

**cri69** Lunedì, 30 Novembre 2015 22:35

Resoconto di novembre 9 attacchi ,5 trip+2 ibifen.Notte serena a tutti

**lile** Lunedì, 30 Novembre 2015 21:23

Purtroppo non sono riuscita a stare una giornata intera senza... nel pomeriggio è tornato 😞 sono stata sul divano buona parte del tempo...

Sono comunque contenta di essere riuscita a essere in forma stamattina a lavoro... meglio di niente. Sento che devo aggrapparmi a questi momenti.

Ora ceno e poi nanna...

Non riesco neanche a pensare con la testa così...

buonanotte...

**mamma\_lara** Lunedì, 30 Novembre 2015 18:21

Mi sto attrezzando perchè forse ho gente a cena

**mamma\_lara** Lunedì, 30 Novembre 2015 18:21

Grazie grazie grazie a tutte voi. Vi terrò informate.

**mamma\_lara** Lunedì, 30 Novembre 2015 18:20

Elisabetta, pensa te, la protesi all'anca dovrebbe dare meno problemi di un ginocchio, invece per te non è così.

Mahh, le cose non vanno sempre come si pensa.

Ci mancano i tuoi scritti.

**Simona** Lunedì, 30 Novembre 2015 17:05

Mariagrazia mi spiaceper la tua emicrania. . Spero molli la presa presto...

Annuccia auguri alla tua mamma ..scusa il ritardo.... dai racconti che fai traspare tanta unione tra di voi... una cosa molto bella....

Elisabetta sempre tanti pensieri per te... che possa andare meglio...

Cri ho letto anche io la discussione su fb ... non ho commentato... l ho reputato inutile... con alcune teste è controproducente mettersi a confronto..

Ross che tenerezza il tuo Alberto....

**Simona** Lunedì, 30 Novembre 2015 16:55

Buon pomeriggio adorato forum. . Stamani non vi ho dato il buongiorno perché ero di corsa... esami da fare pri.a delle 8.00 .... oggi va bene... speriamo duri... l umore va un po per i fatti suoi.. cerco di accettare e no giudicare altrimenti mi imbroglio....

Isa che bello leggerti. .

Lara bene per tuo fratello..

Lile evviva finalmente un risveglio senza dolore..

Paola 63... hai un lavoro pesantuccio con il dolore che ti porti appresso.... devi avere anche tu una forza interiore eccezionale. .

Paula le rinunce alle cose che ci piacerebbe fare secondo me non fanno mai bene.. all umore

soprattutto. .. ma si sa che ognuno fa quello che può. ... delle volte prendere su e staccare la spina per 2 giorni ricarica piu di 2 giorni di ozio a casa.... 😊

**mariagrazia** Lunedì, 30 Novembre 2015 16:19

Lara ho letto di tuo fratello. Spero stia meglio.

lo oggi mal di testa. E' partito come una tensiva, ma si è trasformata in una emicrania con i fiocchi farmaco resistente

**Annuccia** Lunedì, 30 Novembre 2015 16:04

LARA, bene per il tuo fratellino!!!

**mamma\_lara** Lunedì, 30 Novembre 2015 15:45

Scusate ma devo uscire.

**mamma\_lara** Lunedì, 30 Novembre 2015 15:45

Paula, va la che la mora non è così alta se ti accorgi tu di non aver pagato.

Io non mi azzardo a comprare scarpe invernali, ne ho che porto da 10 anni e ancora vanno bene. Poi per forza non le consumo. Cammino pochissimo.

**mamma\_lara** Lunedì, 30 Novembre 2015 15:42

Maria, spero che la chetosi ti abbia portato a stare un po' meglio.

**paola63** Lunedì, 30 Novembre 2015 15:42

Buon inizio di settimana : anche novembre è andato ,sperando si porti via tutto ciò di brutto con cui si è presentato (ho fatto la rima 😊) ...Intanto un in bocca al lupo a Lara e suo fratello...leggendovi sto cercando di conoscervi piano piano...e di farmi conoscere piano piano...ho 52 anni,vivo in un delizioso paese della Ciociaria , ho un marito paziente ed adorabile una figlia appena diciottenne molto"scalpitante"...una neuropatia dispettosa e, ultimamente una cefalea ancor più dispettosa ...sono un'insegnante che prega di avere molta pazienza:un abbraccio a tutte!

**mamma\_lara** Lunedì, 30 Novembre 2015 15:40

Lile, spero sempre tanto che i miei figli sentano sempre il meno possibile la mia mancanza, Sto lavorando per questo, spero proprio di riuscire a farlo sempre meglio.

Certo che quando si è lontani è ancora più faticoso, ma per diventare grandi si passa anche da li. Ma quanta strada c'è da fare. Tanta tanta.

Però tu sei una ragazza alla quale non è difficile voler bene, questo devi proprio metterlo ben nella testa. 😊

**mamma\_lara** Lunedì, 30 Novembre 2015 15:36

Rossana, come capisco Alberto e le parole dette al papà. Ma quanta tenerezza mi ha fatto. Poi faccio sempre una grande fatica a veder soffrire un uomo, come se non fosse abbastanza attrezzato per sopportare dolori dell'anima così grandi.

Quando andavo a trovare Evelino non riuscivo a lasciarlo la e ogni volta che tornavo a casa il giorno dopo dovevo andare dal cardiologo. Pensavo non fosse collegato, invece lo era. Così in accordo con la dottoressa che lui ha consultato mi hanno detto di non andare più. Il colloquio con la dottoressa è durato parecchio e ha capito una cosa che a me sfuggiva. Io non è che facevo fatica a lasciarlo la, io facevo fatica a tornare a casa.

Così ho accettato il consiglio dei due medici e il mio cuore non ha più avuto grossi problemi.

Ma che fatica e quanti sensi di colpa. Ma Lui sa e capisce. Non avrebbe mai voluto che io stessi così male.

**mamma\_lara** Lunedì, 30 Novembre 2015 15:25

Cri, non preoccuparti per l'avermi coinvolta nella discussione. Ho detto solo ciò che pensavo. Io però non rispondo mai a questi messaggi, perchè non serve proprio. Tanto alle fine sempre che io non sto male come loro e sapessi quanto male mi ha fatto sta cosa, quindi io faccio come posso e ora facendo così sto meglio. Ma con questo modo di pensare stavo meglio ancora prima di stare meglio veramente.

Poi si sa che siamo noi che abbiamo capito quelle che devono "capire".

Ora si chiederanno se sono impazzita. No, non sono impazzita.

**feffe81** Lunedì, 30 Novembre 2015 15:24

ciao a tutti, la mia testa non va di nuovo 😞

**mamma\_lara** Lunedì, 30 Novembre 2015 12:19

Buongiorno a tutti.

Ci sono ma sto cercando un documento importante che non trovo. Vi leggo dopo

Mio fratello va ancora meglio di ieri.

Ora devono trovare la causa. Ma sempre in positivo si pensa da queste parti

**Annuccia** Lunedì, 30 Novembre 2015 12:11

Buongiorno a tutti!

ISA, che piacere leggerti.

PAULA, mi auguro tanto che abbiate un po' di pace , ma sono certa che sarà così.

**paula1** Lunedì, 30 Novembre 2015 10:56

Scendo in città...la testa sta meglio, per fortuna...Fausto ha già fatto tutto al Centro per l'impiego e all'agenzia interinale...pomeriggio va al lavoro e da domani è assunto con l'azienda a tempo indeterminato...speriamo di trovare un po' di tranquillità...  
Buona giornata a tutti....

**nico26** Lunedì, 30 Novembre 2015 10:35

Buon lunedì' dal lavoro con un attacco di cervicale e la testa se mi abbasso gira gira.Passera' pure questa 😞.

Lara sono molto contenta per tuo fratello e spero che vada sempre meglio.

Oggi ho di nuov i bimbi della mia amica e devo chiudere anche il mese in ditta da mio marito .

Boh...come faro' non so ma non mi sono sentita di dirle di no visto che sta da m....!

**paula1** Lunedì, 30 Novembre 2015 09:48

ISA è sempre un piacere leggerti...dico sempre che vengo su dalle tue parti, ma anche a Novembre che ho avuto l'occasione per far visita a mio fratello, ero tremendamente stanca e ho

rinunciato....sinceramente non so se tutte queste rinunce fanno poi bene... 😞😞

ti confermo che usiamo ancora la "marca" del posto di lavoro di tua figlia 😎😎😎

**Isa** Lunedì, 30 Novembre 2015 09:37

Mando un abbraccio fortissimo a tutti voi. Vorrei nominarvi una per una ma ho paura di dimenticare qualcuno. Un grazie alla nostra Lara che combatte sempre per noi. Un benvenuto a Paola63 e un grosso in bocca al lupo a Feffe per il nuovo lavoro. Vi voglio tanto bene. Buona giornata e buona settimana.

