado molto, ora ci provi di butti, e non poca cosa corri...all'indietro ma corri, facevi una fatica immensa, bravissima.

**Maya** Domenica, 13 Settembre 2015 15:19

😊 ciao e buona domenica...

**mariagrazia** Domenica, 13 Settembre 2015 14:47

Buona domenica a tutti.  
Lara come va con la caduta?  
Ho visto entrambi i video e siete state bravissime.  
Se trovo un cappello lo farò anch'io.  
Per ora ho solo un enorme sombrero

**nico26** Domenica, 13 Settembre 2015 14:33

Buona domenica!!!!simo sei fantastica meravigliosa stupenda 😍 .Oggi invece io sono 😞 mdt e speriamo che passi!!!!

**Simona** Domenica, 13 Settembre 2015 12:03

Grazie ragazze... grazie di cuore... 😊😊😊😊

**feffe81** Domenica, 13 Settembre 2015 11:36

SIMONA sei davvero grande, ho visto il tuo video, sono qua commossa. Super davvero, ti voglio bene

**mamma\_lara** Domenica, 13 Settembre 2015 11:22

Simona penso che non avresti potuto fare di meglio. ♥♥♥

**Piera** Domenica, 13 Settembre 2015 11:18

Brava Simona, sei stata davvero bravissima !!!

**mamma\_lara** Domenica, 13 Settembre 2015 11:16

Ho 30 zucche da cuocere 😞😞😞

Sto iniziando 😊😊😊

**Simona** Domenica, 13 Settembre 2015 10:30

Grazie 😊😊 davvero grazie ... perché io non mi son mica vista così bene in questo video... 😞 ieri sera appena messo pubblico mi son venuti mille pensieri su cosa avevo detto che era meglio dire altro.. non vi dico.... 😞😞 ma poi mi son detta che ne avevo provato a fare altri 13 e che la perfezione non l'avrei mai trovata... quindi ormai quel che era fatto era fatto e pubblicato.. grazie per le vostre parole... mi confortano... vi voglio bene... 😊😊

**mamma\_lara** Domenica, 13 Settembre 2015 10:03

Grazie Antonella. ♥

Simona, visto e commossa.

Che brava sei stata. Brava che dirlo mi sembra troppo poco. ♥♥♥

**Antonella62** Domenica, 13 Settembre 2015 09:59

A proposito: Bravissima **Simona**

**Antonella62** Domenica, 13 Settembre 2015 09:55

Buongiorno a tutti.

Ho visto anche io il video di Simona. Bello e commovente.

Lara io l'ho cercato su youtube e l'ho trovato a questo indirizzo:

<https://www.youtube.com/watch?v=zXMXuTyHVvY>

**paula1** Domenica, 13 Settembre 2015 09:40

Buon giorno a tutti...qui sole...ieri sera siamo andati alla Festa della Resistenza a Marzabotto..l'attività dell'Anpi, in quel paese che conosciamo bene per la strage, è ancora molto attiva, c'era un bellissimo clima...hanno suonato due gruppi...il primo di giovanissimi che facevano ridere tanto erano inesperti...e l'altro invece molto impegnato politicamente...testi davvero pesanti, ma veri, ancora attuali....hanno anche fatto delle letture in bolognese che io adoro...c'era anche il camper di Emergency che qui a Bologna sta aiutando tantissime persone,soprattutto con l'informazione sui diritti...

bella serata.....

e per concludere quando sono andata a letto mi sono vista il video di SIMONA..toccante davvero...bellissimo....grazie SIMONA♥

**mamma\_lara** Domenica, 13 Settembre 2015 09:18

Simona, poi mi dici se hai postato il video, non lo vedo.

**mamma\_lara** Domenica, 13 Settembre 2015 09:17

Buongiorno a tutti.

Ieri pomeriggio e ieri sera sono stata impegnata con la cena dei cugini. 😊😊😊  
Ora non riesco a raccontarvi tutto, ma lo farò non appena ho sistemato la posta.  
E' stata una giornata meravigliosa e i miei cugini hanno il bene dentro come pochi ce l'hanno.  
Sono tutti così e non mi sarei mai staccata da loro.  
Che gioia. ♥ ♥ ♥

**Simona** Domenica, 13 Settembre 2015 08:24

Lara son riuscita a fare tutto 😊 il video è apposto.. 😊 non mi è venuto benissimo.. potevo fare meglio ma ormai è andata... 😊

**Simona** Domenica, 13 Settembre 2015 08:21

Buongiorno adoraro forum e buona domenica a tutti 😊😊

**cri69** Domenica, 13 Settembre 2015 05:44

Buongiorno gente ,buona domenica.

Ieri alle 21.24 ero a letto!Vediamo come va oggi,sto preparando un secchio di caffè....Tornerei a letto,non ho più il fisico.Besos

**cri69** Sabato, 12 Settembre 2015 20:38

ANTONELLA felice compleanno

**rossana** Sabato, 12 Settembre 2015 19:35

LARA cavoli non ci voleva.

Riguardati, mi raccomando

**rossana** Sabato, 12 Settembre 2015 19:34

Oggi emi e dolore neuropatico a manetta.  
Vedrò domattina se ricorrere al cortisone.  
Auguri Antonella di un buon compleanno.

**Antonella62** Sabato, 12 Settembre 2015 19:14

Grazie a Nico ed Annuccia.

**Annuccia** Sabato, 12 Settembre 2015 18:51

Sono rientrata alla base. Sto facendo il dolcetto per domani

**Annuccia** Sabato, 12 Settembre 2015 18:50

ANTONELLA, tantissimi auguri!



**nico26** Sabato, 12 Settembre 2015 18:25

Volevo solo augurare buon compleanno ad Antonella .Sono piena di gente da stamane fino a domani sera e poi non ho capito se Lara e' caduta 😞.Abbraccio tutti.

**Antonella62** Sabato, 12 Settembre 2015 17:58

Grazie mille per gli auguri di compleanno.

Lara, accidenti pure la gamba che non regge, mi dispiace molto per la caduta 😞 .

**Simona** Sabato, 12 Settembre 2015 16:37

Non riesco a metterlo su YouTube il video.. e non so bene dove metterlo anche.. come hai fatto tu Lara? Intendo come fare a renderlo utile x la campagna under the hat..  
Annuccia grazie.. sono stata ispirata da Lara.. io ho preferito farlo con il telefono ed essere sola...

altrimenti sarei stata in imbarazzo... le uniche a cui avrei potuto chiedere aiuto siete voi... ma tutte troppo lontane.. 😞

**Annuccia** Sabato, 12 Settembre 2015 15:30

Lara ti ho vista nel video. Sei stata brava ed eloquente come sai fare tu! Simona bravissima anche tu che stai provando a farlo. Io non so quando avro la vena...e soprattutto qualcuno che mi aiuti a farlo

**Simona** Sabato, 12 Settembre 2015 15:19

Ne ho girati altri 3 .... 😊😊 uno carino ma poi è passato il treno e si è sentito parecchio e subito dopo ha iniziato il vicino di casa ad urlare e allora ne ho dovuto fare un altro... 😊😊 chiusa in camera... 😊😊 finestre e poste sigillate... 😊😊 e vada... ultimo video lo tengo buono... ora vedo di metterlo su you tube o direttamente su fb sulla pagina di under the hat...

**Simona** Sabato, 12 Settembre 2015 14:50

Ho già girato 7 video... non me ne piace uno... l'unico che mi convince un po' non posso metterlo perché non so bene cosa ho combinato ma mi si vede solo metà viso 😊😊😊😊 che paciugona..... 😊😊😊 cmq sarà che oggi ho anche sta criniera ribelle al posto dei capelli che non mi agevola x niente... 😊😊😊 però mi sto facendo un bel po' di risate.... qui brutto tempo..da domani allerta meteo. .. e si parte con le piogge. ... ieri ci siamo fatti mettere la paratia di legno dal cancello..almeno se la strada si trasforma in un fiume come l'anno scorso siamo leggermente più riparati da possibili allagamenti....

**feffe81** Sabato, 12 Settembre 2015 14:42

PAULA che bello i cuccioli, se puoi fai una foto da farmi vedere? 😊  
MAMMALARA mi spiace per il mdt e per l'occhietto...

**mamma\_lara** Sabato, 12 Settembre 2015 10:53

Anch'io lavatrici e altre cose varie da fare.  
La testa fa un bel po' di male e mi si sta gonfiando un po' l'occhio.

**mamma\_lara** Sabato, 12 Settembre 2015 10:49

Feffe, anch'io ero imbarazzatissima nel fare i video, ma mi sono detta che qualcuno doveva pur partire e sono partita. Il risultato non è stato dei migliori e guardavo ovunque tranne che la macchina fotografica. Poi pensavo a quello che dovevo dire e perdevo quello che stavo dicendo. E' venuto come è venuto, ma va bene così.

**paula1** Sabato, 12 Settembre 2015 09:26

Buon giorno a tutti...qui sole...allora oggi è la mattinata delle lavatrici...io niente caffè perché non lo bevo...solo caffelatte (caffè finto) e pavesini...  
ora aspetto che si svegli il ghiro....poi dobbiamo anche andare a fare la spesa...il frigo fa l'eco...  
CRIS83 di fronte a casa abbiamo una labrador che tra poco fa i cuccioli...speriamo siano belli come Tango..lei è beige e il papà è nero...

**feffe81** Sabato, 12 Settembre 2015 09:21

MAMMALARA per il video avevo usato dropbox per renderlo disponibile  
ROSSANA mi hai colpita col "termo del pianto": lo scorso inverno facevo esattamente così!! È bello sapere che non sono sola in questa pratica

**feffe81** Sabato, 12 Settembre 2015 09:18

Io non so se potrei fare il video, proprio non me lo sento. Magari guardo i vostri e aspetto l'ispirazione

**feffe81** Sabato, 12 Settembre 2015 09:17

Buongiorno a tutti!

SIMONA siamo sincronizzate, anche io ho messo lavatrice, preparato caffè e letto forum 😊  
Sto bene, ieri serata bellissima con la mia amica: vaschetta di gelato per cena e poi ci siamo messe a cantare 😊

MAMMALARA cavoli non ci voleva la caduta con botta 😞

**Piera** Sabato, 12 Settembre 2015 09:16

anch'io farò presto il mio video: ho già commissionato il lavoro a un "creativo" della grande mela!!!! 😄

Voglio il meglio del meglio 😄

**mamma\_lara** Sabato, 12 Settembre 2015 09:05

Piera, grazie mille carissima.

E grazie anche per gli scherzi ♥ ♥ ♥

quella della diretta da S. Pietro è proprio bella 😄😄😄

**Piera** Sabato, 12 Settembre 2015 08:59

Buon compleanno Antonella

**Piera** Sabato, 12 Settembre 2015 08:59

lara sei stata bravissima a fare il tuo video, anche se quando hai detto cari fratelli e sorelle.....pensavo di fossi in diretta da San Pietro 😄😄 scherzo ehhhh 😄 lo sai che lo faccio sempre.... 😄

**mamma\_lara** Sabato, 12 Settembre 2015 08:41

Oggi è il compleanno della nostra Antonella62.

Auguri carissima, buon compleanno. ♥ ♥ ♥

**mamma\_lara** Sabato, 12 Settembre 2015 08:36

Annuccia, ma sai che non avevo visto il tuo messaggio. Co questi occhiali faccio una fatica a vedere bene da vicino. Mi sto un po' abituando però.

Poi non appena Roberto lo mette nel sito vi spedisco il link alla vostra mail.

Si sì, faccio concorrenza a tutti i vostri e i miei bimbi. Stavolta però il tafferuglio non mi ha salvato.



**mamma\_lara** Sabato, 12 Settembre 2015 08:33

Simona, la testa si sta facendo sentire abbastanza, ma farà quello che vuole, ho altro da fare. 😄

**Simona** Sabato, 12 Settembre 2015 08:24

Annuccia vai sul profilo di lara di facebook e la vedi lì... bella come il sole.... sarà ma io mi sono commossa.... 😄

Lara accidenti alla gamba 😞😞 mi spiace che tu abbia battuto la testa. .. spero il dolore del mdt non si faccia troppo forte. ... 😞😞

**mamma\_lara** Sabato, 12 Settembre 2015 08:11

Ecco fatto, ho stampato 160 brochure che sono poi 320 fotocopie. 😄😄😄

Ora le piego poi divulgo il "verbo"

**Simona** Sabato, 12 Settembre 2015 08:07

Buongiorno adorato forum 😄😄 ..prendo il caffè, metto su lavatrice e poi vi leggo..... 😄😄😄😄

**Annuccia** Sabato, 12 Settembre 2015 07:51

Buongiorno a tutti! Sono sempre a santa e vediamo se oggi riesco ad andare al mare. Ieri sera ho preso una bustina per il fastidio urinario e vai. .... Lara non ho capito dove vedere il tuo video ma con calma lo capirò. Altro bernoccolo!!! Fai concorrenza al mio lupetto. Stai attenta però. Cri buon lavoro!

**mamma\_lara** Sabato, 12 Settembre 2015 07:15

Il caschetto !!!!!

Ma sai che io porto il 60 di cappello. Ho un capoccione che starebbe bene ad una persona alta due metri. Facciamo che uso la bacinella dei panni che faccio prima. 😄😄😄

Per le ginocchiere e le gomitiere va benissimo 😄😄😄

**cri69** Sabato, 12 Settembre 2015 06:37

Giulia dovrebbe avere ancora le ginocchiere che usava a pallavolo ,te le porto,poi il caschetto dei pugili e la protezione per i gomiti e sei a posto

**mamma\_lara** Sabato, 12 Settembre 2015 06:35

Cri, devi vedere che bernoccolo, faccio concorrenza ai bimbi piccoli.

**mamma\_lara** Sabato, 12 Settembre 2015 06:34

Cri 😄😄😄😄

**mamma\_lara** Sabato, 12 Settembre 2015 06:34

Riprendo la stampa delle brochure del Convegno. Oggi faccio un po' di giri per la distribuzione. Se arrivasse anche ad una sola persona su cento che la riceve, sarebbe un grande risultato.

Mai scoraggiarsi. 😊

**cri69** Sabato, 12 Settembre 2015 06:32

LARA ma capperi ti dovremmo prendere un girello 😊

**mamma\_lara** Sabato, 12 Settembre 2015 06:27

Mariagrazia, al dipingere casa, si aggiungono tutte quelle cose che sono inevitabili, quella per esempio di mettere in ordine oggetti che magari pensavi perduti e che neppure ti ricordavi dove li avevi messi. A me capita spesso

**mamma\_lara** Sabato, 12 Settembre 2015 06:25

Ecco Paula, fai proprio bene a guardare in grande il video. Non ti è bastato una volta.

Ma dico io, non ne hai già abbastanza 😄😄😄😄

**mamma\_lara** Sabato, 12 Settembre 2015 06:00

Buongiorno a tutti.

La gamba ha ceduto e ho sbattuto la fronte proprio dalla parte del MDT in uno spigolo della porta. Ora ho un bel bernoccolo che mi fa ancora più bella.

Però mi sta partendo anche un bel MDT, chissà se è stata colpa della botta.

Però devo fare ancora più attenzione a non cadere

**cri69** Sabato, 12 Settembre 2015 05:51

Buongiorno gente, freddino anche stamattina, si lavora anche oggi e domani. besos

**Cris83** Sabato, 12 Settembre 2015 00:14

Buonanotte! ❤️

**mamma\_lara** Venerdì, 11 Settembre 2015 23:09

Mariagrazia, vai su FB di Al.Ce. o nel mio profilo. Domani Roberto lo metterà anche nel sito. Scusami ma non so come mai non lo fa vedere qui.

**mamma\_lara** Venerdì, 11 Settembre 2015 23:08

lo proprio devo andare a fare meditazione , scusate ma il video vedrà Roberto come riuscire a farlo vedere.

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

**mariagrazia** Venerdì, 11 Settembre 2015 23:06

Lara il link non funziona

**mariagrazia** Venerdì, 11 Settembre 2015 23:05

Eccomi qui dopo qualche giorno.

Finalmente abbiamo finito di pitturare casa. È rimasta solo la camera di mio figlio. Ma per farla bisogna recuperare le forze e per adesso io e lui l'abbiamo esaurita. Andrea è stato bravissimo a pitturare e poi a dare una mano a me per pulire.

Oggi la testa mi ha fatto tribolare, ma di sicuro sarà a causa della grande stanchezza.

Un abbraccio a tutti, buonanotte

**paula1** Venerdì, 11 Settembre 2015 23:01

Sono a letto ma ho appena visto il video di MAMMA LARA...strameraviglioso!!!!!!grazie grazie grazie ti voglio troppo bene!!!Domani me lo rigoardo bello grande sul pc...

**mamma\_lara** Venerdì, 11 Settembre 2015 22:57

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

**mamma\_lara** Venerdì, 11 Settembre 2015 22:49

Guardavo in faccia Gabriele perchè mi sentivo imbarazzatissima parlare con una macchina fotografica

**mamma\_lara** Venerdì, 11 Settembre 2015 22:49

Non riesco a farvi vedere il mio video. Mi spiace.  
Ora sono un po' stanca, magari riprovo domani

**Piera** Venerdì, 11 Settembre 2015 22:08

Paula chiedi se puoi mettere il casco!!!! 😄 che in effetti e' il tuo cappello in tutte le stagioni 😄

**mamma\_lara** Venerdì, 11 Settembre 2015 21:31

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

**mamma\_lara** Venerdì, 11 Settembre 2015 21:05

Paula, hai ragione, proprio brava la prof.ssa Tassorelli.

Non so cosa dire per le tue gambe, io sono arrivata ad un certo punto che non ne ho più parlato neppure con il medico

**mamma\_lara** Venerdì, 11 Settembre 2015 21:03

Paula, per i cappelli ne porterò un paio anch'io.  
Il mio viene da Creta e avrà quasi 20 anni. Mi piace troppo

**paula1** Venerdì, 11 Settembre 2015 20:48

Buona sera a tutti...sono stanca senza aver fatto assolutamente niente...anzi ho anche dormito un po', ma mi sveglio con dei dolori assurdi...che paradossalmente nemmeno la camminata di ieri mi ha dato...

vado a guardare la tv...

io non ho mai portato cappelli in vita mia...per il congresso vedrò cosa fare...

un grazie alla dott.ssa Tassorelli...premio più che meritato !!

CRI69 sono contentissima per tua figlia....un anno è un bel pezzetto di tempo e speriamo sia solo l'inizio...

**mamma\_lara** Venerdì, 11 Settembre 2015 20:36

Rossana, non ho un termo lungo ma ne ho in tutte le stanze. Vorrà dire che ci arrangeremo.  
Faremo i turni del "pianto sul termo".

Ma sono famelica e devo pur tenere a freno la voglia di ingurgitare tutto ciò che ho gettato nell'umido

**mamma\_lara** Venerdì, 11 Settembre 2015 20:29

Annuccia, cosa vuoi, li o la sempre star male è. Che rottura però

**mamma\_lara** Venerdì, 11 Settembre 2015 20:27

Sono arrivata al 23 % nel caricare il video. 😞😞

Zeno mi ha detto che dovevo alleggerirlo togliendo qualità all'immagine. Certo che potevo proprio farlo, però dopo non si poteva notare la mia "grande bellezza"

Guai al primo che ride. 😞

**mamma\_lara** Venerdì, 11 Settembre 2015 18:43

Cris, bravissima, comprerò il giornale quel giorno 😊😊😊

**mamma\_lara** Venerdì, 11 Settembre 2015 18:42

Sto cercando di caricare il video su YouTube. Mi dice che ci vorranno anche 800 minuti.  
E' venuto come è venuto, ma non so cosa farci, sto come sto e sono abbastanza stanca.

Non ci cascherete mica ehh. 😊😊😊😊

Ma è tutta una scusa per farmi dire che invece sono bellissima e sto benissimo. 😊😊😊

**Cris83** Venerdì, 11 Settembre 2015 18:11

poi lara come minimo me lo dimentico io.. 😊  
vabbè al massimo li facciamo con i giornali!!

**mamma\_lara** Venerdì, 11 Settembre 2015 17:11

Grazie mille Cris. Ottima idea.

**mamma\_lara** Venerdì, 11 Settembre 2015 17:10

[Il premio per la difesa dei diritti dei cefalalgici ad una storica amica di Alleanza Cefalalgici](#)

**Cris83** Venerdì, 11 Settembre 2015 15:56

che bella la storia..hai proprio ragione!!

cappello per ferrara ok!!! magari ne porto più di uno se qualcuno si dimentica!!! 😊😊

**mamma\_lara** Venerdì, 11 Settembre 2015 15:52

Mi raccomando a Ferrara tutti tutti con il cappello. 😊😊😊😊😊  
Dobbiamo fare foto e video

**mamma\_lara** Venerdì, 11 Settembre 2015 15:50

Cris, io parto dal principio che non è chi sa meglio parlare che ha le più belle cose da dire.  
(non l'ho scritto io questo, ma non ricordo chi).  
Allora penso che questo vale anche per lo scritto.

Scrivi quello che vuoi che a noi va bene lo stesso e sono certissima che sarà utile anche a chi ascolta.

C'è un aneddoto che non dimentico mai e che ti vado a raccontare.

Questo vuole dimostrare che poi alla fine è la sostanza e quello che rimane che conta veramente

Faccio una premessa, di solito i mantovani erano anni e anni fa considerati, A TORTO, persone contadine e ignoranti, non so da dove venisse, forse sarà perchè siamo sempre a sud di qualcuno

Mi sento un po' simile a questo signore e non solo perchè sono nativa di Mantova.

Alle volte esco che sembra sia appena stata a rimestar polenta e altre volte invece mi scappa di andare dal sindaco tutta infarinata, forse è per questo che chi si presenta meglio ha anche più probabilità di essere ascoltato.

"Un giorno un signore di Mantova, va in una banca di una città che stava più a nord della sua città e gli viene l'esigenza di avere denaro contante. Al tempo mica c'erano i bancomat e neppure le carte di credito.

Così con il suo blocchetto di assegni va in una banca e compila così come scrivo la cifra che gli serve: 1 milione.

In banca hanno iniziato subito a ridere compreso il direttore, lui dall'alto della sua sensibilità dice al contadino che non può cambiare l'assegno perchè un milione non era scritto bene, aggiungendo che sarebbe stata buona cosa che imparasse a scrivere.

Il contadino per nulla dispiaciuto e con la tranquillità che contraddistingue i contadini mantovani ha risposto: "ha ragione signor direttore, ma quando lei andrà ad incassare il mio assegno, il milione glielo danno lo stesso, perchè io ogni volta che verso i miei milioni scrivo sempre così"

Come ho detto prima cara, si guarda la forma più della sostanza ma non da noi. Scrivi come ti pare e vedrai che salterà fuori quello che pensi.

Ma non vedi che certi scritti incasinati faccio spessissimo e voi capite lo stesso.