**Isa** Lunedì, 30 Novembre 2015 09:31

Il mese di ottobre per la mia testa è stato da incorniciare. 40 GG senza trip! Non per merito mio ma perché non ho avuto crisi forti. In compenso novembre si è rivelato il mese bastardo che è per me e mi ha fatto pagare tutto con gli interessi. L'unica nota positiva è che tra 12 GG ho l'appuntamento per la visita propedeutica al trattamento con la tossina botulinica. È l'ultima speranza!

**Isa** Lunedì, 30 Novembre 2015 09:26

Mi ha fatto come sempre tanto piacere rivedervi a Ferrara e conoscere la bellissima e dolce Lile. Peccato non aver potuto abbracciare Elisabetta, Monica, Giuseppina e altre che non hanno potuto venire.

**Isa** Lunedì, 30 Novembre 2015 09:22

Lara ha letto di tuo fratello. Tanti pensieri positivi anche da parte mia. Non ho avuto modo di dirvi quanto mi è. Piaciuto quest'anno il convegno del mese scorso a Ferrara. Sono felice per Lara che con tanto sacrificio ha sconfitto il suo tormento. E per tutte le amiche che grazie al bravissimo Dott. Di Lorenzo stanno meglio con la loro emicrania grazie alla chetogenica.

**Isa** Lunedì, 30 Novembre 2015 09:17

Buongiorno carissimi. Sono dal meccanico e devo aspettare almeno un'ora per riavere la macchina. Approfitto che c'è una buona connessione per scrivervi finalmente.

**lile** Lunedì, 30 Novembre 2015 08:44

Buondi!!

LARA sono felice che tuo fratello stia meglio, continuo a mandarti tanti pensieri positivi 😊

Oggi dopo 10 giorni mi sono svegliata senza mdt! Stavo iniziando a dimenticare la sensazione della testa davvero sgombra da qualsiasi dolore...

Ora spero solo di riuscire a non esagerare nel cercare di recuperare il tempo perso in questi giorni...  
Buona giornata a tutti!!!

**paula1** Lunedì, 30 Novembre 2015 08:43

Buon giorno a tutti...qui sole...sono ancora a casa e scenderò con la corriera alle 11...scendere con Fausto era troppo presto, stanotte ho avuto una emicrania atroce...un dolore davvero molto forte.....ho preso solo Oki però...ora sto leggermente meglio, ma sono rintronata e mi lacrimano gli occhi... 😞😞

per fortuna il tempo è bello e vorrei quasi azzardare a portare a casa Selladicavallo stasera...vedremo..

**cri69** Lunedì, 30 Novembre 2015 08:09

Buongiorno a tutti, buon inizio settimana. Spero stiate tutti bene, i pensieri sono tutti alti per chi ne necessita.

Tobia ha aperto gli occhietti, è troppo bello, è ciiccottissimo, più di 6 hg 😄.

Vado a dargli il buongiorno...mamma permettendo... 😊

**Annuccia** Domenica, 29 Novembre 2015 21:29

Rossana, si sono andata. Tutto bene tranne corto circuito provocato dal forno per fortuna a fine cottura della pasta al gratin che aveva preparato mamma. Dopo pranzo i due ingegneri si sono messi ad aggiustare il tutto, con noi donne che facevamo le attendenti 😊😊 comunque tutto ok

**mamma\_lara** Domenica, 29 Novembre 2015 21:20

Mio fratello va meglio. Grazie a tutte voi ♥

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

**paula1** Domenica, 29 Novembre 2015 20:34

Buona sera...oggi giornata indolente...ho una gran stanchezza addosso e la testa ha fatto i capricci tutto il giorno...sono riuscita solo ad andare a comprare un paio di scarpe al volo al centro commerciale poi siamo tornati verso le nostre zone...ho passato quasi tutto il pomeriggio sul divano...ora doccia poi nanna...domani scendo con Fausto così lui va a fare i giri dell'assunzione nuova e io altri giri per me tipo ricette dal medico e bollo di Sella.... 😞 che mi scordo sempre e sono in mora... 😞

😴😴 buona notte a tutti 😴

**Cris83** Domenica, 29 Novembre 2015 19:31

LARA pensieri positivi x tuo fratello..

Ti abbraccio fortissimo ♥

**Cris83** Domenica, 29 Novembre 2015 19:29

Ciao!

Sono un po' latitante ultimamente..

Tra un po' di emicrania e impegni vari.

Ieri e oggi due giorni del corso pieni pieni.. Ora ho la testa che non regge più..

Se riesco mangio qualcosa e poi dritta a letto..

Un abbraccio forte forte ♥

**rossana** Domenica, 29 Novembre 2015 18:53

ANNUCCIA sei riuscita ad andare alla festa?

FEFFE spero che la crisi sia rientrata da sè.

**Annuccia** Domenica, 29 Novembre 2015 18:40

Buona domenica a tutti! Lara continuano i miei pensieri e vedrai che tutto andrà per il meglio.

**Maria9195** Domenica, 29 Novembre 2015 17:52

LARA solo pensieri positivi.

Un forte abbraccio, Ti sono vicina

**rossana** Domenica, 29 Novembre 2015 15:43

Ciao a tutte,

ho letto di tuo fratello e spero continui così.

Restiamo positivi

**nico26** Domenica, 29 Novembre 2015 14:53

Buona domenica pom. Sono di corsa perché sto aiutando una cara amica che ha 2 bimbi che non sta per nulla bene per cui ci si rimbocca le maniche e via che si va! Pensate che domani ha una visita un con lumiere a 300€!!! 😞.

Lara il nostro pensiero per Giorgio in primis e che possa migliorare sempre di più'.

**Elisabetta** Domenica, 29 Novembre 2015 13:05

Lara, spero che tuo fratello, sostenuto dagli affetti forti che sono la medicina migliore, superi questo momento difficile.

Io procedo bene col ginocchio, ma l'anca continua a non reggere. Proseguo la mia costosa fisioterapia anche se con scarse speranze. Sono sempre tanto stanca. A questo è dovuta la mia scarsa loquacità. Ma siete tutte nel mio cuore.

Un bacio. Elisabetta

**mamma\_lara** Domenica, 29 Novembre 2015 12:27

Buongiorno a tutti.

Il mio fratellino da segni di ripresa che fanno ben sperare.

Grazie grazie mille a tutte.

Oggi doveva essere qui Stefania con la famiglia, abbiamo rimandato il pranzo e questo va a complicare una situazione che cercavo di sistemare per la prossima domenica. Mi sa che farò fatica a farci stare una cosa a cui tenevo tantissimo. 😞😞😞

ora però ho pensieri solo per Giorgio. Scusate.

Grazie grazie grazie ♥

**paula1** Domenica, 29 Novembre 2015 11:02

qui sole...MAMMA LARA è certissimo che tutti i pensieri positivi adesso sono per tuo fratello...spero non sia nulla di grave...

io stamattina avevo male alla testa...ho preso due Oki ora sto un po' meglio ed esco...ieri sera siamo stati qui in frazione...dopo la partita del Bologna, il nuovo gestore del bar fa sempre qualche piatto toscano...ieri era il giorno della ribollita...ne ho mangiato un piatto e mezzo...dire che era strabuona è poco!!! meravigliosa...

**paula1** Domenica, 29 Novembre 2015 10:49

Buon giorno a tutti...

**paula1** Domenica, 29 Novembre 2015 10:49

Buon giorno a tutti...

**feffe81** Domenica, 29 Novembre 2015 09:19

buongiorno a tutti, ieri di nuovo mdt partito nel pomeriggio 😞 altro trip 😞 oggi non è che sono proprio al top 😞

LILE brutto periodo eh...è bello se tua mamma ti è di conforto...

MAMMALARA arrivano anche i miei pensieri

MARIA anche tu con un attaccone tosto accidenti, quelli sono proprio pesanti e uscirne è fatica

ROSSANA 😊 non ho fatto il conteggio parole ma penso che la competizione fosse serrata! Che forte Alberto, poi il fatto che mi abbia fatto vedere i video che gli interessano mi ha fatta sentire

coinvolta 😊 che tenerezza l'immagine che hai descritto 😞

SIMONA mannaggia, come va stamattina? ti abbraccio stretta

**cri69** Domenica, 29 Novembre 2015 08:41

Buongiorno a tutti, buona domenica, qui è ghiacciatissimo.

Pensieri sempre alti...

**Simona** Domenica, 29 Novembre 2015 08:10

Lara tanti pensieri positivi per tuo fratello...

**Piera** Sabato, 28 Novembre 2015 21:09

LARA, tanti pensieri per il tuo fratellino!!! come potrei non fare il tifo per lui che porta il nome del mio "cuore"!!!!

**lile** Sabato, 28 Novembre 2015 20:22

Buonasera a tutti

LARA tantissimi pensieri anche da parte mia

Oggi giornata no. 9 giorni consecutivi di mdt e oggi altro triptano. Stavo per cedere al secondo stasera ma è stata mia mamma a fermarmi e non farmi esagerare... mi ascolta tanto in questo

periodo la mia mamma, la sento tanto vicina e sento che cerca di capirmi e confortarmi sul serio. Questo acuisce molto la sua mancanza...

**Annuccia** Sabato, 28 Novembre 2015 20:08

Rossana grazie.

**Annuccia** Sabato, 28 Novembre 2015 20:07

Lara Da Roma tantissimi pensieri

**rossana** Sabato, 28 Novembre 2015 18:09

ANNUCCIA quando vorrete /potrete saremo felicissimi di ospitarvi...voi e tutte le amiche e gli amici che vorranno venire dai dintorni.

**rossana** Sabato, 28 Novembre 2015 18:07

LARA come mi dispiace, ce la mettiamo tutta....e anche di più ovviamente.

**cri69** Sabato, 28 Novembre 2015 17:30

LARA in primis mi spiace terribilmente per tuo fratello,pensieri attivati immediatamente. Per il resto ,mi spiace averti coinvolta ma ero tanto arrabbiata e, ci sono stata male tutta la mattina.Il passo indietro io l'ho fatto,mi sono tolta. Grazie comunque.

**mamma\_lara** Sabato, 28 Novembre 2015 17:05

Il messaggio per Elly e Cri, non ha nulla a che fare con il forum. Ma non potevo dirlo da nessun'altra parte in fretta. Scusate ♥

**mamma\_lara** Sabato, 28 Novembre 2015 17:03

Cri, Elly, vi ricordate le parole che abbiamo detto al gruppo di auto aiuto mercoledì. Argomento MDT ma dolore e non "altro".

Quando è "altro" bisogna fare un passo indietro.

Non dico altro per non dare motivazioni o innescare altri discorsi sterili che non portano nulla.

Quando è "altro" ci salva solo il silenzio

♥

**mamma\_lara** Sabato, 28 Novembre 2015 17:00

Paola63, stai certa che questo è un posto protetto, per quello trovi calma. Qui ci sono persone che hanno sì MDT, avranno anche tanti dolori nell'anima chi più e chi meno. Ma abbiamo tanta voglia di stare bene insieme e c'è sempre un grande rispetto per chi approda qui.

Sai quante volte lascio qui la mia disperazione e spesso vi metto a riposo la mia sofferenza, quanto torno a raccogliertela mi accorgo che è sempre più leggera di quando l'ho lasciata.

Piera dice che qui il dolore si fa a pezzi e ognuno ti aiuta a portarne un po', per questo diventa meno pesante da sopportare. In ogni caso sii serena che se abbiamo anche una sola qualità è quella che sappiamo ascoltare.

**mamma\_lara** Sabato, 28 Novembre 2015 16:55

Scusate, ma ho appena ricevuto la notizia che mio fratello è in ospedale in terapia intensiva. Intubato e sedato farmacologicamente.

Pensieri ragazze mi raccomando. So che non me li farete mancare. ♥

**cri69** Sabato, 28 Novembre 2015 16:41

SIMONA tieni botta ...

**Simona** Sabato, 28 Novembre 2015 16:17

Da ste parti è partito mdt e vomito. 😞😞 Niente tregua.. gabriele sempre ko a letto. .. se non ci fosse mattia mi ritirerei volentieri a letto pure io... 😞 Ma non si può

**paola63** Sabato, 28 Novembre 2015 15:48

Salve! Io e la mia testa ultimamente abbiamo proprio uno strano rapporto: il dolore-fastidio si concentra molto spesso alla sommità e a volte vaga di qua e di là...per il momento una vera e

propria cura non l'ho iniziata anche perchè il mio medico curante, moooooolto aperto nel prescrivere terapie ( è un convinto sostenitore e divulgatore del metodo Di Bella), vuole propormi un suo piano terapeutico...lo vivo proprio al centro dell'Italia ,dove spesso bisogna adattarsi a percorsi alternativi un pò alla buona : da qualche giorno mi sono messa alla ricerca di un buon psicoterapeuta che sappia cosa sia un training autogeno...di biofeedback neanche a parlarne! Intanto vi leggo con piacere e, la sensazione di calma che riuscite a trasmettere è di grosso aiuto...Grazie.

**Annuccia** Sabato, 28 Novembre 2015 15:41

Buon sabato a tutti! Stamani sono riuscita a fare un po' di cosette ora mi riposo perché l\ testa non è molto in forma. Rossana, che tenerezza Alberto , sentira molto la mancanza del papà. Penso che quando si perdono i genitori molti sono i momenti che si vorrebbe raccontare a loro tante cose, ma non è più possibile farlo. Feffe hai fatto bene ad andare a trovare Rossana, la prossima volta che vado a trovare Enrico cerco di organizzarmi per mollare la "situazione" qualche ora così da potervi vedere. Reggio Emilia è vicina

**rossana** Sabato, 28 Novembre 2015 15:20

Mi corico perché sono un po' dolorante.

Non ho guardato le previsioni ma sia dall'aria dal colore del cielo e dai miei malanni si direbbe che potrebbe nevicare. Mah vedremo

**rossana** Sabato, 28 Novembre 2015 15:16

Sono andata con Alberto al cimitero da suo padre, per la prima volta da quando è mancato.

E' un piccolo cimitero monumentale nel paesino qui vicino dove suo papà è nato ed ha vissuto fino a quando si è sposato.

E' stato bello risentire da Alberto le storie di famiglia che mi raccontava suo padre.

E dopo esserci trattenuti un po' sulla tomba Alberto dice in dialetto: papà ti saluto, devo andare a togliere le foglie delle piante di fico dalle grondaie del capannone finché ci si vede. Tu mi capisci vero? quindi ti saluto, ciao.

Ma che tenerezza.....

**nico26** Sabato, 28 Novembre 2015 13:40

Piera leggo e rileggo quello scritto di Socrate e mi calza a pennello!!!!!!

**Simona** Sabato, 28 Novembre 2015 11:55

Buongiorno adoraro forum. ..

Qui si fa fatica... Piera mi sa che dovrò proprio fare come dici tu...

Stanotte è stato male Gabriele.. ci mancava lui. ... così a mezzanotte gli preparavo un the caldo.. io dormito zero infatti stamattina mi son addormentata sul divano.. ora son rintronata... e vorrei solo dormire ancora. .. gabriele avrebbe dovuto lavorare oggi e domani ma oggi non credo sia in grado di farcela...

Che bello che ci siete viste ieri Ross e Feffe... 😊

**rossana** Sabato, 28 Novembre 2015 11:21

Un benvenuto ai nuovi amici Paola e Luigi.

Il consiglio che do a tutti i nuovi arrivati è di stare con noi, qui si impara a con-vivere con il nostro dolore, qui si impara l'inimmaginabile e come ho scritto in un vecchio messaggio che non ho voglia di cercare "ci si costruisce la cassetta degli attrezzi" per cavarcela al meglio.

**rossana** Sabato, 28 Novembre 2015 11:15

CRI il tuo umore in positivo si percepiva già dai messaggi, è una cosa bellissima riuscire a stare così. Impegnati a continuare e più stai bene tu dentro e le persone intorno ne vengono inevitabilmente contagiate.

Tutti dovremmo riuscire a stare bene con noi stessi e il più spesso possibile.

**rossana** Sabato, 28 Novembre 2015 11:11

MARIA mannaggia che attaccone....

Come dico sempre spero che per voi che siete in zona menopausa sia come per me, in quella fase sono stata molto peggio e quindi malissimo ma dopo qualche annetto il sollievo l'ho avuto.

Ora recupera facendo poco, di energie non ne rimangono dopo episodi simili.

**rossana** Sabato, 28 Novembre 2015 11:08

PAULA congratulazioni davvero a Fausto! Se l'azienda decide di assumerlo seriamente dopo un anno che lavora per loro beh è un ottimo segno.  
Per le condizioni ormai si sa, queste sono e dobbiamo tenercele.

**mamma\_lara** Sabato, 28 Novembre 2015 11:07

Rossana, capisco la gioia di avere Feffe a casa tua e parlare con lei.  
Che gioia

**rossana** Sabato, 28 Novembre 2015 11:06

CRI anch'io ho riposato poco stanotte.  
Ho ripreso ad addormentarmi tardi, ben oltre le due, dopo questo orario non guardo la sveglia e cerco di respirare .....a proposito.  
E ho molti risvegli, e di giorno non dormo.  
Mah mi sa che ho passato un periodo magico e che i problemi di sonno si stiano riaffacciando, per ora non è così tutte le notti.....vediamo.

**mamma\_lara** Sabato, 28 Novembre 2015 11:05

Feffe, sono pienamente d'accordo, la meditazione è completamente diversa dal training autogeno. Ma ci sono persone che "resistono" alla meditazione, non so perchè. Non mi faccio questa domanda, forse chissà quale pratica pensano sia.  
Ora che ho tempo la faccio 3 volte al giorno e quella della sera è fondamentale ancora adesso nonostante non abbi più le notti come quando avevo la cefalea a grappolo.  
Non smetto e mi tengo in allenamento sempre come se stessi per arrivare, non si sa mai.  
Mi sento come avere in casa una bestia feroce che fino a che tiene la gabbia (la mia dieta-profilassi) lei rimane in gabbia, ma una volta tolta la gabbia sarà subito pronta ad aggredirmi. Con la meditazione sarò pronta a difendermi come ho sempre fatto.