Siamo geniali o no 😊😊😊😊

**Simona** Venerdì, 11 Settembre 2015 15:38

Grazie al dr. NAPPI per il messaggio. . Non vedo l'ora di attivarmi per la causa.. 😊

Cri alla grande... gran bella notizia 😊😊😊

Annucchia spero tu possa stare meglio presto. ..

Lara... si fa fatica ad abituarsi ad occhiali nuovi.. con tutto il da fare che hai immagino lo sforzo...

😞 Se posso far qualcosa x te non esitare a chiedere... 😊

**Cris83** Venerdì, 11 Settembre 2015 15:35

CRI che bello!!!

per la campagna under the hat faremo qualcosa a ferrara? portiamo tutti un cappello? 😊

proverò a fare il video ..ma non so cosa dire, magari mi viene meglio a scrivere qualcosa.. una cosa breve immagino comunque?

**mamma\_lara** Venerdì, 11 Settembre 2015 15:23

Cri, meno male, ora la giornata non è più di merda come lo era prima.

Grazie mille

**mamma\_lara** Venerdì, 11 Settembre 2015 15:22

Roberto, grazie mille per il messaggio.

Spero che le amiche facciano subito il video e non appena ho un minuto e il computer tiene spedirò a tutto il forum il tuo messaggio.

Poi rifarò il mio messaggio e vedrò anche come spedirtelo. Ricordo che Feffe ne aveva caricato da qualche parte uno per farcelo vedere.

Poi magari le chiedo.

**mamma\_lara** Venerdì, 11 Settembre 2015 15:19

Roberto, sto cercando di fare il mio video.

sbaglio sempre i verbi. Ho pensato di provare scrivendolo ma non è naturale, quindi ora provo a fare solo dei promemoria.

Ho gli occhiali nuovi e la testa mi fa male da ieri con anche tutti gli orpelli

**cri69** Venerdì, 11 Settembre 2015 14:03

ANNUCCIA spero sia un'altro soffrire a Santa....

Vado a farmi un paio di giuntali di pere...bye

**cri69** Venerdì, 11 Settembre 2015 14:01

Che onore trovare tra noi lo scritto del Dott. Nappi..Grazie.

PIERA Giulia sta facendo il lavoro per cui ha studiato segretaria corrispondente in lingue estere.lavora per una piccola ditta che fa componenti elettronici che lavora soprattutto con l'estero.

**Annucchia** Venerdì, 11 Settembre 2015 13:44

Buongiorno a tutti! Sono venuta a soffrire a santa, anche oggi mal di testa. Sono prima passata dal medico per la cistite. Cri sono contenta per Giulia. Cris riuscirà una bella festa stanne certa. Faccio troppa fatica con gli occhi un bacio a tutti

**r.nappi@tin.it** Venerdì, 11 Settembre 2015 13:43

## **COSA C'E' SOTTO IL CAPPELLO?**

Carissime amiche e carissimi amici del forum, sostituisco solo per un attimo la nostra insostituibile LARA per chiedervi di aiutare concretamente la Campagna Europea UNDER THE HAT (Sotto il cappello) che parte ufficialmente domani. Alcuni di voi sapranno già di cosa sto parlando, altri no. La EUROPEAN HEADACHE ALLIANCE, in pratica l'associazione europea di tutte le associazioni nazionali di pazienti cefalalgici, vuole sensibilizzare l'opinione pubblica utilizzando lo strumento che oggi fa più breccia, cioè i social network. Se ognuno di voi, o anche solo la metà, riuscisse a raccontare la propria storia di mal di testa tirando fuori quella che ha "sotto il cappello", otterremmo materiale per un nuovo libro...e sarebbe senz'altro un grande successo! Oltre ai testi, sono molto importanti anche le fotografie con il cappello (e so che per questo Lara si sta attrezzando in occasione del convegno di Ferrara) e, se riuscite, anche brevi video in cui esprimere una breve riflessione o lanciare un appello

alle istituzioni e/o ad altri cefalalgici, che magari a differenza vostra non sono ancora stati capaci di uscire dal proprio guscio di sofferenza! Tutte le informazioni le trovate nella sezione dedicata di cefalea.it qui [http://www.cefalea.it/index.php?option=com\\_k2&view=itemlist&layout=category&task=category&id=139&Itemid=465](http://www.cefalea.it/index.php?option=com_k2&view=itemlist&layout=category&task=category&id=139&Itemid=465). Se non siete molto abili, magari fatevi aiutare da un familiare dicendogli che è per una causa importante. Chi vive con voi e vi conosce sarà, purtroppo, abituato al vostro mal di testa e sono certo non si tirerà indietro! Grazie per tutto quello che ognuno di voi riuscirà a fare a partire da domani e ricordate che PIU' SIAMO, PIU' CONTIAMO! Ripasso il timone a Lara che saprà assistervi e chiarire tutti i vostri dubbi! Un abbraccio e mi raccomando di mostrare cosa c'è SOTTO IL CAPPELLO!!! Roberto

**Piera** Venerdì, 11 Settembre 2015 12:37

Bene Cri, ci voleva una buona notizia 😊, che lavoro fa?

**cri69** Venerdì, 11 Settembre 2015 12:30

Ultimissime news...a Giulia hanno rinnovato il contratto per 1 anno !!!!Pepepepepepepe 😄😄😄😄

**Cris83** Venerdì, 11 Settembre 2015 10:06

Buongiorno,

secondo giorno consecutivo senza emicrania! e ieri sera sono pure andata a letto alle due.. abbiamo fatto le ore piccole a sistemare per la festa dynamo! abbiamo tinto delle bottiglie per fare un bowling, dei barattoli e fatto dei disegni da attaccare su dei cartoni dove poi puoi farti la foto mettendo la faccia nel buco!

speriamo di riuscire a fare tutto.. siamo un po' preoccupati sul fronte cibo, abbiamo detto di prenotare ma molti sono sicura non lo fanno essendo un apericena e quindi non sappiamo quanta gente aspettarci!

MAMMA LARA guarda è già tanto se riesco a buttare giù qualche frase sensata.. non sono molto brava a scrivere e farò mille errori!

Questo fine settimana ho il corso.. chiederò quel sabato lì cosa c'è in programma e magari salto se non è qualcosa di troppo importante tipo la parte di veterinaria..

in ogni caso butto giù qualcosa.. al massimo ve lo scrivo poi qui o ve lo lascio e ve lo leggete fra voi! il treno comunque non lo prenoto, penso che verrò in macchina o con i miei o con michele, oppure porto tutti e tre! 😊

**paula1** Venerdì, 11 Settembre 2015 09:59

😄 è venuta una frase a metà...dicevo ho male ai piedi perchè non ho mai scarpe decenti... comunque oggi sono a casa dal lavoro..siccome sarebbe stata la settimana delle notti avevo i 3 giorni a casa...certo ho perso 25 ore in una settimana 😞 cominciamo bene! oggi le coordinatrici hanno la riunione col direttore, ma sono già sicura che non ne uscirà niente di buono...

ieri la caposala ha detto che per ottobre mi mette le notti e io ho risposto che non posso certo rifiutare se prima non mi dicono qualcosa...uffffffff dovrò tornare io dal direttore..

comunque in due giorni si sono licenziati 3 infermieri 😞 tra i quali il mio "amatissimo" Gianluca...è rimasto a lavorare in Trentino.. 😞 dove c'è già la neve 😞😞😞 mi ha mandate le foto 😄😄

**paula1** Venerdì, 11 Settembre 2015 09:43

Buon giorno a tutti...qui sole...è vero MAMMA LARA ho le ossa a pezzi, ma pensavo molto peggio...i più dolenti sono i piedi, ma anche perchè non ho

tutto è nato perchè ho lasciato Selladicavallo in officina per il tagliando..ho chiesto di uscire prima dal lavoro per riuscire a prendere la corriera che arriva a casa alle 15.15, ma non passava mai...il call

center di TPER ovviamente non risponde mai 🤪...e quindi ho realizzato che era una corsa soppressa fino al 15 settembre.....strano perchè poi dalle 12 alle 17 quindi non è possibile salire al paese dove abito.. 😞 potevo andare dai miei che abitano lì, ma non ne avevo voglia e avevo il nervoso a

1000 🤪 quindi mi sono incamminata...Fausto doveva anche andare dal dentista alle 17.30 quindi saliva tardi...ho piazzato il telefonino sul contapassi e la musica a manetta...

un caldo incredibile 😞 ogni tanto mi fermavo..beh...i miei 9 km li ho fatti...in salita (3 km al

13% 😞 )...però alla frazione prima mi sono fermata e siccome erano già le 17.30 ho aspettato Fausto sulla panchina della fontana...  
sono stata bravina... 😊

**Maria9195** Venerdì, 11 Settembre 2015 08:18  
Ciao a tutti.

ho l'emicrania appiccicata come una sanguisuga e non passa quella bastarda 🤢🤢🤢 ..in questo periodo faticoso da gestire cerco di fare meno danni possibili ma mi sono accorta che mi da fastidio tutto e sono super sensibile 🤢🤢🤢 ..sto lavorando molto su me stessa ma ho visto che di strada ne devo fare ancora molta nonostante anni di emicrania. Domani ho prenotato una seduta di psicoterapia per rispolverare le idee , le strategie per attivare in questo periodo...la mente, i pensieri fanno sempre brutti scherzi quando sei in un momento difficile e di dolore.....non devo assolutamente perdere la cognizione....oggi non vado in ufficio lavoro da casa se ci riesco....buona giornata....

**rossana** Venerdì, 11 Settembre 2015 08:07

Buongiorno a tutte,  
LARA hai o termosifoni a casa tua?  
Quelli un po' altini, di ghisa.  
Non i termoatredo eh..  
Una mia collega di ufficio si sfogava piangendo in quella posizione dato che era anche freddolosa, univa due bisogni.  
Più avanti negli anni anche mia mamma lo faceva, sempre per via del freddo credo.  
Ce ne vorrebbe uno molto lungo, organizzatevi.  
Mando Alberto con l'amico idraulico e ne installiamo uno bello lungo dall'ingresso fin dentro casa tua? 😊

**Simona** Venerdì, 11 Settembre 2015 07:48

Buongiorno adoraro forum 😊😊😊

**mamma\_lara** Venerdì, 11 Settembre 2015 07:23

Cris, mi sto allenando per non piangere e vedrai che ce la farò.  
Poi mi sfogherò quando troveremo uno spazio fra "noi".  
Altrimenti faremo il muro del pianto a casa mia. 😊😊😊

**mamma\_lara** Venerdì, 11 Settembre 2015 07:20

Cris, anch'io vado da loro a comprare cose che non vadano mai a contatto con il cibo, le formule "magiche" vanno benissimo, mi fanno risparmiare. In un altro negozio avrei spero almeno 4 volte tanto. 😞😞  
Spero proprio tu riesca a rimanere il sabato, la tua parola è troppo interessante da esporre

**mamma\_lara** Venerdì, 11 Settembre 2015 07:20

Cris, anch'io vado da loro a comprare cose che non vadano mai a contatto con il cibo, le formule "magiche" vanno benissimo, mi fanno risparmiare. In un altro negozio avrei spero almeno 4 volte tanto. 😞😞  
Spero proprio tu riesca a rimanere il sabato, la tua parola è troppo interessante da esporre

**mamma\_lara** Venerdì, 11 Settembre 2015 07:15

Nico, capita, io mi sento gonfia come una mongolfiera che neppure con i miei 36 kg, di meno mi fanno sentire alleggerita. 😞😞😞  
Chissà da cosa dipenda 🤔🤔

**mamma\_lara** Venerdì, 11 Settembre 2015 07:13

Cri, qui sempre tutto incrociato per come riesco, le dita mi servono per scrivere e le gambe sai bene che non si incrociano da anni. Ma i pensieri ci sono tutti tutti tutti.

**nico26** Venerdì, 11 Settembre 2015 07:13

E buon venerdì' a tutte/i

oh...la ' stamane ho il colon dall parte sx che mi da fastidio .E che due.....@@...!E devo volare in bagnooooooooo amici .....ciaooooooooo

**mamma\_lara** Venerdì, 11 Settembre 2015 07:12

Paula, sei stata proprio brava, 9 km a piedi sono un bel po' 😊😊  
Se oggi hai le ossa rotte può starci

**mamma\_lara** Venerdì, 11 Settembre 2015 07:10

Feffe, alle volte capita di perdere la centratura, capita spesso, ma vedrai che sarà solo una perdita isolata 😊😊

Poi mi sa che te la sei cavata bene visto anche tutte le cose che hai dovuto tamponare. Non essere troppo severa nel giudizio e vedrai che ne uscirai vincitrice nel resoconto di fine giornata. 😊😊

Poi mica devi analizzare tutte tutte le tue prestazioni come da brava ingegnera studi e

minuziosamente analizzi le "rosse" 😊😊😊

**mamma\_lara** Venerdì, 11 Settembre 2015 07:04

Buongiorno a tutti.

Si lavora e lavora, ma va bene.

Ho recuperato anche un paio di pantaloni che mi parevano irrecuperabili e faccio sempre una grande fatica con gli occhiali. Mi abituerò.

Intanto mi piacciono perchè mi danno tanto l'aria di signorina Silvani dei film di Fantozzi e mi piace troppo, meglio signorina Silvani che mastino napoletano 😊

**cri69** Venerdì, 11 Settembre 2015 05:49

Buongiorno gente...che sonno...

Grazie per i pensieri per Giulia,tenete la guardia alta ,non è finita ,và al lavoro anche oggi e definiranno la cosa ...spero.Cerco di vedere il lato positivo.Besos.

**feffe81** Giovedì, 10 Settembre 2015 21:18

ciao a tutti! stamattina ho perso la mia "centratura": era troppo frenetico e frastornante al lavoro, pazienza almeno ho visto bene come è successo. E' che ero da sola: due colleghi in ferie, l'altro in trasferta e il capo è andato a casa perché non stava bene. Chiamavano tutti me 😊 mi serviva il rotolo con i numerini

**mamma\_lara** Giovedì, 10 Settembre 2015 21:05

Chi avvelena un cane è un delinquente punto e basta.

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

**mamma\_lara** Giovedì, 10 Settembre 2015 21:03

Perdonatemi va, ma con gli occhiali nuovi vedo niente e ho anche un po' di nausea. Ho sistemato un paio di pantaloni e ho la nausea. Li devo tenere altrimenti non mi abituo. Ma meglio che lavori domani.

**paula1** Giovedì, 10 Settembre 2015 20:16

Buona sera a tutti...oggi ho fatto 9 km a piedi per tornare a casa...e ho detto tutto...ora vado a stramazzone in doccia o sul divano.....ovviamente leggera emicrania...

Buona notte a tutti 😊

**Cris83** Giovedì, 10 Settembre 2015 17:18

LARA devo anch'io andare dai cinesi più tardi.. devo vedere se trovo dei regalini/premi.

Il 26 settembre facciamo una festa per dynamo camp .. qua dove abito io.. abbiamo da fare mille cose e siamo in tre ad organizzarla!

facciamo burattini, merenda, aperitivo per i grandi e apertura di un mini luna park.. con lancio barattoli, pesca e altri giochi! il mio garage è invaso da barattoli bottiglie e bombolette!!

ma se riusciamo a fare tutto verrà una cosa diverente e carina di sicuro!

**Cris83** Giovedì, 10 Settembre 2015 17:15

Ecco simo giusto di quei proprietari parlavo.. quando tango era piccolo lo facevamo andare sul terrazzo altrimenti sporcava in casa.. appena si alzava facevamo le corse per mandarlo fuori. il terrazzo confina con l'altra parte che abbiamo affittato.. quindi toglievo sempre tutto e ci lavavo perchè sennò mamma mia..

ora non è più un problema perchè lì non ce la fa più.. poi raramente sporcano dove stanno, la fa solo fuori.

**Simona** Giovedì, 10 Settembre 2015 16:39

Cris io come te adoro i luoghi non troppo illuminati.. mentre i miei genitori amano la luce forte.. Per il discorso cani io ho la mia vicina che lascia il cane a fare i bisogni nel giardino di fianco al mio terrazzo.. c e cacca di cane da 4 giorni e non vi dico che bel odorino con il sole che ci picchia proprio nell'ora in cui potrei godermi il mio dondolo... la responsabilità non è di certo degli animali.. e le polpette se le dovrebbero mangiare a cena i proprietari. . Avvelenare un cane è da delinquenti

**Cris83** Giovedì, 10 Settembre 2015 15:00

NICO purtroppo ultimamente di queste polpette avvelenate se ne sente moltissime.. capisco che certe volte certi proprietari di cani siano poco educati lasciando i bisogni in giro quando andrebbero SEMPRE raccolti, o che magari alcuni cani siano tenuti talmente male che abbaiano da mattina a sera... ma in questi individui che mettono polpette avvelenate non riesco a vedere altro che malvagità in gesti del genere.

Poi i media fanno ancora peggio che meglio, con titoli di giornale "cane aggredisce bambina in spiaggia" quando non è assolutamente vero. E si è vero che ci sono stati molti casi gravi di persone e ancora peggio bambini aggrediti da cani ma è se vai ad analizzare la cosa è sempre colpa del proprietario..

A me non è mai capitato di girare per zone a rischio polpette o simili cose ma cerco comunque di stare attenta e fortunatamente sono riuscita a insegnare a tango che quando dico lascia deve lasciare qualsiasi cosa abbia in bocca.

**Cris83** Giovedì, 10 Settembre 2015 14:52

Benvenuta ANGELA75! Qui ti sentirai a casa! Riguardo al consiglio dei farmaci noi non possiamo dirti cosa prendere.. rivolgiti al tuo medico, capita che dopo un po' quello che si usa non funzioni più!

MARIA.. grande idea le stelline! A me darebbero un immenso fastidio anche quelle.. Certe volte mi sembra di essere un vampiro. Anche quando sto bene troppa luce mi da fastidio.. mia mamma quando viene in casa mia mi dice sempre che devo comprare delle nuove lampadine con più potenza perché non si vede nulla.

MAMMA LARA che bella la poesia di Emma!! Falle i complimenti.. è davvero brava! Se comincia già a piangere addio.. sicuramente ci sarà un pianto di gruppo al convegno!

Ho visto la locandina.. sembra davvero molto interessante!

Io ho "paura" giusto? Spero di riuscire a restare anche il sabato!

ROSS io al mare trovo sempre gente che mi dice: "perché non prendi un po' di sole" io invece appena arrivo la prima cosa che faccio e spostare il lettino o la sedia sotto l'ombrellone.. al massimo giusto le gambe. Al di là che mi da fastidio per il mal di testa non me ne importa proprio nulla di stare lì ad abbronzarmi..

**mamma\_lara** Giovedì, 10 Settembre 2015 14:51

Scappo a prendere gli occhiali. 😊

**Annuccia** Giovedì, 10 Settembre 2015 14:27

CRI, anche io incrocio le dita!!! per Giulia!

**mamma\_lara** Giovedì, 10 Settembre 2015 12:36

Cri, non dico niente

Vado a farmi da mangiare perchè mangerei anche la tastiera del computer

**mamma\_lara** Giovedì, 10 Settembre 2015 12:36

Sono indietro come la coda del somaro. Anche la mattinata persa per la sostituzione del tamburo della porta di entrata. 😞😞😞  
Ma mica sarà finita lì. 😊😊😊

**cri69** Giovedì, 10 Settembre 2015 11:56

Alle 11 Giulia non sapeva ancora niente ,finisce alle 12 .... 😞😞

**Annuccia** Giovedì, 10 Settembre 2015 11:53

Buongiorno a tutti! terza mattina di risveglio con il mal di testa. Che p....!!!!  
altro Brufen..... sono stata anche dal medico a farmi segnare un po' di cosette. Per fortuna riesco a fare tutto anche con questo tipo di mal di testa, non è forte, fastidioso ma non mi obbliga a fare il vegetale.

**nico26** Giovedì, 10 Settembre 2015 10:45

Una buona mattina a tutte mentre sono in azienda dal marito con Nicolo'.  
Al mio paese vi e' allerta avvelamenti cani sulla pista ciclabile e da magigo ne sono morti 14 .Gli ultimi 2 due giorni fa e conoscevo gli amici a cui e' successo.Ma io dico la cattiveria ,la crudelta' di certe persone ha confini???  
Mettere poplette avvelenate ma a che fine a che pro?  
E se un piccolino che nei parchi noi mamme lasciamo correre la prende in bocca....non oso pensare.... 😞

**Maya** Giovedì, 10 Settembre 2015 10:33

Dentista...ora.. 😞

**Maya** Giovedì, 10 Settembre 2015 10:31

😞 ciao

**rossana** Giovedì, 10 Settembre 2015 09:58

Stamattina a colazione erano tutti vestitissimi e infreddoliti.  
Ora ho le prove: ho il potere di bloccare il riscaldamento globale e su questo potrei costruire la fortuna che mi permette di vivere fuori Reggio. 😎

**rossana** Giovedì, 10 Settembre 2015 09:55

LARA qui sono leggerissima e totalmente scollegata dai problemi di casa che continuano.  
Voglio venire a vivere al mare, é sempre stato un mio desiderio ma ora stare a un tot di km sollevarebbe non di poco.

**rossana** Giovedì, 10 Settembre 2015 09:53

CRI ti pensavo ieri, e pensavo proprio a quanto devi sentirti stanca. Mestiere duro quello.  
Dai che ci sei quasi ...  
Per Giulia non dico niente ....

**Cris83** Giovedì, 10 Settembre 2015 09:08

Buongiorno,  
ho letto solo pochissimi messaggi dopo vedo se vi recupero.

In bocca al lupo per giulia cri!

sono un po' di poche parole.. come sempre.. 😊😊

buona giornata e un abbraccio ♥

**Simona** Giovedì, 10 Settembre 2015 07:26

Cri in bocca al lupo x Giulia... speriamo bene. ... 😊😊

**mamma\_lara** Giovedì, 10 Settembre 2015 07:24

Cri, sempre dita incrociate

**Simona** Giovedì, 10 Settembre 2015 07:24

Buongiorno adoraro forum 😄 😄

**mamma\_lara** Giovedì, 10 Settembre 2015 07:24

Cri, fanno così adesso, no dicono nulla fino alla scadenza del contratto e sono in molti ad adottare questa tattica. Io penso sia una tattica e ho motivi per pensarlo. Per fortuna ci sono anche le aziende che non fanno così e sono le più illuminate. Ne conosco e vanno benissimo e sono anche piene di lavoro.

**mamma\_lara** Giovedì, 10 Settembre 2015 07:22

Rossana, il silenzio non è solo nei rumori ma anche nelle prove che lo stare a casa ti porta a doverti occupare sempre di cose più grandi. Almeno un po' meno pressata lì lo sarai spero.

**mamma\_lara** Giovedì, 10 Settembre 2015 07:19

Buongiorno a tutti. Oggi dovrebbero arrivare gli occhiali nuovi, speriamo che con quelli ci veda meglio, ora faccio una fatica a vedere le cose che alle volte mi serve il doppio del tempo per fare le cose. Però sono convinta che questi me li abbiano fatti sbagliati, perchè ho sempre visto male.