**rossana** Sabato, 28 Novembre 2015 11:02

Buongiorno a tutte,  
e grazie dei bei messaggi che avete postato in questi giorni.  
Io sono molto impegnata da quando vado in piscina due volte a settimana, e faccio il corso di teatro due volte pure e vado dai miei almeno due mattine ....beh non rimane tutto sto tempo.  
FEFFE non dirmi....., credi veramente di aver parlato di più tu?  
Forse è così e io ti ho ascoltata più che volentieri ma mi interessa perché per me sarebbe una conquista 😊  
Che bel regalo mi ha fatto credo lo possiate immaginare amiche.  
Aria fresca che ce ne vorrebbe da queste parti e nel parlare con lei ho spostato il pensiero del papà che ieri era sofferente.  
FEFFE Alberto ti ha trovata carica e detto da lui..... 😊

**mamma\_lara** Sabato, 28 Novembre 2015 10:33

Buongiorno a tutti.  
Panettoni già a fare l'ultima lievitazione e crostata già sfornata. Questa sera e domani ho gente a cena e a pranzo, così sono a posto.  
Poi vabbè che anche tutto il resto, ma non è più tutto da fare 😊

**cri69** Sabato, 28 Novembre 2015 09:45

MARIA ciao sai che in questi gg ti ho pensato tanto,ci eravamo ripromesse di scambiarci il num ,la mail o cos'altro e poi niente.  
Mi spiace tanto tanto per l'attaccone...ti abbraccio

**Maria9195** Sabato, 28 Novembre 2015 09:22

Oggi faccio tutto lentamente. Quello che desidero di più è farmi una doccia e lavarmi i capelli per togliermi la puzza dell'emicrania e fare dei biscotti cheto perchè quando sono sotto attacco mi assale una voglia di dolci e carboidrati.

**Maria9195** Sabato, 28 Novembre 2015 09:20

Ciao  
mi alzo ora da letto da giovedì.  
Attacco emicranico allucinante e essendo farmaco-resistente a tutti i sintomatici ho sopportato il

dolore ma è stata durissima. In certi momenti ho avuto la sensazione di vomitarlo il dolore   
..ora sono sfinita e ho il dolore di sottofondo. La cosa più umoristica di tutto questo è che non avendo mangiato quasi o niente sono in chetosi tre  mai successo in vita mia.

In questi giorni di sofferenza mi ha aiutato moltissimo il training autogeno .

**cri69** Sabato, 28 Novembre 2015 09:05

Buongiorno a tutti, buon sabato.

Oggi sono stata a nanna un pochino di più, ho dormito pochissimo. Quanto lavoro ho ancora da fare ,quando mi sembra di avere fatto un passo in avanti ,ecco che ne faccio tre indietro. Non riesco a dormire ,la mente vagava ,avevo freddo, mi sarò addormentata in mattinata. Mi disturba stà cosa. Vedo di fare qualcosa...

**Piera** Sabato, 28 Novembre 2015 08:39

Brava Feffe hai fatto bene a goderti questi giorni prima del lavoro nuovo....immagino le belle chicchere con Rossana!!!!  Simona come Lara sono d'accordo che ti devi riposare e lasciare le glorie del lavoro ad altri  Socrate secoli fa scriveva: "Ci sono persone nate per sgobbare ed altre nate per stare a guardare.

Non è questione di salute, nè di intelligenza, nè di bisogno.

E' così e basta!

Dalle prime tutti si aspettano di più,  
dalle seconde nessuno si aspetta niente.

Per le prime non ci sono mai elogi,  
qualunque cosa facciano è dovere.

Per le seconde è il contrario,  
poichè non ci si aspetta niente da loro.

basta che muovano un dito e tutti si affrettano a coprirle di complimenti.....

**feffe81** Sabato, 28 Novembre 2015 08:36

vado a fare la doccia e poi parto per andare a trovare la mia amichetta in montagna 

**feffe81** Sabato, 28 Novembre 2015 08:35

PAOLA63 penso che il biofeedback possa essere di aiuto per chi soffre di cefalea tensiva perché aiuta a rendere consapevoli delle tensioni involontarie e a capire come si può volontariamente cercare di distenderle. Io sono emicranica e all'inizio soffrivo anche di cefalea tensiva che ora non c'è più grazie allo yoga che pratico. Oppure magari mi doveva andare via eh non è che voglio troppi meriti!!!

**feffe81** Sabato, 28 Novembre 2015 08:31

MAMMALARA penso che la meditazione sia una chiave molto potente per la nostra vita e anche per il dopo. Quello che non mi piace molto del training autogeno è che resta nel "mentale", mentre con la meditazione si va altrove e si cerca di scardinare l'identificazione che abbiamo con la nostra mente.

**feffe81** Sabato, 28 Novembre 2015 08:28

LILE all'altra visita avevo detto che non prendevo farmaci e questo non era vero. Non mi sono sentita a posto con la mia coscienza per cui stavolta ho detto. Anche perché se fanno indagini trovano che io ho diagnosi di emicrania risalenti a 20 anni fa  non ti dico la sorpresa poi perché mi sono trovata davanti lo stesso medico che mi aveva fatto la visita a maggio per l'altra azienda!!! pare non si ricordasse di me

**feffe81** Sabato, 28 Novembre 2015 08:26

Buongiorno a tutti! Qui tutto bene, questa settimana ho riempito l'agenda  ieri sono andata da ROSSANA  penso di averla stordita con le chiacchiere...

CRI è bello sentirti gioiosa! i cambiamenti da affrontare...riflettevamo a yoga su questa parola "affrontare" che sembra mutuata dal linguaggio militare e presuppone una specie di assalto, c'è ostilità...mentre io voglio pensare di "mettermi di fronte" alle cose

**nico26** Sabato, 28 Novembre 2015 08:00

Buon sabato gelato ma sereno sereno.

Si Lara e' vero qui puoi esprimere le tue emozioni ed essere compresa.

In merito ai farmaci il mio pensiero è che quando servono servono poi se riesco seguio altre strade e per me personalmente e' l'omeopatia dove trovo riscontro, lo sport per me basilare, ma Dio grazia quando ai attacchi pesanti da non riuscire ad alzarsi che esistono i farmaci e le profilassi di cui io feci per circa 5 anni al centro cefalee di Modena.

Ognuno di noi come diciamo fa quello che riesce ,che puo' per superare certi momenti di dolore talmente forte che ti annientano come persona.

Paula.....lo sapevo che dentro di te c'era la fiammella che tenevi chiusa lo sapevo.....sei troppo bella dentro ricorda!!!!

**cri69** Venerdì, 27 Novembre 2015 22:56

PAOLA anch'io faccio parte del gruppo di auto aiutoe come ti diceva Lara ci stiamo approcciando al respiro consapevole.lo aiutata dalla Dott.Ferronato ,che non ringrazierò mai abbastanza per la disponibilità, sto facendo anche il biofeedback ,è un percorso lungo e impegna il lavoro che si deve fare su di sè.

**mamma\_lara** Venerdì, 27 Novembre 2015 22:35

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

**mamma\_lara** Venerdì, 27 Novembre 2015 22:34

Ora vado, ho tutti da sistemare e sto dormendo in piedi.

Ho ripreso la produzione di panettoni, ormai ci siamo quasi a Natale e mica posso rimandare 😊  
Poi domani faccio una crostata perchè domenica alle nipoti di Gabriele piace di più la crostata.

**mamma\_lara** Venerdì, 27 Novembre 2015 22:31

Paola, al gruppo di Auto-Aiuto di Ferrara, viene una mia carissima amica a fare incontri di "ESERCIZI DI CONSAPEVOLEZZA DEL RESPIRO PER IL RILASSAMENTO DELLA MENTE E DEL CORPO".

Io li faccio da quando avevo 28 anni circa insieme alla meditazione e anche al training autogeno mi hanno sempre aiutato a sopportare il mio dolore. Ci sono stati anni però che facevo fatica a trovare sollievo perchè ero caduta in un grave abuso di farmaci sintomatici e mi hanno salvato un bravissimo neurologo che dicendomi a cosa andava incontro ho cercato di vedere cosa potevo fare per togliermi da tutto quello star male e il forum che mi ha tolto dalla solitudine nella quale mi aveva costretto questo male.

**mamma\_lara** Venerdì, 27 Novembre 2015 22:21

Paola63, grazie cara. Si siamo un bel gruppo e se pensi che alcune di noi sono qui da più di 10 anni e che tutti gli anni ci troviamo a Ferrara per stare insieme un paio di giorni, si, ci vogliamo anche un gran bene.

Si cara, hai detto bene, ormai sei dei nostri anche tu. Il forum è di tutti quelli che lo amano 😊😊  
La mia attuale profilassi è una dieta-profilassi che faccio da un anno. aspetta che vado a cercarti una bella intervista fatta al dr. Di Lorenzo sulla nostra rivista vado .....