**cri69** Giovedì, 10 Settembre 2015 05:53

Buongiorno a tutti, che sonno....cerco di fare sempre almeno 7 h di dormita ma sembra non basti. Arrivo a sera stravolta, le gambe gonfie gonfie e poi io ci metto che faccio anche un pò di pulizie e così vado a letto cotta....sarà l'età che avanza.

Oggi è l'ultimo gg di lavoro per Giulia e ancora non le hanno detto niente...si sono dimenticati...cerchiamo di vederla come un fatto positivo. Non vedo l'h che arrivino le 12 per sapere....

Buona giornata

**rossana** Mercoledì, 09 Settembre 2015 22:44

Si LARA la mia parola è leggerezza.

E si la pace di qui, che strano a dirsi ma è un posto silenzioso in questo periodo almeno, è impagabile.

F EFFE ma figurati

**feffe81** Mercoledì, 09 Settembre 2015 22:23

MAMMALARA tranquilla, grazie della mail, buona notte!

E buonanotte a tutti 😊

**mamma\_lara** Mercoledì, 09 Settembre 2015 21:40

Infatti Feffe, ho scritto male. Il venerdì non bastava il tempo e non si capisce bene per come ho scritto. Così il sabato abbiamo mezz'ora tutta per voi.

Scusami ma ho fretta fretta.

Sono in ritardo con la meditazione e mi serve proprio. Ho degli esercizi da fare che mi prendono un sacco di tempo.

**mamma\_lara** Mercoledì, 09 Settembre 2015 21:36

Feffe, allora ho scritto male, parliamo il sabato e ci sarà il pubblico. Ti ho mandato una mail

**feffe81** Mercoledì, 09 Settembre 2015 21:04

MAMMALARA chiedo perdono anche a te, non avevo ancora letto la locandina. Quindi parliamo di parole il venerdì pomeriggio! bene bene, no perché senza pubblico mi imbarazzo 😊

**mamma\_lara** Mercoledì, 09 Settembre 2015 21:03

Rossana, ma cosa importa della stagione, ti starai godendo il "silenzio", quello ve si che è una bella "risanata".

Cara mia, la tua parola è leggerezza per quello che mi sembra di ricordare.

**mamma\_lara** Mercoledì, 09 Settembre 2015 21:00

Feffe, se parlo di vento ricordi?

**mamma\_lara** Mercoledì, 09 Settembre 2015 20:59

Feffe, il Convegno è di due giorni, quindi c'è il pubblico anche il sabato mattina. Noi magari ci incontriamo il sabato pomeriggio e stiamo un po' insieme.  
Hai visto la locandina?, ci sono medici anche il sabato con interventi parecchio interessanti.

**feffe81** Mercoledì, 09 Settembre 2015 20:57

ROSSANA ti chiedo perdono!! pure io ti ho detto che usavi una protezione solare troppo alta!!  
scusa...però ti dedico un verso di Jovanotti: ...la protezione zero spalmata sopra il cuore 😊

**rossana** Mercoledì, 09 Settembre 2015 20:55

😊 of course

**rossana** Mercoledì, 09 Settembre 2015 20:55

Qui al mare sono in totale relax.  
Non sto pensando a niente, nemmeno a cosa dovrei fare per il convegno.  
F EFFE se sai qualcosa parlamene in privato. È un ordine

**feffe81** Mercoledì, 09 Settembre 2015 20:33

MAMMALARA credo di non aver capito: cos'è che so io?  
Ma quindi delle parole parleremo il sabato mattina tra di noi? niente pubblico?

**mamma\_lara** Mercoledì, 09 Settembre 2015 18:05

Vado a preparare le "formule magiche" così mi riposo un po'.

Forse non vi ho detto che la mia "formula magica" viene da Parigi, me l'ha portata a casa Gabriele quando è andato a fare il viaggio con Enza Marco Emma e tutta la famiglia di Marco

**mamma\_lara** Mercoledì, 09 Settembre 2015 18:03

Annuccia, io rispondo cose ridicole. Come quella che ho fatto la liposuzione.

**mamma\_lara** Mercoledì, 09 Settembre 2015 18:02

Ho sbagliato faccina

**mamma\_lara** Mercoledì, 09 Settembre 2015 18:01

Piera, ci sono parole che in questo momento farebbero proprio per me.  
Solo che anche quelle non le posso dire.  
Hai presente che tutti i giorni ne ho una. Oggi il citofono. 😎

**mamma\_lara** Mercoledì, 09 Settembre 2015 17:59

Sono tornata e ho fatto incetta di "formule magiche" 😊😊😊😊  
Ne ho prese un bel po', spero proprio di averne abbastanza.

Poi udite udite niente panettoni....  
Poi vi spiego il perchè .....

Mi spiace Rossana che ti ho tolto la gioia di prendermi in giro 😞 ma sono certa che qualcosa d'altro lo troverai. 😊😊😊😊

Guarda, avrei una chicca che farebbe scintille, ma mica la posso dire qui e neppure purtroppo tu potresti usarla per riderci su in ogni dove.

Feffe la sa 😊😊😊😊

**Annuccia** Mercoledì, 09 Settembre 2015 17:19

Io invece rispondo quasi sempre in modo da rimanere soddisfatta.... vale a dire che se vedo la persona che sarebbe contenta di una risposta non rispondo e faccio orecchie da mercante, altrimenti rispondo eccome, magari in modo spiritoso per alleggerire le parole. Cerco sempre di dosare l'aceto, ma ultimamente riesco con difficoltà.... 😊

**Piera** Mercoledì, 09 Settembre 2015 16:33

io molte volte "rispondo" subito, di getto!!! sono un'impulsiva ma poi mi pento di averlo fatto !!!! e sono una "pentita" anche se ho ragione e se con certe persone non e' che puoi stare li' a centellinare le parole!!!! 😊 così alla fine non sono mai soddisfatta!!!! 😊😊 che roba!!!!

Lara spero che riuscirai a fare il tuo intervento senza piagnistei 😊😊 ,ormai e' dal 2005 che piangi.....lascia che piangiamo noi 😊  
Spero che sabato anche tu abbia una bella parolina perche' come dici tu le cose non le dice nessuno 😊

**mamma\_lara** Mercoledì, 09 Settembre 2015 15:28

finisco il messaggio. Sono andata a Castelmassa a cercare le formule magiche

**mamma\_lara** Mercoledì, 09 Settembre 2015 15:15

Se qualcuno legge il mio messaggio penserà chissà che cosa. 😊😊😊😊  
Ricordo che lo scorso anno sono andata anche a Castelmassa.

**mamma\_lara** Mercoledì, 09 Settembre 2015 15:13

Mi preparo che fra un po' vado a cercare le formule magiche. Dovrò svuotare tutti i negozi dei cinesi 😊😊😊😊

**mamma\_lara** Mercoledì, 09 Settembre 2015 15:11

Simona, ma lo avevamo capito che era rimugino 😊😊😊

Parola consapevolezza assegnata. Ora è rimasta orfana adattamento

**Simona** Mercoledì, 09 Settembre 2015 14:58

😊😊😊😊😊 no vi prego..... 😊😊😊 ho scritto rigurgito invece di rimurgino. .... 😊😊😊  
per fortuna me ne sono accorta..... 😊😊😊

**Simona** Mercoledì, 09 Settembre 2015 14:56

Lara....credimi che anche io faccio fatica a rispondere a tono... mi hanno insegnato l'educazione.... mi hanno insegnato che meglio lasciar perdere che la cosa fondamentale è il rispetto verso il prossimo ... ed io cerco di farmi scivolare... lasciar perdere... ecc ecc... ma poi le persone esagerano... se ne approfittano. ...allora io dico: ci sono dei giorni che mi va anche bene... ci sono altri che proprio non mi va di accettare... e poi ho notato che se sto zitta magari dentro di me rimane il nervoso.. rimango offesa...rigurgito. .. se rispondo invece rimango divertita quindi non rigurgino .. non rimango offesa e non mi faccio del male... io per sopravvivere devo far così. .. 😊 poi invece magari altri preferiscono lasciar perdere e stanno bene così. .. ognuno ha il suo modo per star bene. ...  
Per le parole del convegno io mi ero prenotata la parola adattamento su cui però faccio fatica ad esprimere un concetto chiaro, invece se posso parlare di consapevolezza direi che da dire ne ho..... 😊😊

**mamma\_lara** Mercoledì, 09 Settembre 2015 14:48

Sai Paula, quando ho parlato delle parole con una ragazza di un gruppo che non ricordo dove lo avesse, mi ha detto che avrebbe adottato anche lei questa cosa.  
Mi piace troppo siano anche altri a fare così.  
Credo sia bello lavorare su una parola che consideriamo "affine"

**mamma\_lara** Mercoledì, 09 Settembre 2015 14:47

Feffe, troppo ma troppo bello. 😊😊😊😊

Mi raccomando, il sabato mattina il tempo sarà dedicato a tutte voi e alle parole che avete scelto.

Ho messo Lara Merighi ma ci siete voi.

**mamma\_lara** Mercoledì, 09 Settembre 2015 14:44

E' appena andato via l'elettricista, erano mesi che il citofono non funzionava, aprivo senza mai chiedere chi era perchè non mi sentivano.  
In questo periodo si spacca tutto a casa mia, in linea proprio con altre spaccature di altre cosine che non è il caso di citare 😊😊😊 .

Rossana a proposito di persone che ti dicono quello che pensano di te senza che tu glielo chieda fai proprio bene a dare sbadilate a destra e manca, ma dovresti prenderti uno pagato a ore, perchè saresti mezza distrutta la prima giornata per tante ne dovresti dare.

Un giorno farò l'elenco di tutto quello che mi hanno detto in questo periodo, alle volte ho cercato di spiegare altre volte ho risposto con ironia, ma ho capito che proprio come Simona bisogna fare.

Grazie Simona, sei una grande maestra.

Lo dico con dispiacere, perchè non è la mia natura rispondere così. Vorrei essere sempre gentile con tutti ma alle volte è proprio fatica.

Cerco di lasciare perdere il più possibile, ma quando ce vò che vò

**nico26** Mercoledì, 09 Settembre 2015 14:42

Buon pomeriggio oamiche/i cari.

Ma voi mi date un consiglio a far si che mio marito che adoro sia meno orso???cioe' qualche carineria in piu' un gesto...un bacetto....un abbraccio...!!!!

**feffe81** Mercoledì, 09 Settembre 2015 13:46

Ho chiesto mezza giornata di permesso per il 9 ottobre 😊

**Annuccia** Mercoledì, 09 Settembre 2015 11:46

LARA, i tuoi interventi sono sempre stati coinvolgenti e toccanti.... lo dico a ragion veduta visto che ho avuto la fortuna di ascoltarti parecchie volte.

**Annuccia** Mercoledì, 09 Settembre 2015 11:45

Buongiorno a tutti! aggiungiamo la cistite a tutto il resto 🤔🤔  
sto prendendo delle pasticche vegetali, vediamo se "fungono" altrimenti medico con probabili antibiotici.

ROSSANA, le persone non si fanno mai i "cazzetti" loro..... io lascerei perdere... meglio ignorare.

**paula1** Mercoledì, 09 Settembre 2015 11:19

Buon giorno a tutti...qui sole e ogni tanto passa una nuvolona grigia...ma ora scendo in città...oggi, tra gli altri, abbiamo 6 bambini 😊 poi ci hanno anche concesso una infermiera in più quindi dovremmo andare tranquilli...

io aspetto ancora una settimana poi credo che tornerò a chiedere al direttore notizie per la mia richiesta....ieri pomeriggio al gruppo eravamo solo due persone...certo quando usciamo da lì ci si sente come "svuotati"...è un lavoro faticosissimo mettere in pratica quello che ci stanno

insegnando... 🤔🤔🤔

MAMMA LARA ieri anche lì abbiamo analizzato una parola - "inconcludente" - per venire a capo dell'esatto contrario... 🤔🤔🤔

Buona giornata a tutti

**paula1** Mercoledì, 09 Settembre 2015 11:14

Buon giorno a tutti...

**paula1** Mercoledì, 09 Settembre 2015 11:14

Buon giorno a tutti...

**Simona** Mercoledì, 09 Settembre 2015 10:33

Ross... ti consiglio di studiare bene questa "carinissima ed educatissima" signora che si è permessa di darti della cadaverica... cerca un qualcosa dove ti puoi appigliare... e vai ... spara a raffica su di

lei.... vedrai che si allontana e non si avvicina più. ... 😊😄😄😄 spero la tua giornata vada

migliorando... 😊😄 a me danno sempre del panda perché ho l'abbronzatura con un evidente segno di occhiali anche abbastanza grandi sul viso. ... io dico sempre che il panda è un animale così bello e simpatico.... e meglio essere panda che maiali.o asini... o quello che più mi ispira la persona che mi

dice così...potrebbe anche essere un sorcio 😄😄😄 ..... a buon intenditore.....mm.m 😄😄😄

**rossana** Mercoledì, 09 Settembre 2015 10:17

Oh mamma, un' alba

**rossana** Mercoledì, 09 Settembre 2015 10:17

Per non parlare della funzione spirituale del mare.  
Guardati un'alta o la luna piena.....

**rossana** Mercoledì, 09 Settembre 2015 09:37

"Ma altre" era al mare.

"Sede" era se ne va.

E ora provo ad uscire perché forse il sole ha anche qualche altra funzione.

Forse 😏

**rossana** Mercoledì, 09 Settembre 2015 09:34

Buongiorno a tutte,

SIMONA dolorante anche io stamattina. ....

Qui devo mettermi a sbadilare a destra e a manca, non ne posso più!

Fin da quando ero una bimba e venivo al mare in colonia mi sento dire: come mai stai al sole e rimani bianca, poi fai così meno protezione, compresse di qua e di là.

Come non le sapessi queste cavolo di cose.

Anche qui la tiritera è iniziata ma sin qui abbastanza light.

Ieri sera dopo cena seduta fuori con un'amica mi arriva anzi si precipita questa signora che è vicina di ombrellone e mi dice allucinata proprio: beh ma lei è "cadaverica" testuali parole.

Ma com'è che è così bianca con tutto il sole che prende??? !!!!! 🤢

Ecco non proseguo perché ho anche male a scrivere.

Semplicemente devo andare di badile a volontà.

No perché a me dell'abbronzatura non me ne frega niente proprio ma sai per un colorito da persona sana pagherei e farei di tutto.

Motivo per cui a casa mi do la crema colorata più un po' di fard anche se sto in casa da sola, proprio perché non sopporto il mio pallore grigio.

Ma altre non l'ho mai fatto perché mi rompe, poi un po' di rossore passeggero mi aiutava.

Con gli anni sede va anche quello ma gli ignoranti NO ! CHE PECCATO 😞

**mamma\_lara** Mercoledì, 09 Settembre 2015 08:51

Sto preparando l'intervento per il Convegno, lo devo fare a pezzettini e abituarci poi a leggerlo. Ogni volta che lo leggo, piango, piango, piango 😞

Devo fare così ogni volta che ne faccio uno, devo abituarci a leggerlo così mi saltano fuori tutte le emozioni e solo dopo che le ho viste riesco a controllarle ..... abbastanza.

Però le ultime due volte sono stata brava, nel senso che non ho frignato 😊😊

**mamma\_lara** Mercoledì, 09 Settembre 2015 08:46

Piera, Vittoria ha sempre auto una marcia in più e lo dimostra sempre. 😊

**mamma\_lara** Mercoledì, 09 Settembre 2015 08:45

Maria, capitano i momenti più duri. Anche qui ne dobbiamo avere di pazienza.

Anche Enza aveva le stelline nel soffitto quando era a casa nostra. Ne avevo attaccate di rigide e anche di carta. Aveva un cielo che sembrava una notte di agosto 😊

**mamma\_lara** Mercoledì, 09 Settembre 2015 08:43

Simona, che dire, porta pazienza anche se dirlo fa un'arrabbiare me immagino quanto possa fare arrabbiare te.

**Maria9195** Mercoledì, 09 Settembre 2015 08:33

stanotte nell'ammirare il mio soffitto ho pensato di dipingerlo e far mettere al pittore le stelline

fluorescenti così se rimango sveglia per il dolore almeno ammiro un soffitto stellato 😊😊😊😊 e

mi sembra di sopportare meglio la lunga notte con il dolore.... 😊😊😊

**Maria9195** Mercoledì, 09 Settembre 2015 08:31

periodo difficile...la mia testa è ritornata a farmi dannare 🤔🤔🤔 ... stanotte ho preso una supposta di indometacina ma non ha fatto niente.... ho ammirato per tutta notte il mio soffitto... 😞😞😞 ..ora torno a letto....

**Simona** Mercoledì, 09 Settembre 2015 08:07

Buongiorno adoraro forum 😊😊  
Stamani mdt e trip... ora aspetto che mi faccia effetto facendo tutto con estrema calma..  
Emma è una bambina sensibile e dolcissima. .. 😊

**mamma\_lara** Mercoledì, 09 Settembre 2015 06:23

Ho tutto da sistemare e il bucato da fare.  
Emma e Gabriele sono a letto. 😊

**mamma\_lara** Mercoledì, 09 Settembre 2015 06:22

Era un compito sulle rime

**mamma\_lara** Mercoledì, 09 Settembre 2015 06:21

Buongiorno a tutti.  
Non vi ho mai messo qui una poesia di Emma che mi è venuta sottomano ieri. L'ha scritta a scuola e la maestra ha detto ai genitori che se non l'avesse scritta in un compito a scuola non avrebbe mai creduto l'avesse scritta lei. A quella età Emma ancora doveva finire la quarta elementare.

aprile 2014

"Le farfalle"

Le farfalle  
tra i fuori adorano girare  
per venirci a chiamare  
e in giardino  
andare a giocare.  
Se ne vedi una ancora  
nel bozzolo fasciata  
la primavera è arrivata.  
Quando anche l'ultima  
se ne va via  
inizia la nostalgia.

Emma

Buona giornata a tutti e che sia proprio bellissima.

**cri69** Mercoledì, 09 Settembre 2015 05:47

Buongiorno a tutti,sereno mercoledì.

**angela75** Martedì, 08 Settembre 2015 22:48

Ciao Simona, si sono del tuo anno e sono in cura al centro di terapia del dolore di Pisa dal dott. POLI il primario. Sono di Torino e piuttosto esaurita 😞

**mamma\_lara** Martedì, 08 Settembre 2015 22:01

I ragazzi sono andati via ora, Emma rimane a dormire 😊😊

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

**feffe81** Martedì, 08 Settembre 2015 19:48

ANGELA75 mi spiace molto sentire che stai così male 😞 purtroppo la soluzione miracolosa non esiste, se ti va di stare un po' con noi vedi come ognuna a proprio modo cerca di vivere 😊

**feffe81** Martedì, 08 Settembre 2015 19:45

Ciao a tutti, oggi emicrania, mi sono impasticcata al lavoro e per una mezz'ora mi sono dovuta ritirare in una saletta...nausea forte, poi sono tornata a casa e ho preso oki e sono andata un po' a letto, ora va meglio 😊 non ho fame ma mangio qualcosa e poi mi trovo con un paio di amiche di yoga per meditare insieme

**rossana** Martedì, 08 Settembre 2015 19:21

per i prossimi giorni

**rossana** Martedì, 08 Settembre 2015 19:20

SIMONA si nelle ore centrali mi scaldo le ossa. Stamattina mi son pure tolta la maglietta per un po...tant é che ora sono bella rossa nel décolleté nonostante la 50 per i bimbi 😊.

PIERA passano dei venditori di sciarpone belle tra l'altro e a loro dire in cachemire ....ma oggi è andata meglio e pare che questa sia la tendenza 😊

**nico26** Martedì, 08 Settembre 2015 19:13

Vedete come ci insegna il ns forum....Ascolandovi e' andata meglio di quanto pensassi!!!  
Vi lovvvvvvoooooooooooooooooooo

**mamma\_lara** Martedì, 08 Settembre 2015 17:27

ahhh Nico, una tigre in gabbia è rabbiosa anche se non la stuzzichi poverina e ne ha tutte le ragioni.

**mamma\_lara** Martedì, 08 Settembre 2015 17:26

Nico, Zeno mica è impegnativo, ma neppure gli altri figli miei e neppure quelli di Gabriele. Per Zeno ho fatto una bella scorta di cappelletti così ne porta un po' anche a casa. Lui (barbaro) li mangia con la panna. 😊😊😊😊

**mamma\_lara** Martedì, 08 Settembre 2015 17:24

Un giorno in attesa che un ufficio aprisse, un signore stava conversando con la moglie e ad un certo punto lei gliene stava dicendo di cotte e di crude, lui serafico la guarda e le dice: "io non sono come te, io faccio una cosa alla volta".

Mi sono detta che quella era una bella lezione. Avanti pure ragazze, dobbiamo imparare a fare anche noi una cosa alla volta. Forse saremo meno inc.....arrabbiate 😊😊😊😊

**Simona** Martedì, 08 Settembre 2015 16:19

Paula... beati loro eh... che son perfetti.... 😊😊😊😊 sono contenta che la tua giornata di lavoro sia stata tranquilla.. 😊❤️

**paula1** Martedì, 08 Settembre 2015 15:49

SIMONA tranquilla che non me la prendo mai per i vostri scritti...anzi sono ben di aiuto...tutti...anche quelli indirizzati ad altri perché è tutta esperienza....

Mi spiace per il nervoso, ma l'uomo col suo solito neurone 😊 ha ben poche spiegazioni delle cose quindi è più facile dare colpe ad altri....anche il mio che io chiamo "narcisista in azione" (come la bellissima canzone di Pino Daniele) non ha mai colpe di niente...

**paula1** Martedì, 08 Settembre 2015 15:44

Buon pomeriggio....vi scrivo dal telefonino perché sono in biblioteca...devo aspettare le 17.30 per il gruppo (la dottoressa mi ha disdetto l'incontro invece)...mi scoccia un po' perdere tempo ma non posso certo tornare a casa...troppi chilometri..

La mattinata al lavoro è andata bene..molto tranquillo con pochi pazienti per ora..e domani abbiamo i bambini...novità sui turni per ora nulla...

**Simona** Martedì, 08 Settembre 2015 15:09

Buon pomeriggio carissime/i ....

Giornata di nervosismo. .. Gabriele ha rotto il cellulare e visto che lo usa x mandare via mail il menu ai clienti e per prendere prenotazioni non vi dico che mattinata... io che mi faccio tutti i buoni

propositi di cui vi parlavo ieri per essere "zen" sul posto di lavoro, oggi al mio arrivo scoppiato l'inferno.... ovviamente la colpa della rottura del cellulare è la mia... 😞😞 ho cercato di rimanere "zen" anche se a tratti ero un po' "inca" .... cmq ci ho riso ben ben su con i clienti su questa storia.... prevedendo il peggio per la mia vecchiaia... 😊😊 non so perché ma Gabriele è come suo padre.... devono sempre trovare in altri le colpe delle loro disattenzioni .. per mio suocero è sempre colpa di mia suocera.... per Gabriele è sempre mia. .... ma se lo crede solo lui eh..... io mica che mi sento in colpa..... e devo dire che accetto sta parte del suo carattere così com'è. ... d'altra parte nessuno è perfetto.... 😊

Lara mi fa piacere che il mio buongiorno ti sia utile 😊😊

Angela se il 75 è l'anno della tua nascita siamo coetanee 😊 io ho usato difmetre tanti anni fa.... ero giovane giovane.... mi stroncava fisicamente.... dovevo stare a letto x smaltire gli effetti collaterali. ... I triptani come il relpax anche a me dopo un po' di tempo, magari anni eh., non mi fanno più effetto.... forse dovresti chiedere al tuo medico o neurologo se te ne può prescrivere un altro con un diverso principio attivo... dove sei seguita? In che città vivi? Io sono di Genova e vado a farmi visite di controllo annuali a Pavia, al Mondino...

Ross stare al mare con il fresco non è piacevolissimo lo so..... 😞😞 Ma almeno nelle ore più calde riesci a scaldare un po' le ossa?

**nico26** Martedì, 08 Settembre 2015 14:38

Buon pomeriggio a tutti/e e benvenuta ad Angela che da quel che leggo di dolore ne ha passato e ne passa non poco .forza sei entrata in questa famiglia che ti sosterra' nei momenti di gioia ma anche quando ti sentirai vacillare!!!Lara facciamo cambio ...io ti do mio cognato che sta per tornare cioè' ultima di sett+ prima di ottobre e tu mi dai Zeno!!!! 😊😊 Mamma mia già' di nuovo qui '....ma stavolta senza la dama d'onore cioè' la Brasiliana e vedrai che sarà tutto più malleabile e sciolto!!!Mah....certi uomini!!!!  
Oggi ho l'umore ballerino speriamo che passi e non ci siano rotture di balle perché quando sono così sono come una tigre in gabbia se stuzzicata 😞

**angela75** Martedì, 08 Settembre 2015 14:33

L'impianto temporaneo aveva funzionato abbastanza bene. Poi quando hanno messo quello definitivo purtroppo non ha più avuto alcun effetto. Ora fine settembre farò l'ultima operazione per modificare la posizione dei fili. Ultimo tentativo ma non sono per nulla ottimista

**mamma\_lara** Martedì, 08 Settembre 2015 14:25

Da quello che leggo anche l'intervento che ti hanno fatto non è servito a molto. 😞

**mamma\_lara** Martedì, 08 Settembre 2015 14:24

Angela, mi spiace, ma noi possiamo e neppure siamo in grado di consigliarti farmaci. Non siamo medici.  
Io ero messa come te, mi facevo una quantità esagerata di iniezioni di imigran e prendevo una quantità ancora più esagerata di pastiglie varie, andavo dal difemetre all'imigran e anche tanti altri. Ecco, proprio questo è stata la mia rovina, L'abuso di questi farmaci mi hanno cronicizzato il mio MDT e con il tempo hanno smesso di funzionare e più non funzionavano e più aumentavo le dosi. Sicuramente ti avranno detto che l'uso eccessivo di questi farmaci non va bene, ma si sa che poi il dolore si fa una fatica bestia a sopportarlo e si mangerebbe di tutto pur di farlo andare via.

**angela75** Martedì, 08 Settembre 2015 13:44

Qualcuno sa consigliarmi qualche farmaco che possa alleviare i miei mal di testa? I farmaci che prendo ora non stanno più funzionando....prendo relpax 40 mg e difmetre.  
Grazie sono alla frutta

**mamma\_lara** Martedì, 08 Settembre 2015 12:19

Rossana, poi mi sa che al mare se il vento è freddo, freddo rimane. Ascolta il consiglio di Piera 😊

**mamma\_lara** Martedì, 08 Settembre 2015 12:16

Annuccia, non bisogna mai fare progetti perché poi tutto si ribalta.  
Vedi mo che vieni anche tu per un po' dalle nostre parti. 😊

**mamma\_lara** Martedì, 08 Settembre 2015 12:13

Piera, hai visto che sono comode le vampate se hai la doccia da fare. Io faccio sempre così, solo che se devo uscire mica posso aspettare che arrivi una vampata. Io invece ho Gabriele che ha sempre caldo e a letto io ho già messo la coperta abbastanza pesante, solo dalla mia parte però, così lui è a posto. Anche in inverno io ho sempre una coperta in più addosso.

**Piera** Martedì, 08 Settembre 2015 12:13

Si ' infatti Annuccia nemmeno quella consolazione ha!!! 😊 anzi dovrà comprarsi dei pigiama belli pesanti. Giorgio mi ha chiesto già se esistono coperte con pesantezze differenziate lato destro e lato sinistro 😊 😊

**Annuccia** Martedì, 08 Settembre 2015 12:07

Piera, detto alla romana, Roberto manco questo lato positivo abbiamo il riscaldamento centralizzato e dovrò aprire la finestra anche d'inverno 😊

**Piera** Martedì, 08 Settembre 2015 11:42

Annuccia poveri nostri mariti, ieri Giorgio mi ha detto che pensa con "terrore" all'inverno 😊 io per consolarlo gli ho detto: risparmierai nel riscaldamento!!! 😊 😊

**Annuccia** Martedì, 08 Settembre 2015 11:30

FEFFE, giusto comportamento il tuo..... ho qualche anno più di te, ma dovrò provarci anche io a breve. Se Andrea, andrà via da Roma, dovrò fare il punto della situazione. 😊 anzi non vi ho detto che forse anche Roberto dovrà lavorare qualche periodo a Milano. Quindi che dire.....

**Annuccia** Martedì, 08 Settembre 2015 11:28

Angela, benvenuta tra noi. In questo Forum io penso che la costanza nel leggere e , per chi vuole, nello scrivere, sia ripagata dall'appoggio che noi abbiamo cercato per tanti anni negli altri e che nessuno è riuscito a darci. Come capire il nostro dolore invisibile se non si prova a convivere??????

**Annuccia** Martedì, 08 Settembre 2015 11:23

ROSSANA, goditi tutto tutto senza farti sconti.

**Annuccia** Martedì, 08 Settembre 2015 11:23

Buongiorno a tutti! oggi spadone alla nuca, era tanto eh..... me lo tengo, per ora. Anche io, come Piera, per ovvie ragioni di giovinezza, mi godo questo freschino e adoro avere i brividi di freddo..... 😊 stanotte mi sono alzata 4 volte a fare pipì sarà stata la finestra aperta. Roberto si è messo il pigiama invernale per poter convivere nello stesso letto.... 😊

**Piera** Martedì, 08 Settembre 2015 10:05

Rossana non hai un pareo di cashemere??? 😊 😊

**rossana** Martedì, 08 Settembre 2015 09:55

Ecco ora ad esempio mi è appena passata davanti una stupenda ragazza a bionda tedesca con pareo e costume.

**rossana** Martedì, 08 Settembre 2015 09:53

Mi sto mettendo tutto quello che ho. Vedo persone bimbi compresi in canotta e calzoncini fino ad altri con tute, pile e piumette....leggere ma piumette 😊

**rossana** Martedì, 08 Settembre 2015 09:49

Buongiorno,  
alzata dalle 6 ho fatto ginna.  
poi colazione alle 8 e si gelava...  
Ora tento di uscire in spiaggia ma vestita eh...  
É un settembre così  
Buona giornata

**Piera** Martedì, 08 Settembre 2015 08:52

Lara anch'io ho acceso la stufetta per la doccia, a meno che non becco il momento vampata/doccia e allora vado sotto che e' un piacere!!!! 😄 Che brava Emma a fare tutti quei km!!!! certo che i bimbi hanno risorse e resistenza straordinaria, anche Vittoria che e' un tipo molto ma molto sportivo un pomeriggio dopo che aveva corso non so quanto, fatto di tutto e di piu' ; pattini , bicicletta e monopattino, la sera e' sbocciata cosi': mi fanno male un po' le gambe , ma credo sia la crescita 😊  
😊 Irene e Francesco erano sbigottiti 😬 😬

**mamma\_lara** Martedì, 08 Settembre 2015 08:00

Questa sera ho a cena i ragazzi 😊 , Zeno manca 😞  
Arriverà il fine settimana della prima settimana di ottobre 😄 😄 😄

**mamma\_lara** Martedì, 08 Settembre 2015 07:59

Scusate i km erano 65 😬 😬 😬 😬 😬 😬 😬 😬 😬

**mamma\_lara** Martedì, 08 Settembre 2015 07:58

Lo scorso sabato, Enza e Marco hanno deciso di fare 60 km in bicicletta e Emma con loro, solo che Emma aveva la bicciclettina senza rapporti, così anche Enza e Marco per solidarietà non hanno usato i loro. 😬 😬 😬 😬

Tutto questo in montagna 😬 😬 😬 😬 😬 😬 😬 😬

**mamma\_lara** Martedì, 08 Settembre 2015 07:52

Rossana, aggiungo che non so come fai. Me lo chiedo ogni tanto.

**mamma\_lara** Martedì, 08 Settembre 2015 07:51

Rossana, bene, riposati che ne avrai bisogno. Poi hai detto bene, è la mente che devi riposare. A casa se sempre in allerta notte e giorno.

**mamma\_lara** Martedì, 08 Settembre 2015 07:49

Cri, per te è freschino, per me invece la doccia è già passata al mattino perchè ho meno freddo della sera. Però sempre con stufetta accesa.

**mamma\_lara** Martedì, 08 Settembre 2015 07:47

Simona, il tuo adorato forum mi solleva da tante delusioni.  
Grazie cara, la mia giornata sarà ancora più bella ♥

**mamma\_lara** Martedì, 08 Settembre 2015 07:45

Feffe, non è che sto lì ad analizzare i vostri comportamenti, faccio fatica a farlo con i miei, alle volte agisco d'istinto e altre invece ci ragiono e ci macino poi mi accorgo che mi basta ascoltare ciò che mi dice l'anima. Per questo quando leggo i commenti che ognuno di noi scrive, parto sempre da quello che è il mio vissuto, è quello che mi aiuta poi nello scrivere. Il mio termine coraggiosa, mica è venuto fuori per scriverti qualcosa, è uscito proprio perchè sono partita da me e ho pensato a quante volte anche solo per uscire di casa ho avuto bisogno di tanto coraggio. Tu cara stai facendo cose coraggiose e tutte insieme. Non so, ma penso che noi siamo un po' dei "fenomeni", non ci limitiamo a voler cambiare una cosa alla volta, ma cambiamo tutto e nel momento di maggiore difficoltà. Di me mi sono detta che ho scelto di fare in questo modo anche se inconsapevolmente perchè c'è un limite oltre il quale la sofferenza diminuisce il livello di crescita, come se si stabilizzasse su numeri che neppure continuiamo ma lavoriamo sulla volontà senza analizzare quanto stiamo male. Uffa, di prima mattina mi viene faticoso spiegare bene. Ma conto sempre sulla tua grande comprensione.

**Simona** Martedì, 08 Settembre 2015 07:44

Buongiorno adorato forum 😊 😊

Paula ♥♥

Angela benvenuta.. 😊

**mamma\_lara** Martedì, 08 Settembre 2015 07:32

Buongiorno a tutti. Sto uscendo per i soliti motivi. Convegno. 😊  
Ho sistemato la faccenda cena o pranzi che spedirò alla vostra attenzione non appena ho finito anche il manifesto.  
La testa fa come può ma questo periodo è così, quindi se ne farà una ragione anche lei poveraccia.  
Però niente grappolo e questo non mi fa toccare il cielo con un dito perchè in cielo ci sto camminando da un bel po' quindi tocco un po' più in alto con il mio ditino 😊😊😊😊

**cri69** Martedì, 08 Settembre 2015 05:45

Buongiorno a tutti ed un ben arrivata ad Angela. Freschino fuori, vado che sulla tabella di marcia sono un pochino in ritardo. Besos

**angela75** Martedì, 08 Settembre 2015 04:02

Grazie mille per il benvenuto.....

**mamma\_lara** Lunedì, 07 Settembre 2015 22:50

Sto scrivendo dal tablet ma ho fretta perchè sono indietro con la meditazione.  
Angela vedrai che se avrai la pazienza di stare con noi ti arriverà aiuto.  
Anche solo il poter lasciare qui tutte le tue sofferenze lo sarà.  
Ben arrivata cara

**rossana** Lunedì, 07 Settembre 2015 22:46

Sono cotta e anche lessa.  
Il riposo sta funzionando e porta bisogno di più riposo.  
Notte e a domani

**rossana** Lunedì, 07 Settembre 2015 22:45

ANGELA benvenuta in questo posto prezioso e protetto.  
Cavoli se hai fatto quella cosa anche tu devi aver avuto la tua dose di dolore.  
Hai menzionato due parole importanti: aiuto e sostegno.  
Questo puoi trovare qui ed è ciò di cui abbiamo bisogno per arrivare ad un equilibrio anche nel dolore (ANNUCCIA docet).  
Insomma si tratta di acquisire strategie per accettare e convivere meglio che si può col nostro male.  
Stai con noi, ti servirà tanto.

**rossana** Lunedì, 07 Settembre 2015 22:35

PIERA in effetti questo è un tempo perfetto per stare al mare.  
Ormai da anni a livello organico non reggo più nei mesi caldi tipo luglio agosto di quest'anno 😊  
Oggi poi alle 5 siamo fuggite dalla spiaggia per il troppo vento ma ci siamo gustate una passeggiata in centro con una temperatura talmente gradevole. ....inimmaginabile con quel caldone.  
Poi comunque alla fine 4 ore di sole al giorno le prendo e vanno poi bene.

**rossana** Lunedì, 07 Settembre 2015 22:28

LARA avevo scritto un post in cui dicevo quanto è bello e nutritivo il programma del convegno.  
Poi è arrivata un'amica e evidentemente è rimasto qui.  
Bello bello 😊

**angela75** Lunedì, 07 Settembre 2015 21:52

**Ciao a tutti**

Ciao a tutti mi presento sono nuova. Sono di Torino, ho due figli e da vent'anni combatto contro il mal di testa. Credo di aver provato quasi tutti i tipi di cure da quelle naturali a quelle più invasive. L'ultima è stata ad aprile l'impianto di un elettrostimolatore sottocutaneo. Spero di trovare in questo forum un aiuto e un sostegno nell'affrontare le mie giornate.

**feffe81** Lunedì, 07 Settembre 2015 21:21

stamattina ho saltato la meditazione perchè la sveglia ha suonato con 45 minuti di ritardo, mi ero sbagliata a metterla. Beh si sente eccome la differenza di inizio giornata. Vedo di recuperare

**feffe81** Lunedì, 07 Settembre 2015 21:17

buonasera a tutti!  
PAULA buona ripresa al lavoro!

ANNUCCIA più che distrarmi ne sto approfittando per fare nuove esperienze ed osservarmi (pensieri ed emozioni) in situazioni diverse da quelle a cui sono abituata. Sono contenta che la tua domenica sia stata abbastanza serena.

MAMMALARA grazie di avermi dato della "coraggiosa" 😊

ROSSANA concentrati sulla disconnessione mentale...anche per me era freschino, sabato pomeriggio eravamo sì in spiaggia ma coperte 😊

Anche io come SIMONA sto lavorando sul lavoro e mi pare che il mio stress sia diminuito parecchio. Poi spero duri...PIERA io non ho cambiato tanti posti di lavoro, ma questo qui è proprio un

bell'ambientino!! tipo gabbia dei leoni in un circo 😊

NOVEMBRE99 non conosco nessuno che abbia fatto quell'intervento, a me sinceramente fa un po' paura una cosa del genere

**mamma\_lara** Lunedì, 07 Settembre 2015 21:13

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

**mamma\_lara** Lunedì, 07 Settembre 2015 21:12

il manifesto del convegno è ancora in alto mare 😞😞😞😞

**mamma\_lara** Lunedì, 07 Settembre 2015 21:11

Simona, troppi predatori emotivi ci sono in giro. Piera mi da sempre delle chicche che me le devo scrivere così non me le scordo.

Anche la memoria mi frega spesso e faccio prestissimo a dimenticare 😊😊😊😊

**mamma\_lara** Lunedì, 07 Settembre 2015 21:09

Paula, sappi che quando verrai a Ferrara sarai trattata da ospite d'onore per tutto quello che hai dovuto sopportare. 😊😊😊

**mamma\_lara** Lunedì, 07 Settembre 2015 21:07

Piera, sei un fenomeno. 😊😊😊😊

Le sai tutte. 😊😊😊

**Simona** Lunedì, 07 Settembre 2015 21:06

Lara... lo scivolamento totale per come siamo fatte tutte noi ci è impossibile credo...altrimenti non saremmo persone così sensibili. . Ci caschiamo eccome... io per prima..

Paula spero che domani sia una buona giornata per te e che il rientro non sia troppo faticoso.. sappi che ti penso.. spero di non averti ferito con i miei scritti..

Buonanotte adoraro forum. . 😊

**paula1** Lunedì, 07 Settembre 2015 20:42

Vado a riposare...Buona notte a tutti 😊

**Piera** Lunedì, 07 Settembre 2015 20:35

Rossana io ho sempre un caldo che tu non hai idea quanto mi piaccia la mattina così fresca!!!! 😊  
vala' che secondo il mio punto di vista (lara docet) hai preso una gran bel periodo 😊

**Piera** Lunedì, 07 Settembre 2015 20:32

Lara adesso quelli che sono maestri nel distruggere, li chiamano "predatori emotivi"!!!! perche' "stronzi" faceva "brutto" !!!! 😊 comunque per quel che mi riguarda rimangono degli emeriti stronzi!!! 😊😊

**mamma\_lara** Lunedì, 07 Settembre 2015 20:32

Paula, che bello, hai visto la fiera che ho sentito nominare fin da bambina. Le fiere contadine sono le fiere più belle.

**mamma\_lara** Lunedì, 07 Settembre 2015 20:30

Paula, ho scritto un sacco di volte e cancellato altrettante volte tutti i messaggi che ho provato a scriverti.

Mi sono accorta che erano consigli e quelli sicuramente già te ne danno già tanti. Poi fondamentale è stato che mi sono messa dalla tua parte e mi sono detta che hai ragione. Come è strano il cambiamento di visuale e anche per solo un attimo cambiamo punto di vista. Faccio questo esercizio spesso, almeno ogni volta che mi capita di ascoltare una persona.

Dopo questo l'unica cosa che mi sento di dirti e di fare come puoi e di vedere anche la tua vita fuori dal lavoro, almeno che arrivi qualcosa di buono da lì.

**mamma\_lara** Lunedì, 07 Settembre 2015 20:19

Simona, condivido il tuo messaggio sul lavoro. Lo avrei scritto uguale al tuo.

Bisogna imparare a lasciarci scivolare le cose da addosso, un po' ce la facciamo, poi cediamo e iniziamo da capo. Ma come si fa a resistere sempre con tutto scivolamento? Mahhh, forse si parte dal volersi bene. C'è chi è maestro nel distruggere e noi ci caschiamo sempre. Io per prima.

**mamma\_lara** Lunedì, 07 Settembre 2015 19:19

Vado a fare la pappona. A dopo

**mamma\_lara** Lunedì, 07 Settembre 2015 19:17

Novembre, un ragazzo del veneto ha fatto l'intervento che dici tu, poi però lo ha tolto perchè non stava meglio. Una ragazza che forse viene al Convegno di Ferrara ha fatto lo stesso intervento, dopo un po' si è scaricata la batteria e per metterne un'altra doveva pagare non ricordo quanti mila euro. Ora lo ha fatto al Bellaria di Bologna e sembra stia meglio. Però lei a la cefalea a grappolo. Nessuno dei due scrive nel forum

**mamma\_lara** Lunedì, 07 Settembre 2015 19:13

Rossana, mica dirlo che porti il cattivo tempo, perchè i nostri albergatori mica ti vorranno più sulle loro spiagge. Come me quando vado in treno. 😞😞😞

Però pensandoci bene potrebbero pagarti vacanze in tutti quei posti da sogno, una settimana da una parte e via poi dall'altra. Fatti pagare anche i viaggi mi raccomando 😊

**mamma\_lara** Lunedì, 07 Settembre 2015 19:11

Ci sono ma sto lavorando alla locandina da esporre. La devo preparare e di tempo me ne serve.

**Simona** Lunedì, 07 Settembre 2015 16:20

Paula forse 3 mesi sono pochi per conoscere a fondo i colleghi .. e sono pochi anche per far si che inizino i problemi di adattamento sul posto di lavoro.. tu hai molti colleghi e situazioni diverse da affrontare da anni.. magari è come dici tu.. vista anche la situazione lavorativa nel nostro paese sono tutti più impauriti ed incattiviti..ma una volta capito questo non possiamo far altro che accettare ciò che non possiamo cambiare e trovare un modo per farci meno male possibile... rimuginare e farci venire ansie per cose che non possiamo modificare è deleterio... dove invece possiamo intervenire meglio farlo subito.. 😊

**paula1** Lunedì, 07 Settembre 2015 16:01

Buon pomeriggio...anche io la penso come PIERA..ci sono dei posti di lavoro dove si sta tranquilli e si lavora bene...io l'ho trovato 10 anni fa quando ho fatto i 3 mesi all'Ospedale Maggiore con la cooperativa....tra noi e i colleghi del pubblico non ho mai trovato invidie o bassezze..forse perchè ognuno veniva da una storia diversa, molti non erano di Bologna e sognavano di rientrare ai loro paesi d'origine e nessuno pensava che ci si portasse via il lavoro...

adesso invece, che il mondo del lavoro è cambiato perchè si rischia molto di più, le persone si sono incattivate e non c'è quasi mai solidarietà nei posti di lavoro...

addirittura in posti come il mio che siamo quasi tutti a tempo indeterminato da tanti anni... 😞

oggi sono nervosissima e se ci penso è proprio per il rientro al lavoro tanto che ho telefonato (e io non lo faccio praticamente MAI !!!) alla mia collega del piano, Maria, che in agosto ha lavorato in Medicina...avevo bisogno di essere un po' rincuorata e mi ha detto di stare tranquilla che tanto non è cambiato niente....l'unica cosa è che non è vero che non servono le notti...solo che a me non le vogliono più far fare....vista la mia richiesta (che ovviamente non è stata capita fino in fondo..vabbè..)

domani rinizio anche con la dottoressa del DCA, con la quale finirò il percorso a primavera e con gli ultimi incontri del gruppo di aiuto sulle emozioni... 😊

**Simona** Lunedì, 07 Settembre 2015 15:01

Lo so Nico... non è facile.. siamo iper sensibili a tutto... quindi ci vuole proprio tanto lavoro su noi stesse.. però dobbiamo trovare delle strategie perché questa cosa ci distrugge... ci fa proprio tanto male.. e d'altra parte lavorare bisogna lavorare.. e passiamo tante ore sul posto di lavoro.. creare un ambiente anche fuori casa che possiamo ritenere un rifugio per noi Dove niente e nessuno ci può far male è essenziale per la nostra salute.. anche a me il lavoro che faccio mi piace ma sono anche io schiava di meccanismi che mi hanno sempre ferito .. ultimamente cerco di concentrare le mie attenzioni sui pro della mia occupazione.. il rapporto con alcuni clienti.. l'orario per me ottimale.. e per quello che mi fa male dove posso evito.. dove non posso evitare cerco di ungermi a mo di teglia e di distogliere la mia attenzione sulle negatività. .. cmq sono solidale con te... poi la ripresa dopo le ferie è sempre difficile.. i meccanismi che ritroviamo dopo le ferie ,che poi sono li stessi che abbiamo lasciato, ci fanno fare fatica, un po' come se dovessimo riaccettarli... almeno... a me succede così...