### Cefalee Today

Leggi la sua intervista così saprai cosa sto facendo. La faccio da un anno e da aprile si è spenta la cefalea a grappolo, questo dopo una bella quantità di anni. Non ricordo quando la mia cefalea a grappolo è arrivata, so però che per quello che ricordo la mia cefalea si è trasformata dai 26 ai 30 anni, non saprei dire esattamente in quale anno, so per certo che qui gli attacchi sono cambiati. Certo che la vita era cambiata per me in quegli anni, così davo la colpa del mio star male a tutto il da fare che avevo. Però al tempo nessuno mai mi ha mai diagnosticato nessun tipo di MDT e non ti sto a dire cosa mi dicevano alle visite.

Tornado alla mia nuova profilassi, devo dire che ho una vita nuova e anche se faccio un po' di fatica seguire le ristrettezze che mi impone la dieta, il sollievo che mi viene non te lo posso neppure spiegare dal tanto che la mia vita è cambiata.

Però sono sempre controllata dal dr. Di Lorenzo, perchè non si può fare di testa propria, lo dico non perchè tu possa farla senza controllo medico, lo dico perchè è giusto che lo dica.

**paola63** Venerdì, 27 Novembre 2015 22:11

Cris69:una vita di dolore...mi dispiace...certo che se un percorso funziona conviene aver fiducia.Sempre a proposito di percorsi:esperienze con training autogeno o biofeedback? Grazie.

**mamma\_lara** Venerdì, 27 Novembre 2015 21:55

Cri, siamo stati noi a fraintenderti?. Se il risultato sono due passi di ballo e la radio accesa spero di fraintenderti anche domani 😊♥

**cri69** Venerdì, 27 Novembre 2015 20:35

PAOLA 63 posso raccontarti solo la mia esperienza .Soffro di emicrania con e senza aura da 34 anni,ne ho 46.Mi è stata diagnosticata l'emicrania attorno ai 20 anni ma ancora non c'erano le cure che ci sono ora .Ho avuto un 'edema cerebrale che mi ha cambiato la vita .Avevo dai 20/25 attacchi mensili e sono diventata cronica alla velocità della luce.ho provato di tutto e di più e mi sono sempre rifiutata di buttare giù tante medicine. Ma ho sbagliato ,perchè quando mi proponevano di fare profilassi e quindi associare questi farmaci,io mi sono rifiutata e ingurgitavo 20/25/30 triptani al mese .Faccio profilassi da 4 anni e i miei attacchi si sono ridotti a 6 massimo 12 in un mese....se lo facevo prima....

**paola63** Venerdì, 27 Novembre 2015 20:25

### percorsi

Buonasera: sapete di essere proprio un bel gruppo vero? Sono "vostra "da pochissimo eppure sento che c'è qualcosa , una sorta di atmosfera "speciale" che accompagna i vostri racconti...volevo dire a Cris69 che ho una specie di fobia per i medicinali in genere e, il fatto di dover prendere dei rimedi abbastanza tosti con pochissimi risultati non mi entusiasma per niente...cerco di trovare percorsi alternativi con vitamine, sali minerali, omeopatia , fisioterapia ..ma è dura! A proposito di percorsi : Mamma Lara stai seguendo una dieta antinfiammatoria ? Niente latte , latticini, carni rosse e carboidrati :ho dimenticato qualcosa?Un sorriso a voi 😊

**cri69** Venerdì, 27 Novembre 2015 17:50

Lo sapevo che sarei stata fraintesa ,non sò ,oggi in modo particolare.Ma forse dipende da me ho la radio a tutto volume e ci scappano due passi di ballo...ed era tanto che non succedeva 😊

**mamma\_lara** Venerdì, 27 Novembre 2015 17:03

Questa sera ho gente a cena e anche domani sera. Domenica invece ho Stefania con la sua famiglia.

**mamma\_lara** Venerdì, 27 Novembre 2015 15:18

Piera, il tuo bimbo sarà bellissimo, poi assomigli pure a chi vuole che la bellezza non la sbaglia, siete tutti molto belli

**mamma\_lara** Venerdì, 27 Novembre 2015 15:17

Annuccia, speriamo tu riesca ad andare a festeggiare la tua mamma. Come dice Piera i bambini sono proprio degli untori, io mi ammalavo sempre quando avevo Emma piccola. Ma come si fa, me la sbaciucchiavo anche quando starnutiva ogni venti secondi.

**mamma\_lara** Venerdì, 27 Novembre 2015 15:14

Cri, il forum è sempre un bel posto dove stare. Penso sia l'unico posto dove mi sento di dire ciò che penso con la certezza di essere compresa 😊

**mamma\_lara** Venerdì, 27 Novembre 2015 15:12

Paula, è quello che stiamo facendo insieme Gabriele ed io, invecchiare cercando di non perdere la nostra anima di bambini.

Lui ha bisogno di recuperare, mica è stata facile la sua infanzia passata in collegio dove dovevano andare i bambini che avevano perso il papà e la loro mamma non riusciva a tenerli con se. ne ha passate che è diventato forte per forza. Però devo dire che nonostante i suoi anni gioca ancora come se di anni ne avesse 15. Io mi adeguo anche se alle volte devo per forza fare la "grande" 😊😊😊😊

**Annuccia** Venerdì, 27 Novembre 2015 12:23

Immagino Piera quanto è bello il pupo! i dentini bianchi dei pupetti sono meravigliosi. 😊

**Piera** Venerdì, 27 Novembre 2015 11:47

Annuccia , anch'io sono super raffreddata e con il mal di gola, ogni volta che ha qualcosina Daniel io me la prendo!!! dovrei avere già' molti anticorpi e invece niente da fare.....lui poi si ammala tutte le volte che spunta un dente ne ha già' otto e altri due sono in uscita, poverino e' tutto un gnolare sbavando....ma quando ride con tutta quella dentatura e' stupendo 😊 ha preso i denti belli di suo padre : radi e perfetti 😊

**Annuccia** Venerdì, 27 Novembre 2015 11:13

Buongiorno a tutti!!! oggi "Forum" all'insegna di "sdolcinatezze", brave, brave!!!! io sono a casa super costipata cerco di riguardarmi senza prendere freddo, ma non so come andrà a finire, non vorrei mancare al compleanno di mamma domenica, ma certamente non posso rischiare di attaccarli qualcosa. Sperem.....

**paula1** Venerdì, 27 Novembre 2015 10:55

Chiudo con una bellissima notizia: sono riusciti a prendere il cane lagotto malconcio...sono troppo contenta...forse lo andiamo a vedere appena lo rimettono in sesto...

**nico26** Venerdì, 27 Novembre 2015 10:43

Buon venerdì a tutte/i e vorrei sperare che per tutte noi sia un week senza il maledetto e senza tensioni.Ci proviamo.

**cri69** Venerdì, 27 Novembre 2015 10:42

Questa mattina il forum mi piace proprio si si 😊😊😊😊😊

**paula1** Venerdì, 27 Novembre 2015 10:39

MAMMA LARA al tuo scritto mi viene in mente una frase di una canzone meravigliosa di Battiato....  
".....Ma c'è voluto del talento  
per riuscire ad invecchiare senza diventare adulti."

**mamma\_lara** Venerdì, 27 Novembre 2015 10:34

Paula, sapessi i primi due mesi, sentivo che il fisico era in crisi di astinenza per la mancanza di carboidrati. Io mi nutro solo di carboidrati.

Il pane per me era un toccasana ero felicissima anche il solo vederlo e togliermelo è stato una fatica immane. Dopo un anno non ne sento più la necessità, come per la pasta. Penso di essermi disintossicata.

Per la vacanza spero proprio tu possa fare quello che desideri.  
ottimo per Fausto, così starà un po' più tranquillo

**mamma\_lara** Venerdì, 27 Novembre 2015 10:29

Ahh, sai Piera, sarò anche troppo sdolcinata, ma per me dimostrare l'amore che provo per lui mi piace. La sera prima di dormire gli dico sempre che lo amo e che ha reso bella la mia vita. Poi non manco mai di dirglielo anche durante il giorno. Siamo giovani dentro ma fuori non tanto, così glielo ricordo, non si sa mai che quando saremo vecchi bacucchi ci rimanga dentro la consapevolezza di cosa proviamo.

Io faccio così da quando sto con lui, voglio che sappia che cosa è per me e non lascio mai passare troppo tempo senza che sappia cosa provo.

Lo so, da diabete, ma non posso farci nulla.

**paula1** Venerdì, 27 Novembre 2015 10:27

Buon giorno a tutti...qui sole...che rabbia pensare di scendere a valle... 😞😊 io odio il venerdì pomeriggio perchè al lavoro è il più pesante di tutti e tocca quasi sempre a me... 😞 , però questa domenica sono a casa...

la testa va benino per fortuna...purtroppo la mia intenzione di calare l'assunzione di pane e pasta va malissimo...sono cibi che danno troppa soddisfazione e quasi vado come un automa a cercarli... 😞  
però ho mangiato del pesce due volte... 😊

ieri sera Fausto ha portato a casa il pre-contratto firmato...c'è scritto che ha superato la prova 😊

alla faccia dopo un anno 😊😊😊😊😊😊😊😊

ora sono il terreno perchè per le ferie vorrei andare un po' via da Bologna...staccare la spina, come

si dice....a me piacerebbe andare a Napoli...ma non riesco a convincerlo...

scendo in città da gran signora 😊 l'autista dell'"auto blu" è puntualissimo.. 😊😊

**mamma\_lara** Venerdì, 27 Novembre 2015 10:21



Si, ho ripreso a cantare per lui e gli faccio di quelle serenate tutte dedicate a lui. Sapessi quante canzoni d'amore gli dedico.

64 anni e non sentirli. I miei, perchè i suoi sono 72 ed è ancora un ragazzo dappertutto 😊😊😊😊

**mamma\_lara** Venerdì, 27 Novembre 2015 10:18

Piera, si sì, hai proprio ragione. Gabriele è proprio quello che descrive Frida. Alle volte mi dico che sono proprio fortunata. Ecco, ho la consapevolezza di essere fortunata e questa è proprio una bella fortuna. Scusa il gioco di parole

Grazie ♥

**Piera** Venerdì, 27 Novembre 2015 10:18

.....adesso poi che hai ripreso a cantare per lui 😊

**mamma\_lara** Venerdì, 27 Novembre 2015 10:16

Feffe, il respiro in consapevolezza è quello che stiamo cercando di portare le ragazze del gruppo di auto aiuto a fare. lo faccio questo da tantissimi anni e mi aiuta tantissimo. Avevo 28 anni quando un maestro mi ha insegnato questo respiro e poi subito dopo la meditazione.

Ricordo con affetto questa persona, passavo in bicicletta davanti ad una palestra dove si facevano cose alternative. Al tempo nessuno parlava di meditazione, ho letto di sfuggita che si faceva proprio lì e mi sono fermata a chiedere informazioni. Il maestro mi ha adottata nonostante non avessi possibilità di pagare il mese, a quel tempo neppure i soldi per mangiare avevo, però lui mi ha accettato al come come "fuori corso". Ancora lo penso quando medito.

Devo dire che mi ha aiutato un po' più meditare che fare training autogeno. Due cose diverse ma di grande aiuto tutte e due.

Hai fatto bene ad andare al corso di meditazione. Sono certa che ti aiuterà tantissimo.

**Piera** Venerdì, 27 Novembre 2015 10:14

Lara tu ce l'hai l'amore che ti meriti!!! adesso!!! e' un certo Gabriele, leggendo la poesie di Frida mi pare che parli di lui 😊 ....di voi 😊

**mamma\_lara** Venerdì, 27 Novembre 2015 10:08

Cri, quanta ragione hai, vedere felici le persone che amiamo non c'è nulla di più bello.

**mamma\_lara** Venerdì, 27 Novembre 2015 10:06

Buongiorno a tutti.

Lile, non va bene se piangi sempre, fai però attenzione se piangi per tristezza o per consolarti. Non va bene no. Magari ci mettiamo d'accordo e vieni a casa mia che facciamo una chiacchierata.

Così poi sei sistemata e piangerai per disperazione 😊😊

Scherzo, si sarà capito spero. Però ti aspetto questo fine settimana che non ho Emma. Facciamo domani o dopodomani all'ora che vuoi.

Non so risponderti del perchè oggi sei così, ognuna di noi da grande è quello che riesce ad essere ma anche quello che vuole essere. mi viene in mente una vecchia storiella indiana che ora vado a cercare ....

Eccola

"La Storia Indiana dei Due Lupi.

Si narra di un vecchio Cherokee seduto davanti al tramonto con suo nipote.

Il bambino chiede: "Nonno, perchè gli uomini combattono?"

Il vecchio, gli occhi rivolti al sole calante, al giorno che stava perdendo la sua battaglia con la notte, parlò con voce calma.

"Ogni uomo, prima o poi, è chiamato a farlo. Per ogni uomo c'è sempre una battaglia che aspetta di essere combattuta, da vincere o da perdere. Perchè lo scontro più feroce è quello che avviene fra i due lupi."

“Quali lupi nonno?”

“Quelli che ogni uomo porta dentro di sé.”

Il bambino non riusciva a capire. Attese che il nonno rompesse l'attimo di silenzio che aveva lasciato cadere fra di loro, forse per accendere la sua curiosità. Infine, il vecchio che aveva dentro di sé la saggezza del tempo riprese con il suo tono calmo.

“Ci sono due lupi in ognuno di noi. Uno è cattivo e vive di infelicità, paura, preoccupazione, gelosia, dispiacere, autocommiserazione, rancore e senso di inferiorità.”

Il vecchio fece di nuovo una pausa, questa volta per dargli modo di capire quello che aveva appena detto.

“E l'altro?”

“L'altro è il lupo buono. Vive di pace, amore, speranza, generosità, compassione, umiltà e fede.”

Il bambino rimase a pensare un istante a quello che il nonno gli aveva appena raccontato.

Poi diede voce alla sua curiosità e al suo pensiero.

“E quale lupo vince?”

Il vecchio Cherokee si girò a guardarlo e rispose con occhi puliti.

“Quello a cui dai da mangiare.”

Ecco cara. alle volte si è quello che vogliamo essere e ciò che fa ottenere questo sono i pensieri che nutriamo.

Tu quali pensieri nutri in questo momento?

Tutto parte da quello che vogliamo essere.

Certo che tu sei buona ancora e il fatto che dici che alle volte ti senti avvelenata può essere anche vero, però fai ben attenzione a non fare che quel veleno ti ammali.

A proposito di citazioni, mi viene in mente uno spettacolo di Giorgio Gaber che vidi tantissimi anni fa. Lui diceva che siamo soliti tenere per noi la me@@a e gettiamo fuori le perle. Ecco, sarebbe bene riuscissimo a fare una distinzione. Dobbiamo tenere anche le cose belle per noi e se proprio non riusciamo a gettare la cacca facciamo sì che non ci contaminiamo troppo. Prendiamo le distanze da quella.

Hai mai provato ad usare clemenza nei tuoi confronti?

Hai mai provato a perdonarti gli errori fatti?

Hai mai provato ad abbassare le prestazioni che aspetti da te stessa?

lo faccio così, non mi aspetto mai grandi cose e l'ho sempre fatto fin da quando ho cominciato a capire che il mondo non lo potevo cambiare io. Mi sono adattata cercando di fare quello che era nelle mie forze correggendo qua e là il punto dove volevo arrivare.

E' stato così che sono riuscita a fare tanto, forse non tanto quanto ne avrebbe voluto un'altra persona al posto mio, ma io sono contenta di me stessa.

Poi si sa che questo è sempre soggettivo e che forse la mia vita non piace a nessuno, ma a me piace eccome e sono orgogliosa di quello che ho fatto.

Sapessi da dove sono partita, nessuno avrebbe dato 5 lire che ce l'avrei fatta, invece piano piano ho scalato la montagna della vita, non senza fatica e ancora penso che non sono neppure a metà strada.

Poi dire di abbassare le aspettative mi sembra anche brutto, perchè sembra quasi che ti dica di voler essere mediocre. Ma non è questo che intendo.

La cosa importante è partire senza il voler fare per forza un capolavoro, questo ho fatto io. Sono partita.

Se vuoi piangere fallo tranquillamente, ma che non sia di commiserazione, fai che le lacrime portino via ciò che è nocivo, che ti puliscano insomma. Fai che ti consolino di commozone.

Poi lo dici a me che piango ogni tre per due. Piango quando sono felice, quando amo e quando vedo le cose belle.

Quando sono triste difficilmente piango, li parto alla carica e mi dico che piangerò dopo quando avrò tempo. Nel momento della tristezza sento che devo reagire. Mi arrabbio anche tanto quando sono triste ed è sempre un sentimento migliore della commiserazione. Inveisco contro tutti e tutto. Poi mi passa per fortuna, perchè la rabbia non mi piace, io sono per la pace anche se non sembra.

Vieni a trovarmi, così ti sistemo ed è proprio una minaccia stanne certa 😊😊😊😊

Buondi

SIMONA sono contenta per il tuo micio, vedrai che si riprenderà in fretta 😊

PAULA congratulazioni per il contratto di Fausto 😊

PIERA poesia splendida... Frida Kahlo ha scritto delle cose meravigliose, nonostante la sofferenza che l'accompagnava ogni giorno....

CRI69 credo non ci sia niente che rende più felici come vedere felici le persone che amiamo... 😊

FEFFE mi ha colpito questa cosa che ci hai raccontato... il fatto che hai detto alla visita medica preassuntiva di essere emicranica... quando l'ho fatta io a giugno non sapevo ancora che fosse "emicrania" quindi non ho detto nulla, e onestamente non ho fatto cenno ai frequenti mdt (però era anche un periodo abbastanza buono, da quel che ricordo)... adesso avrei paura a dire qualcosa perchè già in quell'occasione mi hanno fatto un po' di storie per un difetto che ho alla vista, lavorando al pc... non ho la visione stereoscopica, ma a parte essere un po' strabica e non essere capace di giocare a palla o vedere i film in 3d non ho mai avuto particolari disturbi 😊 .....