Novembre non credo qui ci sia qualcuno che ha provato quello di cui parli... io ne ho sentito parlare ma non ci penso minimamente a farmi mettere quell'apparecchio dentro di me... no... per carità.  
..

**nico26** Lunedì, 07 Settembre 2015 14:40

simo hai ragione ma cavolo io somatizzo un sacco anche se ci lavoro su!!!! 😞

**novembre99** Lunedì, 07 Settembre 2015 12:37

**ciao!**

c'è qualcuno qui nel forum che si è fatto impiantare nella nuca una specie di elettrodo sottopelle che dando delle piccole micro scosse può ridurre il mal di testa? io sono del Veneto e qui l'avevano fatto ,poi visti gli alti costi hanno smesso\_\_\_qualcuno l'ha fatto? 😊

**Piera** Lunedì, 07 Settembre 2015 11:41

Simona esistono dai!!! io ne ho già trovato più di uno..... 😊

**Simona** Lunedì, 07 Settembre 2015 11:32

Ragazze. .. mi sa che i posti di lavoro dove vivere bene ..sereni... tranquilli... e perfettamente in armonia con i colleghi non esistono da nessuna parte... o siamo noi che abbiamo chiari problemi di adattamento oppure il mondo del lavoro è così... quindi dobbiamo essere noi a trovare strategie per farci meno male possibile nelle ore in cui lavoriamo... non dico sia facile... ma mi sa che è l'unica soluzione... io ci sto lavorando su.... 😊😊

**Annuccia** Lunedì, 07 Settembre 2015 11:27

Buongiorno a tutti!

ROSSANA, hai detto bene, l'importante è staccare i pensieri e tu lo stai facendo.

**nico26** Lunedì, 07 Settembre 2015 10:30

Buona mattina a tutti amici cari .Si ricomincia con il lavoro e mi rendo sempre più conto che questo lavoro mi stressa parecchio e quando sono a casa tutti i disturbi per la maggior parte passano.Uniico grosso difetto ...io adoro il mio lavoro ma la falsità,ipocrisia,e lavoro tipo che dici dici e poi non fai non mi va ma per ora me lo devo far andare bene 😞

**rossana** Lunedì, 07 Settembre 2015 10:27

Ma non era per lamentarmi eh....solo una constatazione.

Perché comunque sia mi va grassa e lo so bene. 😊

**rossana** Lunedì, 07 Settembre 2015 09:38

Buongiorno a tutte,

ormai sono certa.

Ovunque vada al mare porto il freddo.

In giugno nelle Marche arrivata il 13 c era caldo, avevano caldo già da fine maggio e si faceva il bagno.

Il 14 domenica pomeriggio , io ho visto solo le nuvole nere, é venuta una tromba d aria a Giulianova. Da lì in poi è rimasto freddo, vento e 22 gradi o poco più fissi per 14 giorni.

La mattina del 27 scese per caricare la macchina abbiamo sentito proprio uno strano calore. Era iniziato il caldo che ho poi patito a casa.

Arrivata qui lunedì il timore era troppo caldo e aria stagnante.

Alla faccia: dal temporale in poi i soliti gradi e vento freddo.

Mi viene più di un sospetto....

Comunque sia ossa a parte il bene che lo stacco da alla mente é impagabile.

E solo venendo via avviene, a casa resto connessa h 24 col pensiero.

**paula1** Lunedì, 07 Settembre 2015 09:24

Buon giorno a tutti...qui sole...oggi ultimo giorno di ferie...da domani si ricomincia e ho un po' di ansia...questo mese ho fatto 10 anni di lavoro in ospedale e sinceramente credevo che si potesse essere più tranquilli, invece è sempre una lotta e una tribolazione...

ieri stavamo andando a fare un giro svalicando al Passo della Raticosa e invece c'era un grosso incidente col le solite moto...non se ne può più! dopo un bel po' che eravamo fermi siamo dovuti tornare indietro...siamo andati alla "Fira di Sdaz" (Fiera dei setacci) che fanno tutti gli anni da ben 342 anni 🙄🙄🙄 è una fiera contadina e in effetti è rimasta un po' così...ci sono trattori, animali, gli artigiani, ecc.. e un po' di mercato, ma poco...

quest'anno c'era un recinto con gli alpaca (dei lama più piccoli con il muso troppo simpatico) e una postazione che faceva vedere come lavorare la loro lana...sarà il futuro? 😊

ho sempre sonno... 😞

**Simona** Lunedì, 07 Settembre 2015 07:42

Buongiorno adoraro forum 😄😄

**mamma\_lara** Lunedì, 07 Settembre 2015 07:33

Vado e hai ragione Cri, è freddo. 😞

**mamma\_lara** Lunedì, 07 Settembre 2015 07:07

Cri, grazie per l'informazione. Ho già sparso voce tra i miei.

**mamma\_lara** Lunedì, 07 Settembre 2015 07:06

Antonella, siamo tutte diverse e tante volte succede che le terapie abbiano effetti diversi anche su chi le fa. Poi anche la menopausa è diversa da donna a donna. Pensa che ho fatto un'indagine tra le mie sorelle, siamo in sei, ebbene siamo solo in due ad avere problemi per la menopausa.

**mamma\_lara** Lunedì, 07 Settembre 2015 07:01

Non vi ho detto che ho il computer che fa strani rumori, non so se puzza perchè Gabriele è a letto, ma non mi preoccupa, ora ho tutti i dati al sicuro e anche tutti i vostri contatti che erano quelli che maggiormente mi interessavano 😊

**mamma\_lara** Lunedì, 07 Settembre 2015 06:59

Buongiorno a tutti. sto lavorando per preparare la locandina formato A 3 da esporre. La devo andare a far timbrare alla Camera di Commercio così non devo pagare per esporla.

Poi vado in comune a portare alcune locandine che ho stampato.

Devo fare prestino, perchè arrivano gli ospiti e potrebbero arrivare un po' prima

**cri69** Lunedì, 07 Settembre 2015 05:50

Buongiorno gente, stamattina oltre che il maglioncino mi sà che occorra anche il giubetto, vediamo. Qui è venuta tanta tempesta ma non ai livelli di Finale Emilia o Napoli come ho visto...povera gente , in malora il lavoro di un anno.

Volevo anche dirvi di fare ATTENZIONE ad un sito che si chiama Crazy news, ci si abbona anche solo passandoci sopra con il mouse, mi ha ciucciato € 30 in 1gg, è una trufa.

Buona giornata a tutti.

**Antonella62** Domenica, 06 Settembre 2015 22:20

Grazie a Lara, Annuccia, Piera e Paula per le vs testimonianze sulla menopausa. Paula, io per circa 8 mesi ho provato a contrastare le vampate con dei granuli omeopatici, senza però ottenere miglioramenti.

Auguro una Buenanotte, senza MDT, a tutte voi amiche forumine.

**mamma\_lara** Domenica, 06 Settembre 2015 20:58

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

**mamma\_lara** Domenica, 06 Settembre 2015 20:57

Simona, sono felice per la tua giornata. Poi quando si è in buona compagnia è tutto bello 😊

**mamma\_lara** Domenica, 06 Settembre 2015 20:56

Annuccia, penso di doverne fare di più del movimento ora, prima ogni volta che mi muovevo era come se facessi sollevamento pesi, ora per muovere lo stesso peso mi devo muovere almeno 4 volte tanto e lo faccio. Faccio ginnastica con le gambe ma purtroppo se ne alza solo una, l'altra rimane inesorabilmente giù e se viene su poi non va più giù se non con dolori molto forti difficili poi da gestire se non sei seduta o coricata. Poi non regge il mio peso. Questo però da un bel po' di anni. Ma io faccio le mie scale che fanno bene. Piano ehhh 😊

**Simona** Domenica, 06 Settembre 2015 18:27

Buonasera a tutti... oggi gran bella giornata di mare... sole... limpido.. non umido.. venticello... e colori stupendi. Ottima compagnia... insomma.. una gran bella domenica 😊😊 ora sono cotta ma ci sta.... 😊

**Annuccia** Domenica, 06 Settembre 2015 18:24

Brava LARA, si sa che ognuno fa il movimento che può ed è in grado di fare, l'essenziale però è farlo.

**mamma\_lara** Domenica, 06 Settembre 2015 17:47

Cri, anch'io ieri ti ho pensata e speravo che non fosse arrivata da te.

**mamma\_lara** Domenica, 06 Settembre 2015 17:45

Feffe, tu sei fatta apposta per le imprese impossibili. Stavi male all'aeroporto e sei riuscita lo stesso a fare tutto senza andare nel panico. Poi questo lo hai ripetuto non so quante volte. Noi cara sappiamo di cosa sei capace. 😊

Pensa, che serve un coraggio immane anche solo prenderne una delle decisioni che hai preso tu. Mica credere che passi inosservato

**mamma\_lara** Domenica, 06 Settembre 2015 17:43

Annuccia, ma quanto è vero che fare del movimento aiuta. Io da questa mattina avrò già fatto più di 10 volte le scale, lo faccio apposta a lasciare qualcosa su così faccio movimento. Le faccio adagio, mica pensare che le faccia di corsa e purtroppo sempre con la solita gamba, perchè l'altra si rifiuta di alzarsi 😊

Tua sorella è proprio brava. sapessi quante volte è nei miei pensieri. Poi sai che non è solo nei miei. Ha fatto veramente il disastro, girare per Ferrara era una devastazione. Non oso pensare a quelle povere persone che hanno perso il loro raccolto e i loro beni. Anche a me fanno paura questi eventi.

Ieri dovevo fare la "dura senza paura", avevo Lella con me e non volevo si spaventasse. Ma era brutta la storia.

**mamma\_lara** Domenica, 06 Settembre 2015 17:38

Rieccomi, mentre mi sono riposata ho fatto 5 uova di tagliatelle da fare con il ragù. Domani a pranzo ho 4 ospiti e le gradiscono, così domani mattina posso andare in Comune senza mi debba preoccupare di tornare a casa presto. 😊

L'arrosto l'ho fatto questa mattina e Gabriele fa le patate al forno che piacciono sempre tanto a tutti.

La crostata? Anche quella fatta prima così sono a posto 😊

**Annuccia** Domenica, 06 Settembre 2015 17:33

PAULA, inizia presto a fare la tua scelta sul movimento, qualunque essa sia. Pensa che mia sorella non ha mai fatto ginnastica in vita sua , proprio perché non le è mai piaciuta. Ora da quando l'ho convinta non può farne a meno, gambe meno gonfie, meno dolori e addirittura meno nausea dopo la terapia. Il movimento aiuta tanto nello smaltire gli effetti negativi dei farmaci.

**Annuccia** Domenica, 06 Settembre 2015 17:30

LARA, ho letto il programma, spero tanto di esserci. Mi auguro di saperlo presto per poter prenotare. FEFFE, per me non sei più una sorpresa, e comunque fai bene a fare tutto ciò che ti distrae e che ti fa star bene.

**Annuccia** Domenica, 06 Settembre 2015 17:28

Buona domenica a tutti! qui da noi si ricomincia con il tran tran domenicale, ne sono felice. Oggi per cominciare avevo preparato un dolce con le prugne, arista di maiale al latte e pesto per la pasta, mia sorella ha comprato una tortina deliziosa, visto che in settimana era stato il suo compleanno.

Ho letto del disastro a Ferrara e zone limitrofe, mi dispiace tanto per i raccolti, CRI ti ho pensata tanto 😞

non c'è purtroppo nulla da fare di fronte a questa natura impazzita, ho ragione da vendere quando ho paura degli eventi naturali.....

**feffe81** Domenica, 06 Settembre 2015 16:07

MAMMALARA 😊 visto il mio totale rifiuto per la corsa...sono soddisfatta di essere riuscita a farne un po'...MAYA contenta? 😊

**mamma\_lara** Domenica, 06 Settembre 2015 16:07

Spengo un po' il computer che lo faccio riposare, è dalle 6 di questa mattina che macina. E io con lui 😊😊😊😊

**mamma\_lara** Domenica, 06 Settembre 2015 14:26

Ahh Feffe, poi ci dici quando lo rendono visibile anche al pubblico. 😊

**mamma\_lara** Domenica, 06 Settembre 2015 14:26

Feffe, non finisci mai di stupirci. Anche attrice ci diventi adesso.

Vedrai che ti prenderanno anche a fare la controfigura di chi sappiamo noi. 😊😊😊

Sei troppo forte. Poi correre all'indietro mica è da tutti saperlo fare. 😊

**feffe81** Domenica, 06 Settembre 2015 13:52

Buongiorno a tutti! Sono appena rientrata. Stamattina sono andata a fare la comparsa nelle riprese di un corto. Nella scena dovevamo correre, quindi...ho corso anche io!! All'indietro però 😊

**nico26** Domenica, 06 Settembre 2015 13:49

Buona domenica sotto emi abbast. forte ma ancora per un po gestibile.Lara disastro si .leri amici della bassa verso Ferrara sono venuti a cena da noi e ci hanno fatto vedere le foto.Disastro totale per la campagna.

Tutte le pere distrutte ..tutto il lavoro di un anno!!!

Non so che dire se non pensare che noi esseri umani stiamo massacrando il nostro pianeta chiamato Terra!!!

Scusate!!!

**mamma\_lara** Domenica, 06 Settembre 2015 10:51

Rossana, non mi sono mai trovata in mezzo ad una cosa simile. Chicchi come noci. Che disastro ha fatto. Avevo detto che ci eravamo fermate per trovare un po' di riparo? Bene non c'eravamo accorte che si stava allagando, non si vedeva nulla. Mi sono accorta dell'acqua perchè è passato un camion mi ha fatto segno di andare via. Un disastro

**mamma\_lara** Domenica, 06 Settembre 2015 10:46

Rossana, fai pure carissima, non saresti mica la prima che mi fa le prediche. Io ascolto sempre quando me le fanno, perchè saltano fuori sempre cose molto interessanti. 😊

Poi mi dirai anche su quale argomento però, tu non sai, ma di prediche me ne arrivano parecchie e

mi trovo quasi sempre impreparata. 😄😄😄

Troppo facile ehhh saperlo prima 😄😄😄

**rossana** Domenica, 06 Settembre 2015 10:32

PAULA solo tuo tramite vengo a sapere di realtà come quella di Mr. Love. Troppo belli quegli ambienti 😄

**rossana** Domenica, 06 Settembre 2015 10:29

Buongiorno a tutte,  
cielo limpido, aria tersa e fresca.

LARA ho visto le immagini della grandine 😄

Credo il tuo dire "anch io faccio del moto" sia un lapsus freudiano.....preparati ad un bel predicozzo, sei avvisata eh 😄

**mamma\_lara** Domenica, 06 Settembre 2015 10:00

[Convegno Ferrara](#)

**mamma\_lara** Domenica, 06 Settembre 2015 09:58

Paula, povero mister love che sarà schiavo di questo nome per sempre. 😄

Fa finta di non ricordarti, è una tattica, fanno sempre così. 😄😄

Fidati della dottoressa.

Anch'io faccio moto e forse anche per quello le mie gambe urlano vendetta, ma non me ne può importare di meno, loro fanno quello che vogliono e io faccio scale su e giù, le faccio come riesco e facendo sempre attenzione alla gamba loffia. Poi sono ridicola, perchè la gamba messa peggio la posso muovere e alzarla, mentre quella messa meglio non viene su neppure con la gru, ho fatto anche la rima. 😄😄

Sicuramente il bimbo sarà furbetto, i bimbi oggi hanno stimoli diversi e crescono in fretta sotto certi aspetti. 😄

**paula1** Domenica, 06 Settembre 2015 09:12

MAMMA LARA ho la diagnosi di fibromialgia dal 6 di agosto dalla reumatologa del Maggiore, ma dopo la chiaccherata con la ginecologa mi sono aumentati i dubbi...quindi ora vado per gradi e sono molto fiduciosa di questa terapia con la pillolina...poi devo veramente decidermi a fare del movimento 😄😄

**paula1** Domenica, 06 Settembre 2015 09:08

Buon giorno a tutti...qui sole e nemmeno una goccia di pioggia...in città invece credo che abbia piovuto, ma non molto....ieri sera siamo tornati al giardino Penazzi per il tributo a Jimi Hendrix, c'erano due gruppi molto bravi...peccato che possano suonare solo fino alle 23.30 perchè hanno avuto una limitazione di orario molto rigida...c'erano i nostri amici col marmocchio Andrea che vorrebbe sempre suonare la batteria e ha una memoria di ferro e, a soli due anni e mezzo, una bella furbizia....poi c'era un "bellone" che incontriamo spesso a questi concerti (e che una volta mi è stato presentato, ma non si ricorda più) che mi fa troppo ridere...comunque lo chiamano "mister Love" un motivo ci sarà 😄😄😄😄

**mamma\_lara** Domenica, 06 Settembre 2015 09:06

Annuccia, poi sono stata al telefono un paio d'ore ieri sera, una ragazza prima e un ragazzo dopo che cercavano conforto. Si è fatto troppo tardi e son dovuta scappare a fare la meditazione.

**mamma\_lara** Domenica, 06 Settembre 2015 09:03

Buongiorno a tutti.

Piera, tantissimi pensieri per Lorenzo anche da parte mia.

Enzo è nato anche lui con lo stesso anticipo quasi 46 anni fa quando le possibilità erano ben diverse e sai bene come è cresciuto. Ecco, questo chiedo per Lorenzo. Vorrei avesse una marcia in più come aveva Enzo. Mi fai venire in mente la disperazione di me mamma di 18 anni che non si allontanava mai dalla porta del suo bimbo e piangeva tutto il giorno. Dovevo stargli lontano, perchè lui era in una stanza particolare insieme ad altri bimbi e lo vedevo solo attraverso un vetro. Questo solo per poche settimane per fortuna, perchè lui era un bimbo forte e ce l'ha fatta.

Questo mi fa tornare alla mente anche le cattiverie delle altre mamme quando Enzo sembrava fare cose dell'altro mondo per come reagiva a tutto. Di questo però non ne voglio parlare, perchè mi fa veramente male. Mi hanno fatto cattiverie impensabili e io ero incapace di reagire. Stavo male e non reagivo, ma avevo 18 anni ed al tempo ero buona come il pane.

**Simona** Domenica, 06 Settembre 2015 05:34

Buongiorno adoraro forum 😄😄

Piera tanti pensieri positivi per il piccolo Lorenzo...

**Piera** Sabato, 05 Settembre 2015 22:33

Passo per la buonanotte, ma anche per chiedervi stasera un pensiero speciale per un bimbo che e' nato oggi e che invece doveva venire alla luce a meta' novembre, forza Lorenzo sono sicura che ce la farai !!!

**mamma\_lara** Sabato, 05 Settembre 2015 21:18

Annuccia, a dopo, sono al telefono

**mamma\_lara** Sabato, 05 Settembre 2015 21:17

Nico, se stai meglio con i tuoi granuli fai proprio bene a prenderli.  
Bentornata cara

**mamma\_lara** Sabato, 05 Settembre 2015 21:14

Paula, speriamo possa aiutarti nei dolori muscolari. Ma sei sicura che non sia fibromialgia.

**mamma\_lara** Sabato, 05 Settembre 2015 21:13

Rossana, ma dovevi vedere come veniva giù.

Il giornale dice che ha fatto grossi danni nelle campagne di Masi Torello, questo mi spiace proprio. In città invece ha spezzato alberi e danneggiato auto. Poi le bancarelle in centro tutto distrutto anche li.

Eravamo Lella ed io per strada, ci siamo fermate ma anche quello era un pericolo, perchè anche se eravamo in una rientranza mica si vedeva che eravamo li. I camion grandi ci passavano a due dita, così ho deciso di incamminarmi lo stesso per vedere di trovare un posto più sicuro. Non è stato bello però vedere la strada piena di grandine grande come le noci. Dovevi sentire l'auto, non sono riuscita a telefonare a Gabriele perchè non lo sentivo.

Avrai passato una bella giornata si oggi con Feffe, ma quanto mi piace sta cosa penso tu lo immagini.

**mamma\_lara** Sabato, 05 Settembre 2015 21:03

Feffe, che bello quando vi incontrate, mi piace un sacco che abbiate voglia di stare insieme. Questo credo faccia bene a voi, ma fa tanto bene anche a me.

La stagione è solo all'inizio per noi che non ci fa paura nulla 😄😄😄😄

**feffe81** Sabato, 05 Settembre 2015 20:58

ciao a tutti, oggi chiusura di stagione alla grande al mare da ROSSANA 😎 penso non siamo state zitte un minuto 😄 siamo state in spiaggia, per fortuna non ha piovuto. Grazie a te ROSSANA!  
PIERA io per l'insonnia uso occasionalmente lo zolpidem (non è una benzodiazepina) e non mi sembra influisca sull'emicrania negativamente

**rossana** Sabato, 05 Settembre 2015 19:47

Oggi è venuta a trovarmi FEFFE 😄 Mi ha fatto un regalo enorme.  
Abbiamo chiacchierato e ad alti livelli filosofici, ma anche chiacchiere da spiaggia.  
Tropo bello, grazie FEFFE

**rossana** Sabato, 05 Settembre 2015 19:43

Ciao a tutte,

cavoli LARA grandine 😞

Speriamo davvero che non abbia fatto danni ai raccolti.

Quando verremo a Ferrara non ti riconosceremo: taglio nuovo e occhiali pure... 😄

**paula1** Sabato, 05 Settembre 2015 19:37

Buon pomeriggio a tutti...qui permane il sole...non so se ha piovuto a Bologna...noi siamo ancora a casa...c'è l'Italia del rugby in tv...e io ho preso l'Okì perchè dopo pranzo mi è arrivata

l'emicrania...ora sto leggermente meglio, ma anche il solito dolore al collo non aiuta... 😞

ANTONELLA62 io da oggi prendo questa pillola che contiene estradiolo e drospirenone, due ormoni, e dovrebbe aiutarmi soprattutto per i dolori muscolari...e lo spero davvero tanto...per il resto non ho le vampate e già è molto positivo soprattutto per il lavoro che faccio...

**mamma\_lara** Sabato, 05 Settembre 2015 18:08

Eccomi a casa anch'io, ero andata a farmi fare gli occhiali nuovi e mi sono trovata in mezzo ad una tempesta. Grandine con chicchi come noci e tanta acqua.

Avevo con me Lella e ci siamo riparate a fianco di un albero, ormai i posti migliori erano tutti occupati.