LARA te l'ho detto che per ora piango sempre 😊 se poi scrivi certe cose...

Da bambina ero buona, ne sono convinta... Non sarò stata sempre felice, ma non sono stata sfortunata, sarebbe ingiusto se dicessi diversamente... Ma allora mi chiedo spesso perchè oggi sono così, come avvelenata... come se avessi perso per sempre qualcosa di fondamentale...

**cri69** Venerdì, 27 Novembre 2015 08:12

Buongiorno a tutti, brrr ma c'è il sole...

Stamattina c'è il saluto di Simona quindi va tutto bene...spero...

PIERA bellissima la poesia che hai lasciato, da brividi...

FEFFE altro cambiamento anche per te ,ma quanto brave siete ragazze ad affrontare tante rivoluzioni....

PAULA bene per Fausto, ormai siamo arrivati al punto che ci si deve accontentare.

leri sera avrei voluto rispondere a PAOLA ma poi ero cotta. Correggimi se sbaglio ma dicevi che per te era troppo un antiepilettico insieme al Laroxil. lo li prendo giornalmente come profilassi per l'emicrania e per fortuna un pò di sollievo me lo hanno dato...

leri nel pomeriggio sono stata in giro con Giulia per regalini di Natale. Dopo tanto sono riuscita a prenderle un regalo decente. Ma quello che mi ha reso felice, veramente felice è stata la sua sorpresa e la sua gioia. Nessuno mi ripagherà di questo pomeriggio 😊😊😊

**Simona** Venerdì, 27 Novembre 2015 07:47

Buongiorno adorato forum 😊

**feffe81** Giovedì, 26 Novembre 2015 23:25

PAULA sono contenta per Fausto, di questi tempi un contratto così non è scontato! Io oggi ho fatto la visita medica preassuntiva e ho detto che sono emicranica

**feffe81** Giovedì, 26 Novembre 2015 23:23

Mdt rientrato da solo! Io però ho respirato in consapevolezza per un po'. Così stasera sono andata al corso di meditazione 😊

SIMONA bene che Tito inizi a stare meglio! Un po' meno il resto delle cose che ti trovi a dover affrontare 😞

**mamma\_lara** Giovedì, 26 Novembre 2015 21:35

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

Vi voglio un gran bene ♥

Grazie a tutti/e

**mamma\_lara** Giovedì, 26 Novembre 2015 21:34

Nico, porto dentro ricchezza, sai che l'ho trasformata 😊😊😊😊😊

Grazie carissima ♥

**mamma\_lara** Giovedì, 26 Novembre 2015 21:32

Feffe, anche per me la seconda parte di novembre è tosta. Emicrania solo per fortuna. oggi per due ore stesa sul divano con una nausea abbastanza fastidiosa, se mi fossi mossa si sarebbe

di certo trasformata in qualcosa di più impegnativo.

Così ho spostato l'impasto dei panettoni, per quelli devo star abbastanza bene, loro sentono se sto male e non lievitano. Non so perchè ma lo fanno veramente.

Mi chiedo come fanno i pasticceri. Me lo dirà Rossana come fanno i suoi fratelli, perchè loro avranno ben i loro acciacchi e mica i panettoni possono aspettare quando lo fai per mestiere.

**mamma\_lara** Giovedì, 26 Novembre 2015 21:29

Per me è un periodo di cene e pranzi. Ne ho un bel po' in questo periodo. Sto preparando di ogni, perchè nei prossimi 15 giorni ho tre pranzi ufficiali e tre cene. Sto cercando di spostarne uno ma sarà difficile. Ci sto lavorando 😊😊😊😊

**mamma\_lara** Giovedì, 26 Novembre 2015 21:27

Paula, le ferie arriveranno, ma spero arrivi anche un po' di tranquillità sul lavoro, è difficile lavorare se non si è tranquille.

Speriamo cara.

**mamma\_lara** Giovedì, 26 Novembre 2015 21:24

Piera, grazie carissima. Lo considero un bellissimo regalo e già ha trovato posto dove deve stare.

Ho tutto quello che ha scritto Frida nella poesia e niente e nessuno potrà mai più portarmi all'inferno. Sono "grande" ormai.

Grazie carissima. ♥

Anche se i demoni sono in agguato sempre e alcune paure sono cattive da sconfiggere, ma non è che perdo la vita a voler a tutti i costi seguire questi pensieri, ho cose belle da fare e devo seguire quelle per poter stare bene. La giustizia non arriverà mai a ripagarmi, ma ho amore a mani piene che arriva da ogni dove.

Sono poche le persone così ricche come sono io.

Grazie, immensamente grazie ♥

**paula1** Giovedì, 26 Novembre 2015 20:29

SIMONA...evviva...probabilmente la mole e la fibra forte dei gatti rossi han fatto il loro dovere...sono contenta che Tito stia meglio.... 😊

anche io sono stanca morta...il lavoro mi massacra...e anche se sto a casa ogni 4 giorni non è che le cose cambino molto.....non vedo l'ora che arrivino le ferie...

un benvenuto ai nuovi arrivati...la mia omonima PAOLA63 e LUIGI...

ho trovato anche io la app Buddy Migraine, ma è in inglese...in italiano non ho trovato niente.....

**Piera** Giovedì, 26 Novembre 2015 20:29

Per la Lara libera e per tutte le donne libere una poesia di Frida Kahlo, una donna che ha tanto sofferto nella sua vita : ebbe un incidente terribile, all'età di 18 anni, che cambiò drasticamente la sua vita e la rinchiuse in una profonda solitudine con solo l'arte come unica finestra sul mondo. Frida all'uscita di scuola salì su un autobus per tornare a casa e pochi minuti dopo rimase vittima di un incidente causato dal veicolo su cui viaggiava ed un tram. L'autobus finì schiacciato contro un muro. Le conseguenze dell'incidente furono gravissime per Frida: la colonna vertebrale le si spezzò in tre punti nella regione lombare; si frantumò il collo del femore e le costole; la gamba sinistra riportò 11 fratture; il piede destro rimase slogato e schiacciato; la spalla sinistra restò lussata e l'osso pelvico spezzato in tre punti. Inoltre, un corrimano dell'autobus le entrò nel fianco e le uscì dalla vagina. Nel corso della sua vita dovette subire ben 32 operazioni chirurgiche. Dimessa dall'ospedale, fu costretta ad anni di riposo nel letto di casa, col busto ingessato, eppure riuscì a scrivere parole bellissime :

Ti meriti un amore che ti voglia  
spettinata,  
con tutto e le ragioni che ti fanno  
alzare in fretta,  
con tutto e i demoni che non ti  
lasciano dormire.  
Ti meriti un amore che ti faccia  
sentire sicura,  
in grado di mangiarsi il mondo

quando cammina accanto a te,  
che senta che i tuoi abbracci sono  
perfetti per la sua pelle.  
Ti meriti un amore che voglia ballare  
con te,  
che trovi il paradiso ogni volta che  
guarda nei tuoi occhi,  
che non si annoi mai di leggere le  
tue espressioni.  
Ti meriti un amore che ti ascolti  
quando canti,  
che ti appoggi quando fai la ridicola,  
che rispetti il tuo essere libera,  
che ti accompagni nel tuo volo,  
che non abbia paura di cadere.  
Ti meriti un amore che ti spazzi via le  
bugie  
che ti porti il sogno,  
il caffè  
e la poesia.

**paula1** Giovedì, 26 Novembre 2015 20:24

Buona sera a tutti...qui è freddo...la mia maggiore sofferenza è aspettare la corriera blu.. 😞 quando uso Sella non patisco tutto il freddo che stare fermi.....vabbè...siamo appena all'inizio...stiamo lavorando come dei dannati...sembra che operino anche l'antivigilia di Natale...mah.. 😞 😞  
ANNUCCIA anche io in fondo ero quasi certa che rinnovassero il contratto a Fausto...si è impegnato molto...la cosa positiva è che il contratto glielo fa l'azienda e non l'agenzia...ha già la "carta" in mano e lunedì deve andare a fare i giri di convalida.....ha anche un po' di influenza, ma deve andare al lavoro anche se si sente moribondo 😞 😞 come quasi tutti gli uomini 😞 😞

**Simona** Giovedì, 26 Novembre 2015 20:17

Tito ha mangiato 2 crocchette... siamo sulla strada giusta.. almeno 1 pensiero ce lo siamo tolto..domani ultima flebo.. e tutto fa ben sperare che il nostro gattone ce l'abbia fatta... lo vado a dormire... è presto ma sono fusa... domani se non sto meglio al lavoro non ci vado...