Ha fatto il disastro, per tornare a casa ho dovuto scansare alberi spezzati riversi sulla strada. La via a fianco a me non so come sia messa, le auto entravano nella mia via anche in senso contrario.

Speriamo abbia grandinato solo in città e abbia salvato i raccolti

**nico26** Sabato, 05 Settembre 2015 14:59

Eccomi a casaaa amici miei!!!!Bellissimi giorni ed anche qui bellissime le Marche!

Si si L'Italia e ' proprio bella tutta!!!

Menopausa??Sapete che me ne frego anche se la mia ginecologa visti gli esami mi dice si sei in fase di menopausa ma tanto e' un passaggio che deve avvenire per cui meglio la prendo meglio sto!!E poi il mio omeopata mia ha dato granuli per vampate,per umore e devo dire io che ci credo contano.mi siete mancati/e!!!!

.

**Annuccia** Sabato, 05 Settembre 2015 14:49

Spererei di poter fare ancora qualche altro fine settimana al mare. Tra l'altro Roberto il venerdì, tranne ieri che era Milano, è in ferie, deve smaltire i giorni residui entro la fine dell'anno.

**Annuccia** Sabato, 05 Settembre 2015 14:46

Cara Antonella io per ora non prendo nulla, parlo della menopausa , non ho il ciclo dalla fine di marzo e sinceramente spero di non vederlo più. Devo chiamare la ginecologa in settimana. Lei ad aprile aveva detto che non ero in menopausa perché aveva visto con l'ecografia un ovaio attivo. Poi, a quantosembra, é morto tutto all'improvviso. 😞

**Annuccia** Sabato, 05 Settembre 2015 14:40

Buon sabato a tutti! Stamani siamo andati a santa per vedere se era tutto a posto. La pioggia è stata tanta a Roma ma là ben poca, per fortuna visto che avevamo lasciato tutto fuori (tavolo, sedie etc.) siamo già tornati, prima però siamo passati all'outlet a comprare il regalo a lupetto.

**mamma\_lara** Sabato, 05 Settembre 2015 13:49

Piera, mica sono Mandrake 😄😄😄😄

**mamma\_lara** Sabato, 05 Settembre 2015 13:45

Antonella, sappiamo cara che ci sei 😊

E' vero, alle volte le parole fanno proprio fatica ad uscire. Anche a me succede. Non ti preoccupare, noi ci siamo e quando avrai le parole ce le racconterai.

Quando sono arrivata ero in menopausa da una decina di anni e i sintomi peggiori erano già attenuati. Non ho mai fatto cure e non ne ho mai parlato con nessuno. Mi pareva fosse naturale, così mi hanno insegnato e io ho eseguito alla lettera.

Ora ormai è tardi e i sintomi sono abbastanza contenibili.

Ti abbraccio anch'io carissima ♥ ♥ ♥

**mamma\_lara** Sabato, 05 Settembre 2015 13:39

Cri, speriamo ci sia bassa temperatura dove sei tu e sole splendido dove è Rossana 😊😊😊

**Piera** Sabato, 05 Settembre 2015 11:53

Si' infatti Lara un domani potrei anche averla, mi prendero' il consiglio allora, ne hai uno anche per la pelle avvizzita , per la caduta dei capelli e per l'osteoporosi???? cosi' ci mettiamo avanti con il

lavori??? 😊😊 prevenire e' meglio di curare !!!!

Antonella a me la ginecologa mi ha prescritto il cerotto, (femity) per ora meta' cerotto , per vedere come va.....e per l'insonnia una benzodiazepina , anche quella a bassa dose (halcion 125 ) , mi ha detto che a chi soffre di emicrania ed e' in menopausa bisogna dare delle benzodiazepina di un certo tipo, non vanno bene tutte, con la psichiatra con cui lavora , hanno studiato che questa che prendo io e' la piu' adatta.....chissa'????

**Antonella62** Sabato, 05 Settembre 2015 11:38

Buongiorno Forum,

come, ormai, ben sapete vi leggo quotidianamente, ma intervengo raramente: non mi escono le parole.

Sono anche io, come molte di voi, in menopausa da circa un anno, ed è da giugno che il ginecologo, dopo aver attentamente valutato la mia salute generale, mi ha prescritto una terapia ormonale per arginare tutti quei disagi più o meno tollerabili, che la menopausa comporta.

Io sto prendendo una pastiglia al giorno di Tibolone nome commerciale del farmaco L....l. A dire il vero qualche disturbo tipo le vampate, la secchezza, gli sbalzi di umori sono molto ma molto diminuiti, niente da fare per l'insonnia.

Mi farebbe piacere sapere voi altre che tipo di prodotto usate. Grazie a chi vorrà rispondermi.

Un grosso ed affettuoso abbraccio calabrese a tutte voi ed uno particolare a Lara.

**mamma\_lara** Sabato, 05 Settembre 2015 10:57

Non vi ho detto che la parrucchiera mi ha cambiato taglio dei capelli. Non so come sto, perchè quando mi specchio mi vedo sempre bellissima come prima 😊😊😊😊

**mamma\_lara** Sabato, 05 Settembre 2015 10:55

Simona, meno male che sei capace di assumerti le responsabilità E sai che io do sempre la colpa a te. 😊😊😊😊

Ma quanto mi piace sto gioco. 😊😊😊

Sarai bellissima al mare domani.

**Simona** Sabato, 05 Settembre 2015 10:23

Buongiorno adoraro forum 😊😊 son qui che mi asciugo la chioma... ho già fatto ceretta e smaltato piedi.. domani se va tutto bene si va al mare... 😊😊

Lara... 😊😊😊😊 mi assumo tutta la responsabilità. .e vado fiera dei miei "insegnamenti" ... 😊😊😊😊

**mamma\_lara** Sabato, 05 Settembre 2015 09:49

Rossana, meno male. Grazie cara, mi tranquillizzi. Però se avverti sintomi dimmelo subito.

Devo anche dire che ho avuto influenze esterne, nel senso che è tutta colpa di Simona, ho solo messo in pratica i suoi consigli.

E' colpa tua Simona 😊😊😊😊

E SEI UNA GRANDE.

Grazie. ♥ ♥ ♥

**rossana** Sabato, 05 Settembre 2015 09:45

MARIA grazie, sentirò.

Ma mi sa che così sono e così resterò.

**mamma\_lara** Sabato, 05 Settembre 2015 09:44

Maria, per chi ha MDT non è un periodo facile la menopausa, tutto peggiora.

Devo trovare un articolo che mi è piaciuto molto e parlava proprio dell'arte dell'invecchiare.

Non che penso che tu sia vecchia, non lo sono io che ho parecchi anni più di te, ma mi sto preparando per farlo e vorrei farlo nel migliore dei modi.

Mi riferisco alla salute della mente non a quella fisica.

**rossana** Sabato, 05 Settembre 2015 09:44

LARA concordo, meglio tacere sul fronte sintomi da menopausa. 😞

**rossana** Sabato, 05 Settembre 2015 09:42

Buongiorno a tutte,  
prima cosa LARA tranqui: sei sempre la stessa. Almeno da che ti conosco io.  
Poi che il sacrificio sia pesante d reggere questo lo capisco bene.

**mamma\_lara** Sabato, 05 Settembre 2015 09:40

Piera, impara l'arte e mettila da parte 😊

**mamma\_lara** Sabato, 05 Settembre 2015 09:40

Per adesso Piera non ce l'hai.

Ma come sono rassicurante io non c'è nessuno. Mi stupisco da sola 😊😊😊😊😊

**Piera** Sabato, 05 Settembre 2015 09:27

Lara non posso accettare il tuo consiglio,l'unico problema che non ho è la secchezza là 😊 per ora 😊

**Maria9195** Sabato, 05 Settembre 2015 09:23

Io sono convinta che con il subentro della premenopausa ho aumentato e intensificato gli attacchi di

emicrania e di insonnia...per il momento ho solo questi due sintomi, fastidiosi e invalidanti 🤔🤔

🤔🤔 e sono solo in premenopausa 🤔🤔🤔 ....la menopausa è ancora lontana.....

**Maria9195** Sabato, 05 Settembre 2015 09:21

Ciao Rossana

per aumentare di peso potresti magari assumere il nostro integratore lipidico dato dal Dott. Cherubino per la ns. dieta. Prova a chiederlo al dottore quando vieni a Ferrara.

**mamma\_lara** Sabato, 05 Settembre 2015 09:13

Anche per la secchezza degli occhi, quella intendo 😊😊😊😊😊😊😊😊😊😊

**mamma\_lara** Sabato, 05 Settembre 2015 09:12

Ahh Piera, dimenticavo di dirti che per la secchezza la ho un rimedio. Ti passerò l'articolo, poi quando saremo a tu per tu ti racconto un fatto che riderai per tre giorni.

**mamma\_lara** Sabato, 05 Settembre 2015 09:10

Poi meglio che sto zitta sui consigli che mi sono arrivati a migliaia da chi non aveva figli. Ma consigli improponibili che neppure elenco per pietà.

Io stavo zitta, ma anche lì i pappagnoni si sarebbero sprecati.

Un giorno Enzo mi ha detto una cosa sulla quale rifletto sempre: "mamma, con un figlio anche quando fai tutto bene, hai solo fatto pari".

Ecco, cosa vuol dire crescere dei figli, cercare di fare meno errori possibili. Ma questo lo sai solo quando ormai è troppo tardi per rimediare.

Però c'è sempre qualcuno che ti "aiuta" con la sua saggezza.

Gnurant, prova prima e poi mi dici e qui mi censuro perchè ne direi a destra e manca.

Tutta colpa della mancanza di zuccheri le mie reazioni? Non credo proprio. leggendo i miei vecchi messaggi penso proprio che io sono così di natura 😊😊😊😊

**mamma\_lara** Sabato, 05 Settembre 2015 09:02

Piera, sì, mica è un periodo semplice la menopausa, lo è forse per chi non ha tutti quei disturbi che molte volte porta con se.

Però chi non sa potrebbe stare in silenzio.

Sai il detto che il bel tacer non fu mai scritto, ecco.

Dai che diamo pappagni a destra e manca. Ti aiuto. 😊😊😊😊😊

**mamma\_lara** Sabato, 05 Settembre 2015 08:59

Rossana, anche a me invece sembra che tu mangi proprio tutto di magro. Che poi non conta, tu sarai fatta così che anche mangiando cose che ingrassano sempre magra rimani.

Ma dai l'impressione di non avercela con la tua magrezza. Poi sei bella così come sei, io mica ti vedo poi così magra e forse anche per gli altri è così. Certo che Alberto potrebbe farti da custodia, ma anche lui è bello così. 😊

**mamma\_lara** Sabato, 05 Settembre 2015 08:54

[un sorriso non guasta mai.](#)

**Piera** Sabato, 05 Settembre 2015 08:46

.....e non ho citato il mdt, perché quello se ne strafrega dei bei periodi della vita 😊😊

**Piera** Sabato, 05 Settembre 2015 08:46

Ti capisco eh, e' come quando parlo con qualcuno delle mie vampate e dell'insonnia e dell'irritabilità della mia menopausa, e cominciano con la tiritera eh ma e' un periodo della vita, prendila con filosofia, non badare, non ascoltare, ma ca....o dico io, 😊 se non avessi tutti questi disturbi sarebbe sì un periodo anche bello della mia vita :senza mestruazioni che sono anche quelle una bella pizza 😊 ma se uno si ritrova bagnato di sudore a qualsiasi temperatura 18 ore al giorno notte compresa, non dorme ha le palpitazioni e mangerebbe di traverso chiunque gli si avvicina.....ma che bel periodo veramente la menopausa 😊😊

**mamma\_lara** Sabato, 05 Settembre 2015 08:28

Piera carissima, glielo avrei mollato anche lo scorso anno un bel papagnone. 😊😊😊😊  
Sì, è vero, ora mi sembra impossibile fare un'altra isteroscopia senza sedazione, infatti la prossima la farò un po' sedata. 😊😊😊 Sto diventando una scioppina 😊😊  
Per il calo di peso anche mio figlio mi ha detto le stesse cose. Ma io so il perché, prima con il mio peso e dire eccessivo mi sembra proprio di minimizzare 😊 (però per me era l'ideale), ero impedita a fare ogni cosa, ora invece mi sembra di riuscire a fare di tutto, nella mia mente mi chiedo come mai non mi metto a correre, così ogni tanto mi scappano gesti e mosse che le mie gambe proprio non se lo sognano neppure di sostenere, così mi mollano facendomi capire che devo fare attenzione. Anche dagli esami che ho fatto da poco trovano le ossa in salute e la muscolatura penso sia anche migliorata, ma la gamba sinistra è quella che da più problemi nonostante sia quella che sta meglio secondo chi sa. Sarà anche che sta meglio ma non mi regge. Il bello che mi dicono "signora, le fa male perché l'altra gamba è quella messa peggio così usa sempre la sinistra". Non mi ascoltano questo è il problema. Se tu sentissi il mio tallone sinistro sembra il tallone di un neonato, non lo uso mai quel piede per appoggiare, mentre il destro è calloso come le mani di un boscaiolo. Inutile i tentativi di spiegare che la gamba sinistra non mi regge e se faccio affidamento su di lei mi fa cadere. Due volte che ho provato ad usarla e due volte sono caduta e secondo loro (tutti tutti) è perché sostiene il peso della destra che è quella veramente con grossi problemi.  
Lascio perdere e quando sarà il momento sistemero anche sta cosa. Ora ho cose più importanti che se non risolte ti fanno morire, lui mica fa male, lavora in silenzio il bastardo. Quando avrò sistemato la faccenda che sai mi occuperò anche del resto.  
Intanto la cefalea a grappolo non c'è e veramente ascolto dolori e sensazioni che prima non potevo ascoltare, avrei perso lucidità e capacità per sopportare un dolore che non è possibile spiegare. Ora ascolto anche le vampate e sono un po' di più di quelle che sentivo prima, Gabriele me lo ha fatto notare. Ma meno male penso io e se prima mi lamentavo solo della grappolo ora ne ho di più di lamentele da fare. Portate pazienza va.  
Poi Rossana, quando il dr. Di Lorenzo farà il suo intervento il sabato mattina chiederemo anche a lui, così ci darà informazioni dettagliate 😊😊

**Piera** Sabato, 05 Settembre 2015 07:49

Lara per quanto riguarda tutti i tuoi dolori, da quando diciamo sei "più magra" o "meno grassa" (scegli tu???) non credo che dipendano dalla tua perdita di peso, tra l'altro noi che siamo dimagrite seguendo i principi della chetogenica, non abbiamo mai perso massa magra, ma solo massa grassa, la chetogenica è l'unica dieta che seguono gli atleti per mantenere efficiente e costante la loro muscolatura, penso che sia come dice la mia mitica ginecologa tutta questione di percezioni!!!!  
percezioni del dolore: ti sei liberata dalla grappolo che il dolore più terribile che una persona possa sopportare e che faceva passare in secondo piano tutti gli altri dolori, niente era paragonabile, ora purtroppo hai altro da "percepire" ma meglio così eh, magari con il tempo il fisico un po' si

adatta alla nuova situazione generale e il dolore diminuisce , io ci spero!!!  
Se nel 2004/2005 qualcuno ti avesse detto, sa che la sua grappolo potrebbe lasciarla se cambia totalmente la sua alimentazione ecc.ecc.....gli avresti mollato un bel papagnone!!!! 😊😊

**mamma\_lara** Sabato, 05 Settembre 2015 07:26  
Niente da fare. Mi da errore.

**mamma\_lara** Sabato, 05 Settembre 2015 07:23  
Riprovo con il video

**mamma\_lara** Sabato, 05 Settembre 2015 07:23

Allora carissima Rossana, non lasciarti ingannare dai nomi, sono strumenti semplicissimi a disposizione nel web per aiutarci a lavorare meglio.  
Ma veramente nulla di che.

Intanto devo dire che la manovra di Zeno ha salvato tutti gli indirizzi mail. ma non posso fare a meno di copiarli tutti gli indirizzi nell'elenco, quindi il lavoro lo devo fare. Ho lavorato ieri sera e questa mattina ma ho deciso che non faccio più di una decina di nomi al giorno altrimenti ne esco matta. Ho un bel da fare in questo periodo e devo andare adagio.

**mamma\_lara** Sabato, 05 Settembre 2015 07:14

Non sono riuscita a farvi vedere il video in altro modo.  
Potete selezionare il link poi tasto destro del mouse e scegliete apri link. Appare il video

**mamma\_lara** Sabato, 05 Settembre 2015 07:12

[https://www.youtube.com/watch?v=hD2y5E5xdWc&feature=em-share\\_video\\_user](https://www.youtube.com/watch?v=hD2y5E5xdWc&feature=em-share_video_user)

**mamma\_lara** Sabato, 05 Settembre 2015 07:03

Buongiorno a tutti

**Maya** Sabato, 05 Settembre 2015 06:50

Vado al lavoro ....

**Maya** Sabato, 05 Settembre 2015 06:49

Ciao.

**cri69** Sabato, 05 Settembre 2015 06:06

Buongiorno a tutti, sta benedetta pioggia è arrivata e speriamo che la temperatura si abbassi un pochino, ieri mattina non si respirava...Vado che ho in progetto prima di uscire di fare un pò di pulizie ...cominciate ieri sera .Besos

**feffe81** Venerdì, 04 Settembre 2015 23:22

Oggi per me bella giornata 😊 e anche serata, scappo a nanna che domani mattina mi alzo presto: gita in programma 😊

**feffe81** Venerdì, 04 Settembre 2015 23:21

ROSSANA è un neologismo!

**rossana** Venerdì, 04 Settembre 2015 22:56

Infragilimento aiuto, che orrore.

**rossana** Venerdì, 04 Settembre 2015 22:55

LARA quando vengo a Ferrara ti spiego quel che so sull infragilimento della muscolatura quando si dimagrisce.

At sistem me 😊

**rossana** Venerdì, 04 Settembre 2015 22:52

Stasera ho mangiato salmone gratinato e me l'hanno servito con patatine fritte.

Quelle me le parano sempre davanti: ne mangio poche poi prendo verdura fresca dal buffet però ....  
E d'altra parte come faccio ad ingrassare se mangio roba magra?

Questo me lo ha detto Alberto che in questo è un maestro 😊

Ma nel mio caso è anche un po vero.

Buonanotte amiche tutte, anche quelle che non si sentono più.

Dateci notizie che noi sennò ci preoccupiamo.

GRI, GIUSEPPINA, ELISABETTA, e tutte tutte voi ci state a cuore: battete un colpo 😊

Buonanotte

**rossana** Venerdì, 04 Settembre 2015 22:43

LARA sei un mostro anche in ambito informatico.

Col tuo Zeno poi fate cose da fantascienza, con nomi che non ho mai neppure sentito 😊

Grandi!!

**rossana** Venerdì, 04 Settembre 2015 22:41

PIERA Buon anniversario!

E mettete a letto presto Vittoria..... 😊 se potete 😊

**mamma\_lara** Venerdì, 04 Settembre 2015 20:54

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

**mamma\_lara** Venerdì, 04 Settembre 2015 20:53

Paula, lo diceva Piera che è bravissima quella ginecologa. Oggi parlando con la mia dottoressa mi ha detto che conosce una ragazza che ha problemi di MDT e siccome è giovane vorrebbe prendere la pillola, le ho detto che so il nome di una brava. Poi magari mi date bene nome e cognome che lo passo.

**mamma\_lara** Venerdì, 04 Settembre 2015 20:51

Cris, dimenticavo di dirti che i documenti erano tutti salvi, perchè tutte salvo sempre in una cartella su dropbox tutto ciò che devo salvare per poi riportarlo ogni fine settimana in un disco esterno nelle cartelle di destinazione. Ho due copie di tutti i miei documenti e foto.

**mamma\_lara** Venerdì, 04 Settembre 2015 20:47

Cris, è già la seconda volta che cado. Ora che sono calata di peso penso di essere diventata chissà che cosa, invece le gambe nonostante la perdita di peso fanno sempre male e di forza ne hanno ben poca. Devo fare attenzione e fare meno la "spanizza". Ho un'età e ho un bel po' di problemi, è meglio che faccia attenzione prima di rompermi qualche osso.

Il computer ancora va, ma non so per quanto, così lavoro per sistemare tutto in modo che se si ferma non perda nessun contatto e neppure i dati.

Ho anche pronto il computer di Gabriele nel caso mancasse il mio con tutti i programmi che mi servono per lavorare, anche questo mi è costato un bel po' di lavoro. Ma ora è quasi tutto sistemato. Insomma, invece di 7 o 8 mesi di lavoro con un mesetto me la cavo. Poi però è tutto a posto.

**mamma\_lara** Venerdì, 04 Settembre 2015 20:38

Eccomi, interventi quasi sistemati, così presto saprete tutto.

Non immaginerete mai cosa ha combinato Zeno. Si è collegato in remoto al mio computer e mi ha trasportato tutta la rubrica che avevo in thunderbird sul mio account di google, così mi ha risparmiato mesi mesi e mesi di lavoro. Devo solo pulirla da doppioni e tornare a fare i gruppi poi è sistemata. Non ci posso credere. Meno male che glielo detto. 😊😊😊

**mariagrazia** Venerdì, 04 Settembre 2015 19:31

Piera buon anniversario!

**Piera** Venerdì, 04 Settembre 2015 18:17

Grazie Cris, stasera festeggiamo!!! andiamo a cena fuori. Io Giorgio e .....la Vichy 😊

**Cris83** Venerdì, 04 Settembre 2015 18:04

SIMO io uso ergotamina! Virdex.. ma ha effetti collaterali devastanti.. se puoi farlo evita!

MAMMA LARA mi sono persa.. che hai fatto? Sei caduta?

Il tuo pc è proprio andato? Ma non potevi salvarli.. tipo fare un backup?

Mi dispiace per la tua giornata pesante.. spero non sia nulla di grave.

ROSS mi sono persa anche con te.. dov'è che sei di bello?

Fai bene PAULA.. cambiare un po' di cose va sempre bene, rimodernizzare un po' combatte la noia. lo volevo comprare una nuova libreria.. ne ho una strapiena e il resto dei libri sono un po' ovunque accatastati qua e là.. e molti nelle scatole! Avrei anche lo spazio.. mancano però i soldi.. cmq nonostante il casino mi piacciono anche accatastati qua e là!

PIERA buon anniversario!

**nico26** Venerdì, 04 Settembre 2015 17:15

Vacanze quasi finite e ciclo arrivato dopo 3 mesi e testa ko!!!!

**Cris83** Venerdì, 04 Settembre 2015 17:10

Ciao!!!

salutino veloce..

ora vi leggo..

scusate sono di poche parole!

un abbraccio ♥

**Piera** Venerdì, 04 Settembre 2015 16:35

continuo a sbagliare : a me mi non si dice !!!! e pescitto nemmeno 😊

**Piera** Venerdì, 04 Settembre 2015 16:16

ho sbagliato a scrivere, a me mi ha prescitto UNA scatola solo 😊

**paula1** Venerdì, 04 Settembre 2015 16:06

PIERA Sì Sì pure a me 2 scatole...che sono poi quasi 2 mesi..

**Piera** Venerdì, 04 Settembre 2015 14:58

Paula sei stata fortunata che ti ha fatto le ricette per due mesi!!! a me me l'ha fatta per uno, siccome la dottoressa aveva scritto che dovevo fare un mese e poi dirle come va....ha detto le prescrive due scatole , perche' se poi non va bene???? e io che potevo dire???? 😊 bando agli sprechi 😊 ha ragione lui mi sa 😊 anche se spero con tutto il cuore che la cura funzioni 😊

**paula1** Venerdì, 04 Settembre 2015 14:47

Buon pomeriggio a tutti...qui di pioggia nemmeno l'ombra 😊 😊 di zanzare invece sì 🦟 sto riordinando la libreria (ogni tanto ci vuole)... mi hanno chiamato dal lavoro e come solito, (visto che sono scema) senza nemmeno salutarmi, la caposala mi ha detto che mi lascia a casa anche lunedì e rientro martedì mattina quindi le notti sono saltate....punto...

una freddezza unica... 😞

vabbè, non mi aspettavo niente di più...

sono andata dal medico di base a farmi la ricetta della pillola (mi ha fatto solo due mesi...che non si sm.....) e non le ho pagate niente...che se invece le compro costano 17,41eu a scatola...oh ogni tanto un po' di risparmio dopo tutte le tasse che paghiamo 😊 😊

**mamma\_lara** Venerdì, 04 Settembre 2015 14:01

Questa pomeriggio sul tardi ho un appuntamento, devo documentarmi quindi ho un po' da fare.

Periodo denso di lavoro. Ottimo, fosse sempre così 😊 😊 😊 😊 😊 😊

**mamma\_lara** Venerdì, 04 Settembre 2015 13:59

Annuccia, mi spiace, però sappi che ti sono vicina e per solidarietà anche se non sono arrabbiata

eccone un po' anche da me 🦠 🦠 🦠 🦠 🦠 🦠 🦠 🦠 🦠 🦠

**mamma\_lara** Venerdì, 04 Settembre 2015 13:57

Piera, buon anniversario anche da me. Tu e Giorgio siete proprio bellissimi. ♥ ♥ ♥

**mamma\_lara** Venerdì, 04 Settembre 2015 13:54

Ehhh si, la menopausa è una brutta bestia. Io ormai sono più di 20 anni e vi ho sempre detto che ho avuto un peggioramento significativo su tutti i fronti.

Ma con quella ho a che fare.

Certo che mi spiace per voi

**Piera** Venerdì, 04 Settembre 2015 09:12

Paula grazie!!! sono contenta che vada tutto bene la' sotto 😊😊 e specialmente che ti sia trovata bene con la dottoressa Nascetti .....pero' la menopausa e' proprio una brutta bestia 😊

**paula1** Venerdì, 04 Settembre 2015 09:04

Buon giorno a tutti...qui sole...per ora....

PIERA Buon Anniversario..e grazie ancora per il suggerimento della dottoressa ginecologa... 😊 quindi ieri ho fatto la visita ginecologica...va tutto molto bene ed è confermata la menopausa...mi ha spiegato alcune cose e fatto scegliere come proseguire questo "percorso" di assestamento che durerà circa 3 anni...la menopausa accentua alcuni sintomi che avevamo già in passato...ad esempio i dolori muscolari o l'insonnia o le cefalee, ecc...

io, che comunque ho sempre ribadito che quando prendevo la pillola stavo molto meglio, ho scelto di prendere nuovamente un farmaco ormonale (diverso dalla pillola classica), partiamo con 6 mesi estendibile a un anno e vediamo come va.....tra un mese chiamarla (sottolineato nella lettera con "!!"... 😊 )...

ora il mio dubbio è se tornare dalla osteopata oppure aspettare...certo che tra ieri e oggi i dolori sono peggiorati... 😞

poi ho deciso di andare a vedere una piccola palestra vicina a casa dei miei genitori dove fanno varie discipline...mi incuriosisce molto il Pilates...

un'altra cosa alla quale dovrò porre massima attenzione sarà l'alimentazione, perchè non mi ha nascosto che si ingrassa anche senza mangiare....ecco..non era proprio ciò che volevo, ma dovrò aumentare la concentrazione nei miei "pomeriggi furenti" 😞😞

**Piera** Venerdì, 04 Settembre 2015 08:38

Annuccia mi dispiace per il 😞 ,

Non so se siamo romantici....ci amiamo molto questo si' 😊

**Annuccia** Venerdì, 04 Settembre 2015 07:46

PIERA, buon anniversario!!!! non pensavo foste così romantici..... 😊

**Annuccia** Venerdì, 04 Settembre 2015 07:45

Buongiorno , ho un diavolo per capello. Se sbollo a dopo..... 😞😞

**mamma\_lara** Venerdì, 04 Settembre 2015 07:41

Vado a preparare la documentazione che devo portare con me. Poi arriverò anche a leggere i messaggi che avete scritto nei due giorni che non ho acceso il computer. 😊

**mamma\_lara** Venerdì, 04 Settembre 2015 07:40

Mariagrazia, anch'io ho eliminato cose,ogni tanto faccio un ripasso anche se non dipingo casa, o forse perchè Gabriele è sempre lì che dipinge, questa settimana ha dipinto una parete della camera da letto 😊

Non ti stancare troppo cara

**mamma\_lara** Venerdì, 04 Settembre 2015 07:38

Feffe, alle volte facciamo fatica a sopportare noi stesse e abbiamo anche da dire con la famiglia anche se le abitiamo lontano, immaginati come possiamo andare d'accordo sempre con persone che abbiamo attorno per tutta la giornata, poi ci sono le dinamiche che ognuno mette in campo.....mamma mia che casino tutto questo. Ci vuole pazienza e ancora di più. Poi alle volte non basta.

**mamma\_lara** Venerdì, 04 Settembre 2015 07:35

Cri, io sono arrivata forse prima e non l'ho letto il tuo messaggio.

**mamma\_lara** Venerdì, 04 Settembre 2015 07:33

Piera, la testa fa dannare sicuramente proprio perchè ci sono anche le vampate. 😞  
Brutto periodo la menopausa. Ricordo che è stato verso i 38 anni che ho peggiorato il mio MDT e da lì è stato tutto un andare peggiorando. Da lì è arrivato un peggioramento nella frequenza ma anche nell'intensità del dolore che ho cercato di arginare come potevo peggiorando la situazione fino a rendere la mia vita invivibile. Sai, neppure so come ho fatto a farcela. Poi siete arrivati voi e un cambio radicale che mi ha salvato veramente. Ora poi è un trionfo visto a come sto. 😄😄😄😄😄  
Anche a me arrivano le vampate e dopo averlo detto a Gabriele sembra se ne accorga solo ora, infatti ogni tanto mi dice che sono tutta rossa. Dovevo stare zitta 😞 Le vampate sono cose mie 😊

**Simona** Venerdì, 04 Settembre 2015 07:27

Buongiorno adoraro forum 😄😄  
Cri anche a me pareva di averlo letto il tuo messaggio ieri mattina..

**mamma\_lara** Venerdì, 04 Settembre 2015 07:25

Buongiorno a tutti.  
Questa mattina ne ho un bel po' da fare, ci leggeremo nel pomeriggio. Devo andare in Comune per un sacco di cose.  
Poi parrucchiera perchè sembra una pannocchia spennacchiata.  
Mi sa che sulla mia casa si è abbattuta la maledizione di montezuma, ora anche il citofono non funziona, meno male che lunedì mattina arriveranno a controllarlo. 😊

**cri69** Venerdì, 04 Settembre 2015 05:54

Buongiorno e ancora non piove...speriam bene...

**mariagrazia** Giovedì, 03 Settembre 2015 22:36

Un saluto ed un abbraccio a tutti.  
Noi abbiamo ripreso a pitturare casa e ne approfitto x sistemare e buttare cose.  
Dire che sono stanca è poco.  
A domani

**feffe81** Giovedì, 03 Settembre 2015 22:21

CRI io l'avevo letto il tuo messaggio del buongiorno!  
Buonanotte a tutti

**feffe81** Giovedì, 03 Settembre 2015 22:20

Salutino 😊 anche per me oggi giornata di dinamiche complesse al lavoro, penso che le relazioni con i colleghi e i superiori siano la parte più difficile  
Per i prossimi tre giorni ho un carnet strapieno, mondanità 😞  
Oggi ho schivato il mdt! Mi stava venendo ma poi si è calmato da solo

**cri69** Giovedì, 03 Settembre 2015 21:30

LARA ora vorrei solo che l'uomo venisse a casa per andare a letto....che poi ci vado lo stesso,oggi la testa ha fatto i capricci ,insomma è inutile io sento anche la pioggia,non solo il vento.Sistemo la cucina e vado...l'uomo si arrangerà...notte

**Piera** Giovedì, 03 Settembre 2015 21:29

Lara le vampate da oggi mi sembrano meno "violente" , ci sono ma durano poco!!! e ne ho un po' di meno....la testa invece mi fa dannare , ma forse per lei non ci vorrebbero proprio le vampate 😊😊

**mamma\_lara** Giovedì, 03 Settembre 2015 21:14

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

**mamma\_lara** Giovedì, 03 Settembre 2015 20:48

Rossana, mi hai fatto ridere con la tua abbronzatura da albina 😊  
Anche tu un po' ufo, senza offesa ovviamente 😊

**mamma\_lara** Giovedì, 03 Settembre 2015 20:46

Rossana 😄😄😄😄😄

**rossana** Giovedì, 03 Settembre 2015 20:46

Se se, PAULA te la consiglio la LARA se te la vedi brutta con noi 😊  
Ehhhh,, come no: dalla padella alla brace 😊

**mamma\_lara** Giovedì, 03 Settembre 2015 20:46

Piera, come vanno le vampate di calore?

Volevo dirti che ci sono periodi che a me ne arrivano anche più di 3 o 4 al giorno, alle volte capita che ne arrivano anche un po' di più, per fortuna non durano molto.

**mamma\_lara** Giovedì, 03 Settembre 2015 20:44

Cri, il cielo è coperto, spero che domani ci sia non troppo caldo e che non piova. Non so, dimmi poi cosa desideri che vediamo di aggiungere.

Tanto sperare non costa nulla e porta cose positive nell'anima. Mi piace pensare che tutto vada bene a tutti, questo chiedo sempre. Poi si sa che nel tutti, tutti tutti proprio non ci sono, ma loro non fanno parte dei miei pensieri, se lo fossero avrei le giornate rovinare fin dalla prima mattina

**mamma\_lara** Giovedì, 03 Settembre 2015 20:40

Paula, per il convegno

**mamma\_lara** Giovedì, 03 Settembre 2015 20:39

Paula, se te la vedi brutta cedi la tua stanza e rifugiati da me. Se le stanze sono occupate il divano mio è troppo ma troppo comodo

**mamma\_lara** Giovedì, 03 Settembre 2015 20:37

Cri, le mail sarebbero state molte di più, perchè ho risposto a parecchie di quelle che ho ricevuto e ho anche salvato tutti i dati che contenevano prima di cancellarle.

Sarebbero state almeno il doppio se non avessi fatto questo. 😞😞😞😞

**mamma\_lara** Giovedì, 03 Settembre 2015 20:34

Maya, lascia perdere. Se anche hai fatto il corso, nell'azienda forse non sei responsabile del primo soccorso.

Poi sono anche meno responsabilità da parte tua. Lascia fare e vedrai che fra un po' come dice Piera non sarai più l'ultima arrivata. 😊

Si, la dottoressa Ferronato è la nostra Cecilia

**Maya** Giovedì, 03 Settembre 2015 20:29

ok Piera,contaci....senza alzare le mani.NATURALMENTE.....al limite una spruzzatina di vernice,magari verde Kawasaki..... 😊😊😊😊 il rosso Ferrari non posso .....è roba di Feffè...!!!!

**Piera** Giovedì, 03 Settembre 2015 20:20

appena diventi "anziana" gli dai un bello stop 😊😊 senza alzare le mani mi raccomando che non e' educato!!! 😊😊

**Maya** Giovedì, 03 Settembre 2015 20:12

Piera .... 😊😊 ok...uffi però !!!!

**Maya** Giovedì, 03 Settembre 2015 20:11

mami la nostra dott Ferronato è Cecilia del biofedbaak ???

**Piera** Giovedì, 03 Settembre 2015 20:03

Maya sei l'ultima arrivata.....dai aspetta che prendano qualcun'altro cosi' diventi penultima 😊😊

**Maya** Giovedì, 03 Settembre 2015 19:01

ecco poi coi ragazzi è tutto un dire....di urla ,di battute !!!!! lo definirei una scimma urlatrice,che le scimme non mi danno noia,ma questo 😡😡 ,bhoooo.non sò.

**Maya** Giovedì, 03 Settembre 2015 18:57

☹️ ciao...oggi rido meno,rieccomi a dover capire come pormi al lavoro,ho difficolta'con un uomo,onnipotente,onnipresente,anche oggi che un ragazzo si e' fatto male ha dovuto lui intervenire,sanno tutti che ho fatto il corso di primo soccorso, che in questi casi io verifico la gravità,mi faccio aiutare e nel caso,si fa' venire il titolare che è nell'altro capannone,a cinque minuti di auto....

**cri69** Giovedì, 03 Settembre 2015 12:49

Stamattina prima dell'alba vi avevo dato il buongiorno ma non c'è ,va bene anche adesso ?Buongiorno gente.

Confermo le mail di Lara 😊 .

Ross,va bene oggi ,solo 31 ° ci farei la firma perchè rimanesse così,hanno messo pioggia domani,vedremo.

Vado a fare un pisolino ,a stasera.

**mamma\_lara** Giovedì, 03 Settembre 2015 12:31

Paula, fai bene a spostare la libreria, io non devo vendere la mia casa ma sposterei sempre i mobili e tutto quello che posso. Non credo che alla scusa di Fausto, sai che anche Gabriele è così, a lui piacciono le cose come stanno e guai a cambiare.

Zeno ogni volta che viene a Ferrara va da un suo amico osteopata e gli sistema un dolore che ha perennemente alla spalla solo sistemando una cosa che proprio non ricordo che lo fa digerire male. E' lo stomaco a procurargli il dolore alla spalla. Vedi mo che roba. Poi non è che sta male ancora, va avanti per un bel po' senza quel dolore.

**mamma\_lara** Giovedì, 03 Settembre 2015 12:27

Annuccia, è quello che farò io quando Emma sarà grandicella. Prenderò una casetta in affitto a Siracusa tutta l'estate così così potrò stare un po' anche con Zeno. Tanto gli anni passano e le cose cambiano alle volte tanto repentinamente che neppure te ne accorgi.

Ma come hai detto tu speriamo il meglio per Andrea.

**Piera** Giovedì, 03 Settembre 2015 12:25

Annuccia certo che se parma fosse stata sul mare, prendevate due piccioni con una fava 😄😄 , non ci pensare : una soluzione c'e' sempre vedrai 😊

**Annuccia** Giovedì, 03 Settembre 2015 11:53

Oggi una mia amica in palestra per consolarmi mi ha detto "prenderete una piccola casetta vicina a loro e farete un po' a Roma e un po' lì, quando sarete in pensione"! vi devo dire che un po' mi ha consolata ..... certamente in affitto a periodi.

**Annuccia** Giovedì, 03 Settembre 2015 11:51

Buongiorno a tutti! sono un po' di fretta oggi. Stasera Andrea ha un colloquio a Parma..... non so cosa sperare. Sicuramente il meglio per lui, ma chissà se l'andare vicino al fratello per lui sarebbe la cosa migliore. Qui a Roma la situazione lavoro è veramente nera nera.

**paula1** Giovedì, 03 Settembre 2015 08:38

Buon giorno a tutti...qui sole...mah avevano detto pioggia....però va bene perchè anche oggi devo scendere in città...

PIERA esatto ! con la metà dei chilometri 😄😄

ieri sera avevo male dappertutto anche alla gamba dove mi era passato 😞 me lo aveva un po' detto l'osteopata... 😞

e oggi vediamo cosa dice la ginecologa....

ieri ho smontato e spostato un terzo della libreria..e l'ho messa nell'ingresso...oggi devo rimetterci sopra i libri... 😞😞

devo fare con quello che ho perchè Fausto dice che non vuole spendere soldi a mettere altri mobili o fare dei lavori...e come "scusa" dice sempre che io la voglio vendere 😞 che è vero, ma visto che non si batte chiedo su quel fronte la volevo almeno rimodernare un po'...vabbè intanto due cosette le ho messe... 😊

**mamma\_lara** Giovedì, 03 Settembre 2015 08:19

Ho corretto il messaggio rivolto a Rossana perchè avevo tralasciato un meno.  
La fretta alle volte mi fa scrivere di quelle cose che non le saltano neppure i cavalli

**mamma\_lara** Giovedì, 03 Settembre 2015 08:16

Vado a copiare di nuovo. Non vi dico la lentezza del lavoro perchè mi scappa da ridere

**mamma\_lara** Giovedì, 03 Settembre 2015 08:15

Maya, parlavo proprio ieri di te con il Prof. Avato e con la nostra Dott.ssa Ferronato 😊😊😊

**mamma\_lara** Giovedì, 03 Settembre 2015 08:14

Cara Rossana, è grave per chi tocca e per i bimbi coinvolti.  
Io sono solo spettatrice.

L'ho saputo troppo tardi perchè saperlo prima potevo attivare qualcuno, ma troppo tardi, gli uffici erano tutti chiusi e avevo il cellulare di una sola persona che non chiamavo da tempo. Però per il da fare che ha e il lavoro che fa forse lo avrà pure cambiato, gli arrivano offese da ogni dove per la sua attività. Ho fornito l'indirizzo e gli ho detto di dire che lo mando io, spero che qualcosa si risolva. Non oso chiedere nulla e gli ho detto che se ha bisogno io ci sono. Poi faccio come facevano i contadini nel film l'albero degli zoccoli, sto fuori dai piedi per rendere la cosa meno umiliante per chi la vive.

**rossana** Giovedì, 03 Settembre 2015 07:12

CRI spero che la tua giornata non sia troppo pesante.  
E troppo calda....

**rossana** Giovedì, 03 Settembre 2015 07:10

Ma che bello trovare dei sorrisi mattutini

**rossana** Giovedì, 03 Settembre 2015 07:08

Buongiorno a tutte,

LARA un tuo post a quell ora 😊

Oh mamma spero non sia troppo grave.

**Simona** Giovedì, 03 Settembre 2015 07:06

Buongiorno adoraro forum 😊

**Maya** Giovedì, 03 Settembre 2015 06:55

Tanto lavoro ma belle soddisfazioni. 😊

**Maya** Giovedì, 03 Settembre 2015 06:54

Buona giornata.. 😊 ..tutto bene.

**mamma\_lara** Giovedì, 03 Settembre 2015 05:37

Buongiorno a tutti.

Oggi giornata pesante per un episodio che dovrà succedere. Non posso dirlo qui e non è coinvolta la mia famiglia, lo stesso però ci sto pensando e non posso farne a meno. Non ho tempo di dirvelo in privato, ma ve lo dirò non appena posso.  
Meglio che vada a lavorare così sto occupata e lontana spero da questo pensiero

**mamma\_lara** Mercoledì, 02 Settembre 2015 22:32

Ora meditazione.

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

**mamma\_lara** Mercoledì, 02 Settembre 2015 22:30

La foto l'ho mandata al gruppo di auto aiuto così Cri può testimoniare che dico il vero. 😊

**mamma\_lara** Mercoledì, 02 Settembre 2015 22:29

Ho 419 mail da leggere. Ho fatto una foto perchè penso sarebbe impossibile crederci. Piano piano farò tutto tutto. 😊

Se non rispondo portate pazienza un paio di giorni. 😊

**mamma\_lara** Mercoledì, 02 Settembre 2015 22:26

Feffe, quanto è vero ciò che dici, infatti come ho scritto prima, non è indispensabile sia importante per gli altri se lo è per me. E' questo che penso sempre e spero proprio di non fare mai male a nessuno. Certo che anche quello del non fare male a nessuno è un po' soggettivo, perchè è impossibile penso riuscire in questo, metti chi è invidioso come faccio a non fargli del male, alle volte a queste persone per essere tristi gli basta vedere uno felice. Quindi faccio ciò che mi fa star bene cercando di non fare male con azioni cattive.

Adesso tu dirai "e allora tutte le cose che ci sbatti in faccia senza pietà cosa è quello" Porta pazienza cara, è la dieta e la mancanza di carboidrati.

**cri69** Mercoledì, 02 Settembre 2015 21:26

Buonasera, il primo gg è andato, per fortuna non è stato caldissimo. nel pomeriggio ho portato a casa mia sorella, ha la febbre, la settimana scorsa suo marito, la settimana prima il ciccino....il prossimo ?Avanti sempre.

tra un pò a nanna ,domani sveglia alle 5.30. Notte serena.

**feffe81** Mercoledì, 02 Settembre 2015 20:56

SIMONA ho letto la recensione che avevi segnalato del nuovo film di animazione Inside Out, mi ispira parecchio! ho visto il trailer 😊 vedo se riesco a convincere qualcuno a venire con me a vederlo

**feffe81** Mercoledì, 02 Settembre 2015 20:54

PAULA ha ragione ROSSANA, dopo le minacce mie e di SIMONA sei coraggiosa a venire alle Giostre 😊  
MAMMALARA penso dobbiamo fare i conti con la nostra coscienza e basta. Se stiamo facendo quello che è giusto per noi e non stiamo creando sofferenza, allora quella è la strada. Per me è così, quel che dicono gli altri torna da dove è venuto. Fa un po' male vedere che spesso fanno colpire perchè affondano il colpo dove sanno che abbiamo una debolezza o una questione non del tutto risolta...

**feffe81** Mercoledì, 02 Settembre 2015 20:47

PAULA io voto yoga 😊

**Piera** Mercoledì, 02 Settembre 2015 19:13

Paula ne hai fatti di chilometri eh!!! meno male che la ginecologa, e' piu' vicino 😊😊

**mamma\_lara** Mercoledì, 02 Settembre 2015 19:11

Sto finendo la locandina, ora aspetto alcune notizie poi la termino.

Ora vado, questa sera ho a cena il mio bimbo grande e me lo voglio godere un po'

**paula1** Mercoledì, 02 Settembre 2015 18:46

Buon pomeriggio a tutti...incontro con l'osteopata fatto 😊😞 non ci ho capito granchè...ora ho solo male alle gambe e mi sono fatta 120 km in scooter....prossimo incontro a metà settembre... domani invece ho la visita dalla ginecologa..

praticamente faccio un tagliando completo prima di rientrare al lavoro 😊😊

stanotte la testa ha fatto i capricci, ma non volevo prendere niente per non interferire con la seduta osteopatica...meno male che poi si è messa buona.. 😊

mi ha consigliato il nuoto (che non farò mai), l'agopuntura, il pilates o lo yoga.....credo che stavolta qualcosa dovrò decidermi a fare... 😊

**Cris83** Mercoledì, 02 Settembre 2015 18:43

Ciao..

vado di fretta.. oggi sono riuscita a venire a lavoro..

l'attaccone di emicrania è finito.. per adesso, spero tanto sia un caso isolato e di passare meglio i prossimi giorni!

non sono riuscita a leggervi..

ora corro a fare un po' di spesa che ho il frigo che fa l'eco..

un abbraccio forte..

**mamma\_lara** Mercoledì, 02 Settembre 2015 17:23

Eccomi qua, riunione finita. Devo solo correggere la Locandina poi creo l'evento così potete vedere di che bellezza è il Convegno quest'anno. Arrivo, mi raccomando non andate via ♥

**rossana** Mercoledì, 02 Settembre 2015 16:46

SIMONA evvai.....

Aiuto. adesso mi fai un po paura. 😬

**rossana** Mercoledì, 02 Settembre 2015 16:45

Sono la più bianca della spiaggia.

In albergo ho il primato anche lì, e si che di persone ce ne sono qui.

Praticamente stando al sole da bianca divento albina..... 😬

**Simona** Mercoledì, 02 Settembre 2015 15:46

Io ultimamente uso il burro chiarificato.. se lo trovo..perché nei piccoli supermercati non c'è. .. è più salutare del burro normale.. e cmq si può fare anche a casa con un panetto di burro normale...

Lara bentornata a tempo pieno on Line 😊😊 bhe sappi che per me il lavoro che fai è importantissimo. .. e penso tu sia una gran lavoratrice .. e chi pensa il contrario può pure andare a fare un giro in quel paese là. ..dove ci sono già un bel po di persone "simpatiche" con cui si troverà molto bene... 😊😊

**rossana** Mercoledì, 02 Settembre 2015 15:43

Ah ecco, grazie PIERA 😊

**Piera** Mercoledì, 02 Settembre 2015 14:53

Rossana il burro lo devi mettere sopra alla marmellata 😊😊

**nico26** Mercoledì, 02 Settembre 2015 14:11

Vi voglio bene

**rossana** Mercoledì, 02 Settembre 2015 14:09

Amiche cheto: se la mattina a colazione metto il burro sotto la marmellata. ....non è che il colesterolo scende anche a me? 😬😬😬

**rossana** Mercoledì, 02 Settembre 2015 14:07

Aiuto: ho mangiato insalata greca light, rigatoni verdure e speck, bistecchina di manzo con crocchetta di patate (forse ricavata dalle patatine fritte di ieri....) e ora cocomera.

Sono sempre affamata, dove va quel che mangio non lo so proprio.

**mamma\_lara** Mercoledì, 02 Settembre 2015 12:44

Vado a mangiare la pappona

**mamma\_lara** Mercoledì, 02 Settembre 2015 12:43

Cosa devo dire, se non che vi voglio bene.

In questi giorni mi è anche stato detto ma non è che poi il tuo lavoro è così importante, lo è ma solo per te.

Dentro di me ho incassato e mi sono detta che non è indispensabile sia importante per gli altri se l'è per me.

Poi ricevo messaggi che mi copio e tengo come tesori. Uno è arrivato anche questa mattina da Annuccia e andrà ad accompagnarsi ai tanti che tutte/i voi mi avete scritto in questi anni e come ho scritto anni e anni fa se non sono nel mio cassetto sono dentro al mio cuore o alla mia memoria. Ma li stanno e mi fanno bene meglio di un farmaco.

Grazie di cuore.

♥ e questo lo moltiplicate per tutto l'universo mondo

To mo

**mamma\_lara** Mercoledì, 02 Settembre 2015 12:38

Ancora tiene. 😊😊😊😊 e ancora mille. Ho stampato tutti ma tutti gli indirizzi poi piano piano me li copio. Ho messo in preventivo ci vorranno almeno 4 mesi per farlo, ma vado adagio senza

stress. Non mi da noia farlo, anzi, per me lavorare è una fonte di gioia sempre se il lavoro poi risolve per sempre il problema.

Ma non è che in questi giorni sono stata con le mani in mano, avevo già il computer di Gabriele pronto con tutto o quasi quello che mi serviva per lavorare, poi ora che ho stampato anche tutti gli indirizzi mail sono operativa al 100%.

Ho anche chiesto alla nostra web master di modificarmi la password di accesso dell'amministratore e in un paio di minuti aveva già fatto.

Poi avevo sistemato un po' tutto il resto o quasi.

Però speriamo rimanga acceso per un po' di mesi così faccio in tempo a copiare tutto senza che mi debba privare di mandarvi le informazioni che vorrei aveste. Con il convegno imminente sarebbe stato proprio un danno.

**Annuccia** Mercoledì, 02 Settembre 2015 12:03

Dispiace anche a me non poterti aiutare, ma penso che da lontano non è proprio fattibile. Ieri sera siamo andati a cena con parte dello studio e propri compagni per festeggiare il compleanno di mia sorella. Siamo stati bene e lei era contenta di aver organizzato.

**Annuccia** Mercoledì, 02 Settembre 2015 12:01

Buongiorno a tutti!

alzata con il dolore, ma ora meglio.

LARA, un bel poema hai scritto a Paula..... ogni tanto a ruota ci tocca un messaggio che ci fa bene e che ci fa riflettere. Grazie anche per questo. Non so come spiegare ma ragionare con la testa di una persona che si sa quanto ci voglia bene è rincuorante.

**rossana** Mercoledì, 02 Settembre 2015 10:41

LARA vedi di non fare scintille tu, anzi quelle già le fai.

Intendevo dire non fulminarti 😊

**rossana** Mercoledì, 02 Settembre 2015 10:39

E se non lo sente forse ne ha uno anche più grande.

**rossana** Mercoledì, 02 Settembre 2015 10:37

PAULA dimostri di avere spalle robuste anche tu se non disdici la tua prenotazione alle Giostre 😊

Però guai a te se lo fai, noi ti e ci vogliamo bene sul serio quindi lavoreremo tutte e seriamente per aiutarci reciprocamente.

No perché qui come ovunque alzi la mano chi non ne sente il bisogno.

**rossana** Mercoledì, 02 Settembre 2015 10:33

Buongiorno a tutte,

LARA aiuto ma che lavoraccio quello degli indirizzi.

Non è che da casa ti possiamo aiutare 😊?

**mamma\_lara** Mercoledì, 02 Settembre 2015 09:43

Sono ancora "accesa", ma non rimango collegata così se si spegne il monitor posso forzare lo spegnimento del computer

**mamma\_lara** Mercoledì, 02 Settembre 2015 08:50

Dita incrociate e vediamo come butta. Non fa scintille e questo è già buono, ma vediamo se rimane acceso. Ve lo dirà fra una mezz' 😊 oretta

**paula1** Mercoledì, 02 Settembre 2015 08:46

Buon giorno a tutti...qui sole...mi preparo e vado dalla osteopata...devo fare più di 60 km 😊 e spero di trovare la strada imbranata come sono...

MAMMA LARA le tue parole invece mi sono sempre di conforto...forse devo solo "abituarmi" alla nuova situazione...io ho cercato di prendere con leggerezza la menopausa, ma forse nell'inconscio non è così...e poi chissà forse ci saranno altri motivi..che per pigrizia o carattere si cerca di non affrontare.....

FEFFE certo che parleremo al congresso...questa volta mi prendo molto più tempo....grazie

**Simona** Mercoledì, 02 Settembre 2015 07:55

Buongiorno adorato forum 😊😊😊

**mamma\_lara** Mercoledì, 02 Settembre 2015 07:29

Però penso di essere riuscita a ringraziare tutti quelli che mi hanno risposto. Lo faccio anche qui.

Grazie. ♥♥♥

**mamma\_lara** Mercoledì, 02 Settembre 2015 07:28

poco più o poco meno, non li ho contati

**mamma\_lara** Mercoledì, 02 Settembre 2015 07:27

Gli indirizzi da copiare sono 3600 poco più o poco meno ma ce la faremo. Intanto per i 200 circa che mi hanno risposto ne ho copiati una cinquantina

**mamma\_lara** Mercoledì, 02 Settembre 2015 07:25

Sono un po' indietro con tutto, lavatrici da fare 😊 stirare 🤢 e anche un po' di sistemazione di tutto il resto.

Poi Gabriele ieri ha voluto dipingere una parete della nostra stanza da letto così c'è un bel da fare anche lì.

Poi la copiatura indirizzi mica è cosa da poco, per fortuna mi avete risposto in tanti così per quelli faccio un po' prima.

Grazie tantissime a tutti/e voi

**mamma\_lara** Mercoledì, 02 Settembre 2015 07:22

Ora ho il computer di Gabriele abbastanza operativo, devo lavorarci ancora un po' ma spero di riuscire a tenermi al passo con tutto.

Oggi ho anche la riunione definitiva per farvi avere la locandina del Convegno così potete vederla anche voi.

**mamma\_lara** Mercoledì, 02 Settembre 2015 07:19

Buongiorno a tutti. Sto aspettando il medico del computer e speriamo non abbia una brutta malattia. 😊

Io sono speranzosa, ma lo sono sempre quindi non faccio testo

**cri69** Mercoledì, 02 Settembre 2015 05:59

Buongiorno, oggi si ricomincia.

A casa vediamo di arranciarci come possiamo....

Buona giornata.

**feffe81** Martedì, 01 Settembre 2015 22:08

buonasera a tutti. Oggi mdt e trip al lavoro, stavo malino ma sono tornata a casa bene e presto, tant'è che essere a casa alle 18 mi ha spiazzata 😊 ora ho la lacrima facile per un po' di dolore che ho ancora dentro

CRI buona ripresa per tua mamma!

SIMONA ti faccio compagnia con i trip...ad agosto ne ho presi 8. No, io l'ergotamina non l'ho provata. Ho provato la codeina direi ma agli albori dell'emicrania.

ANNUCCIA ti immagino mentre ti sventagli 😊 la mia amica sta meglio per fortuna!! sembra stia recuperando 😊 magari non recupera del tutto ma va benissimo così visto che si è temuto il peggio.

PAULA perdonami se sono così diretta, ma è da parecchio tempo che parli dei dolori e della stanchezza, non lo definirei proprio repentino il cambiamento. Se potessi ti alleggerirei un po' dei pensieri che hai...al convegno preparati che ti strapazzo un po' 😊

**mamma\_lara** Martedì, 01 Settembre 2015 21:33

Non leggo neppure perchè sono cotta.

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

**mamma\_lara** Martedì, 01 Settembre 2015 21:32

Paula, so che potrei farmi una manichina di affari miei, ma non posso passare oltre, diciamo che tu spera che lo faccia, ma sai bene che sono una rompi mezza rinco che mette sempre il naso negli affari

che non sono suoi.

Ma facciamo così, invece che parlare di te parlo di me e ti racconto un po' come sto diventato "grande" (nel senso che sto diventando una ragazza di una certa età).

Fin da piccolissima ho sempre avuto un gran MDT e quello ha segnato tutta ma tutta la mia vita. Lui era peggio delle coliche al fegato che facevo fin dall'età di 19 anni e questo fino a che a 29 mi hanno tolto la colecisti. Nel frattempo lavoravo talmente tanto che facevo più ore io di un orologio e questo fino a che non sono andata in pensione e i ragazzi sono diventati grandi.

Il MDT per me è stato peggio dell'epatite ma anche di tutto il resto che è arrivato negli anni. E' stato peggio anche dei dolori articolari che sempre mi hanno accompagnato fin da piccolissima, tanto da farmi dire un paio di anni fa che sto meglio ora di quando ero una ragazza.

Però ho dovuto fare i conti con parecchie fasi della mia vita dove anche solo pensare che dovevo vivere con quello che avevo addosso, dolori compresi.....

Ma come ti ho detto, sempre il male più grande era la testa.

Nel mio caso ho sempre dovuto fare i conti con dolori sparsi ovunque: piedi, mani, stomaco, gambe ginocchia, braccia, oltre alla testa ovviamente. Ma dentro di me ho sempre pensato che gli anni passavano e mica tornavo indietro, ma andavo avanti e diventavo grande. La svolta è stata quando ho iniziato a non voler più sconfiggere il male alla testa, così ho fatto anche con gli altri mali. Appunto, sto invecchiando e mi sembra impossibile non avere dolori, sono calata due centimetri di altezza e quei centimetri li sicuramente avranno scompensato un po' il mio scheletro, quindi ne risentirà un po' tutto. Ma come posso fare, dare i pugni in cielo mica riesco, così vedo cosa posso fare per riuscire a convivere anche con tutti gli acciacchi che gli anni portano con se.

Poi bisogna anche dire che esattamente l'opposto succede al nostro cervello, più passano gli anni e più pensi di diventare immortale, vorresti arrivare a fare ogni cosa visto che sei (sempre io) in pensione e il tempo ce l'hai, così non stai ferma un attimo, perchè il cervello ti dice che deve recuperare tempo perso e visto che ora il tempo c'è mica puoi star male. Sai te i nervosi che vengono quando invece il corpo non segue il cervello? lo devo elaborare ogni giorno strategie per riuscire a far capire al mio cervello che mica posso fare 10 volte le scale e neppure fare le corse come facevo 20 anni fa. Lui sembra capire, ma la mattina dopo si dimentica tutto.

Mi serve pensare che non starò meglio dagli acciacchi e mi basta riuscire a fare ciò che faccio e anche un po' di meno se si rendesse necessario. Mi sono dovuta abituare ai dolori sparsi ovunque e a vedere le stelle anche se solo Gabriele sfiora le mie gambe la notte. Mi sono dovuta abituare al male alle caviglie che solo sfiorarle vedo il firmamento e tutto questo so che non migliorerà. Dirai che sono fuori come un'antenna ma sappi che ti do ragione. Per questo finisco col dire che nella vita ho lavorato tanto per farmi un bel po' di muscoli e questi stanno tutti nella mia anima. Spero di riuscire a trovarli tutti questi muscoli quando ne avrò ancora più bisogno di ora.

Scusami cara, ti ho parlato di me, so che la tua è una cosa diversa, ma ognuno sa di se e di come vive compresa la fatica.

Come le lamentele, ognuno fa come può, c'è chi è aiutato dal lamentarsi e chi invece se si lamenta sta peggio. Vai mo a capire questi meccanismi. Io ho smesso anche di cercarli e cerco sempre di vedere i punti di vista degli altri, sai che dico sempre che è da quando cambio il mio punto di vista ho capito quale è il mio punto di vista.

Ora smetto perchè ho le spalle che gridano vendetta, scrivere in una posizione diversa mi fa male.

Ti voglio bene cara. ma detto questo vai giù dura se me le vuoi dire che ho le spalle grosse

**mamma\_lara** Martedì, 01 Settembre 2015 20:55

Sto cercando di sistemare il computer di Gabriele in modo di riuscire a lavorare anche con questo. Non so come farò visto che ho male a tutto il busto e fa male anche in zone che nulla c'entrano con la caduta.

**mamma\_lara** Martedì, 01 Settembre 2015 20:53

Si, sono diventata 007 adesso 😊😊😊😊

Ma no, mi riferivo al fatto che non riesci ad entrare nella zona riservata per fare la domanda agli esperti. 😊

**Simona** Martedì, 01 Settembre 2015 20:02

Grazie delle risposte ragazze 😊😊

Oh Mamma... ora Lara parla in codice 😊😊😊😊

**Piera** Martedì, 01 Settembre 2015 19:42

Lara cos'è? un messaggio in codice ? 😊

**mamma\_lara** Martedì, 01 Settembre 2015 18:56

mama tuti

**cri69** Martedì, 01 Settembre 2015 18:42

SIMONA io ho fatto domande all'esperto mi ha risposto dopo 2 anni, ed un'altra volta proprio nessuna risposta. Per l'accesso, ricordo che avevo chiesto a Lara perché anche a me non era consentito

**paula1** Martedì, 01 Settembre 2015 18:20

SIMONA io ho usato quasi tutti gli ergotamici...alcuni non mi facevano nulla...forse il più efficace poteva essere il Virdex, ma ha effetti collaterali che non tolleravo quindi non l'ho più preso....

**paula1** Martedì, 01 Settembre 2015 18:19

Buon pomeriggio a tutti...qui un po' di vento...speriamo non piova proprio domani 😞 ...l'osteopata mi ha dato appuntamento per le 11.15...è a 60 km quindi partirò presto...

ROSSANA...non è che sono preoccupata per il futuro, ma questo calo di energie così repentino mi dà da pensare... 😞 però sto anche cercando delle soluzioni...

il "problema" del lavoro potrebbe anche passare in secondo piano, ma non ci riesco perché dopo tanti sacrifici mi sarebbe piaciuto almeno con quello avere un po' di tranquillità....e comunque sarà argomento iniziale alla ripresa dei miei incontri con la dottoressa del DCA con la quale siamo in dirittura finale...

**mamma\_lara** Martedì, 01 Settembre 2015 18:19

Simona, a me l'ergotamina non ha mai bloccato un MDT, però non è che per questo non provavo, ogni volta speravo fosse la volta buona

**mamma\_lara** Martedì, 01 Settembre 2015 18:18

Simona, ricordami che lo chiedo a Roberto non appena il computer smette di fare il prezioso.

**Simona** Martedì, 01 Settembre 2015 16:07

Altra domanda: qualcuno di voi ha mai chiesto una consulenza nello spazio "l'esperto risponde" qui sul sito? A me non lo fa fare... 😞

**Simona** Martedì, 01 Settembre 2015 16:02

Domanda: qualcuno di voi usa ERGOTAMINICI per bloccare l'attacco di emicrania?

**nico26** Martedì, 01 Settembre 2015 14:38

Sole sole sole...mare mare mare.....for 😎 ever

**rossana** Martedì, 01 Settembre 2015 10:27

PAULA la tua età risentente già di alcuni cambiamenti rispetto all'energia e anche alla situazione muscolo scheletrica e ormonale e tutto.....ma la tua preoccupazione per il futuro in questo senso mi sembra un po' "eccessiva". Forse vi poni troppa attenzione.....Scusa se mi sono permessa e non è certo perché intendo sminuire.

**rossana** Martedì, 01 Settembre 2015 10:19

LARA 3000 indirizzi sono tantissimi....ma quanto lavoro 😞

**rossana** Martedì, 01 Settembre 2015 10:18

Buongiorno a tutte dal mare,  
camminatina e bagno fatti.

Caffè preso, giornale letto in parte.

Alberto partito, suo papà è in ospedale con varie costole rotte e respira male.

La notte è stata difficile là 😞

Cerco di staccare un po' qua per quanto possibile, bisogna ricaricarsi.

**paula1** Martedì, 01 Settembre 2015 09:02

Buon giorno a tutti...qui sole e caldo...scendo in città a prendere un libro che avevo prenotato alla biblioteca...non ne ho molta voglia, ma per rispetto alla prenotazione lo faccio...stanotte ho dormito

male e alle 5 è entrato un calabrone e ci ho messo quasi un'ora a farlo fuori...  
FEFFE forse hai ragione che la stanchezza potrebbe essere insoddisfazione...in effetti, anche se non voglio e cerco di distrarmi, penso a come sarà questo autunno..per il mio lavoro soprattutto, ma anche per la salute che inizia a cedere....giovedì vado dalla ginecologa e vediamo cosa aspettarmi dalla menopausa.....e poi devo andare dall'osteopata...ho tanta carne al fuoco per cercare di star meglio...poi tirerò le somme.....

**Annuccia** Martedì, 01 Settembre 2015 08:49

CRI, bene per la mamma.  
FEFFE, la tua amica come sta con l'orecchio?

**Annuccia** Martedì, 01 Settembre 2015 08:48

Buongiorno a tutti!  
stamani restauro, vado dal parrucchiere facendomi molto coraggio, viste le caldane..... ho una collezione di ventagli che farei invidia a qualsiasi dama ottocentesca 😊  
LARA, mi dispiace tanto, so che per te e anche per noi il computer è la vita.... per noi perché ti leggiamo di fretta.  
SIMONA, anche oggi trip. capisco bene la tua ansia. Comunque bene per le analisi.

**Piera** Martedì, 01 Settembre 2015 08:45

devi metterne molto poco, almeno così leggo in tutte le ricette di dolci che lo usano...

**Piera** Martedì, 01 Settembre 2015 08:43

Simona e' quello se usi il bicarbonato d'ammonio

**Simona** Martedì, 01 Settembre 2015 08:03

Ciao Cri 😊 😊

**Simona** Martedì, 01 Settembre 2015 08:03

Buongiorno a tutti. .. stanotte altro triptano... stamani sono a pezzi... solo perché il mio senso del dovere dice che dopo 3settimane di ferie DEVO andare a lavorare. .... ma giuro che domani se sto nuovamente male non mi impasticco ..... mi sono anche rovinata la colazione. .. ma secondo voi il bicarbonato che metto nelle cheese cake per farle lievitare può dare un odore di ammoniaca? Oggi nella torta sento sto odore di ammoniaca e non son riuscita a mangiarne più di 1 piccolo pezzettino..... eppure non ho mai sentito sto odore. .. oggi si vede che ho l'olfatto particolarmente sensibile...

Lara io arriverò venerdì 9 ottobre nel pomeriggio e non partirò prima di domenica mattina..... 😊  
😊😊😊😊 sicuro sicuro sicuro... 😊😊 ci manchi tanto, spero tu riesca a risolvere presto i problemi tecnologici..... la testa come va meglio? Il tafferuglio?

Buona giornata adorato forum 😊

**cri69** Martedì, 01 Settembre 2015 07:58

Buongiorno a tutti, stamattina una bella arietta fresca.....finalmente.Vediamo come impostare questa giornata.Baciotti

**mamma\_lara** Martedì, 01 Settembre 2015 07:01

Sono due giorni che cerco di sistemare il computer di Gabriele con tutto quello che mi serve per il Convegno. E' questo il computer che usiamo e a lui manca tutto poverino, poi è anche un po' scioppino (spero non si offenda e mi pianti a piedi anche lui) così si che sono a posto.  
Zeno si collega con TeamViewer tutte le sere e me lo sistema ma non è che ha tanto tempo.  
Vi ho letto ma non ho tempo per rispondere a tutti. Dopo devo uscire a cercare un pezzo che spero di trovare. Ma qui sembra che non si trovi da nessuna parte.  
Intanto il Convegno è quasi definito, quindi mi sarebbe utile sapere chi viene e chi no, ma anche chi è in forse.  
Grazie per la vostra pazienza. Mi mancate un sacco.

**mamma\_lara** Martedì, 01 Settembre 2015 06:48

Sto cercando di salvare tutti gli indirizzi mail sull'account di google così poi rimangono lì e se il computer si rompe me li ritrovo sempre. Solo che sono circa 3000 e ne ho un bel po' da copiare. Ma un po' al giorno riesco a farli, così non è poi tutta sta fatica 😊

**mamma\_lara** Martedì, 01 Settembre 2015 06:46

Buongiorno a tutti.

Scrivo come posso ma faccio fatica.

Cri, ho letto della tua mamma e faccio anch'io tanti auguri.

Hai ragione ad una età i genitori fanno tanta tenerezza.