Feffe mi spiace x il tuo mdt... 😞 😞

Paola 63 benvenuta tra di noi... ho letto su internet della tua malattia..non ne sapevo nulla... spero che tu riesca a trovare un po di sollievo presto.. qui il supporto morale non ti mancherà di certo... e magari imparerai a gestire la tensiva che ti accompagna...

Buonanotte a tutti 😞 😞

**mariagrazia** Giovedì, 26 Novembre 2015 17:21

Mie care buona sera. Vi leggo, ma poi non riesco mai a scrivere. E' un periodo super incasinato. prove quasi tutti i giorni per i due spettacoli che abbiamo il 12 e 13 dicembre e oggi anche di mattina per i balletti. Ogni pom ragazzi per i compiti e per le lezioni d'inglese e qualche sera finisco intorno alle 21. Mia suocera che si è fatta male e la sua badante è partita per una settimana. Mio fratello che va e viene da ischia perché sta curando i denti da mio cognato... insomma un gran casino. In tutto questo però la testa regge benissimo per fortuna

**feffe81** Giovedì, 26 Novembre 2015 16:17

Mi sa che dalle mie parti novembre si conferma come mese peggiore per il mdt 😞 mi è partito il dolore rapidamente per un profumatore di ambienti 🚫

**nico26** Giovedì, 26 Novembre 2015 16:07

LARA E' VERO...QUANTA SOFFERENZA PORTI DENTRO ...DELLA GIORNATA DI IERI!!!!

**nico26** Giovedì, 26 Novembre 2015 16:07

LARA E' VERO...QUANTA SOFFERENZA PORTI DENTRO ...DELLA GIORNATA DI IERI!!!!

**mamma\_lara** Giovedì, 26 Novembre 2015 16:05

E' arrivata una nuova amica.  
Diamo la benvenuta a Stefania67

**mamma\_lara** Giovedì, 26 Novembre 2015 15:57

Fra un po' devono uscire. Ho un favore da fare ad una persona che ne ha abbastanza da fare. 😊  
Scappo a fare una attivazione al forum 😊😊

**mamma\_lara** Giovedì, 26 Novembre 2015 15:56

Simona, troppo difficile il periodo.

Intanto Tito però sembra non peggiorare e questa è una buona notizia.

Carissima, se ti può aiutare rileggi la parola che hai portato al convegno. Io ogni tanto rileggo questi capolavori che avete lasciato e se avessi la possibilità di ristampare di nuovo il nostro libro, le metterei tutte nella ristampa.

Però riposati che tanto la terra gira lo stesso e darai anche al parentame la possibilità di guadagnarsi un po' di quel rispetto che tante volte viene tolto a te.

I sensi di colpa se sono occulti sono tossici. Fai attenzione cara. Ti voglio bene ♥

**mamma\_lara** Giovedì, 26 Novembre 2015 15:49

Paola63, sei in buone mani cara, il centro di cui parli è un ottimo centro e se la dottoressa è quella che penso io è non solo bravissima ma anche una persona straordinaria.

Non oso immaginare come sia faticosa anche la tua vita.

Non so quale aiuto noi siamo capaci di darti, ma sappi che siamo molto brave ad ascoltare.

Non parlo di terapie perchè non sono un medico, quindi non so dirti nulla sulla profilassi che devi fare.

Posso dirti i dolori che ho avuto io per più di 35 anni, oltre all'emicrania con e senza aura avevo la cefalea a grappolo, dico avevo perchè dai primi di aprile si è spenta con una nuova dieta-profilassi.

Ogni giorno ero preda di dolori indicibili. Ho fatto tutti i percorsi obbligati girando anche mezza

Italia senza trovare nessun beneficio, poi è arrivato il Dr. Di Lorenzo e la mia vita è cambiata.

Credo che la tua testa ha ben motivo di stare male, anche perchè sei ancora una giovane donna e hai bisogno di stare bene.

Vediamo un po' cosa salta fuori. Vuoi che non salti fuori anche per te qualcosa di magico dal nostro forum.

Intanto sei in un posto dove abbiamo tutti ma proprio tutti il desiderio che chi sta qui abbia a stare bene e non potendo avere noi il farmaco giusto usiamo la "parola" come farmaco. Relazioni

"terapeutiche" le chiamo io, mentre la nostra Annuccia le chiama "Parole che aiutano".

Forza cara, qui troverai la porta aperta sempre se vorrai lasciare qui i tuoi sfoghi. ♥

**mamma\_lara** Giovedì, 26 Novembre 2015 15:33

Annuccia, talmente doloroso che non guardo mai programmi dove ci siano storie di donne maltrattate o che hanno subito violenze. Mai e poi mai.

Carissima, non credo siano i problemi a rendere le persone egoiste. Non lo penso proprio. Anzi. Ma ci penserò bene poi ti dirò come la penso. Così su due piedi mi viene in mente la mia mamma che non ne aveva per nessuno e alle volte neppure per se, però in casa nostra tutti trovavano conforto e lei aiutava chi poteva. Ero piccola e faceva le iniezioni a tutti gratis ovviamente. Poi lavorava a ferri e all'uncinetto e non so neppure quanti neonati abbia vestito. Ha avuto 10 figli, ha perso una bambina di due anni e che ricordo io l'ha sempre portata nel cuore parlando di lei ad ognuno di noi così che sapessimo che avevamo una sorellina più grande che non avevamo mai conosciuto. Non era mai triste e mi ha sempre detto che io sarei stata capace di farcela in ogni caso, "sei forte Lara" mi diceva, guarda avanti e non lasciarti fermare dalle avversità, quelle se non le combatti uccidono più delle malattie.

Sono cresciuta con queste parole e dopo tanti anni la mia amica Mariella ancora ricorda la sua mamma che le diceva di ringraziare sempre la mia mamma per averla allattata. Mariella ed io avevamo 15 giorni di differenza e siccome Elide (la mamma di Mariella) non aveva latte, mia mamma allattava tutte e due. I miei figli sono generosi e altruisti, copiano come anch'io ho copiato.

E' così che dovremmo crescere.

Un giorno una persona mi ha chiesto "Ma come era lei da giovane Lara". Ho risposto che ero una

persona buona.

Ho sbagliato, non ero solo buona, ero anche generosa gentile e tanto ma tanto forte.

ora sono un po' cattiva e alle volte anche abbastanza st@@@a, ma me la perdono sta cosa. Si diventa grandi e si perdono per strada certe qualità, ma mica perchè non sei interessata a tenerle, non no, è che te le strappano da addosso e tu non puoi fare altro che vederle affondare in un mare di fango.

Volevo dire merda, ma oggi mi voglio ricordare che un tempo ero tanto ma tanto buona.

**mamma\_lara** Giovedì, 26 Novembre 2015 15:18

Piera, ormai non penso neppure sia colpa delle donne, per quei commenti. E' forse l'educazione che riceviamo o anche per scacciare il pensiero di poter fare una vita simile che fa avere loro questi pensieri. Come se loro al posto di un'altra donna sapessero cosa fare. non è così e lo sanno bene, ma si illudono di essere capaci di uscirne.

Chi riesce ad uscire da una vita simile è segnata per sempre e ancora di più se l'anima porta peso di suo ancora peggiori.

Io sono salva non senza ferite visibili e non. Ma come tante volte abbiamo detto e si dice "ciò che non uccide rende forti", io sono forte e anche tanto ma tanto felice. Sono LIBERA finalmente e solo pensando alla raggiunta libertà mi fa stare come in paradiso. ♥

**Simona** Giovedì, 26 Novembre 2015 14:59

Buon pomeriggio adoraro forum. Non vi ho letto.. spero di farlo dopo....

Giornate difficili. . Intense.. io sono ko.. raffreddore,tosse, catarro,male ad 1 dente e ho gonfio in bocca. . Mdt di sottofondo quasi tutti i giorni forse causato da sto raffreddore che mi tormenta..

niente medicine.. spero sempre di trovare sollievo nel giorno dopo e invece non arriva mai ....

Mattia ha la febbre alta da ieri pomeriggio. .. è dai miei... tachipirina .. lo vedo x cena...

Tito ieri flebo.. oggi un'altra... a me pare stia un po meglio.... beve e fa le fusa.... cerca

attenzioni... è un po pii attivo... il veterinario è ottimista. .. io voglio esserlo... vediamo come va

con la flebo di oggi e di domani... l'unico problema è che continua a non mangiare... mamca solo un po di appetito ed il passo verso la guarigione è completo.... speriamo....

Insomma care amiche. .. io sono stremata... mi viene da piangere dalla fatica che faccio

giornalmente. ... arrivo a casa a ques ora e mi devo stendere a letto.... poi alle 16 si riparte x

gatto... poi dai miei x mattia.... spero di reggere e spero soprattutto di rimettermi in forma....

scusate la lungaggine e le lamentele ma proprio tenere duro delle volte è troppo difficile....

Parlavate dei sensi di colpa.... quelli mi stanno facendo male ..proprio quelli .... in questi giorni invece di gettare la spugna e fregarmene di tutti e tutto per il mio bene ho sempre pensato prima agli altri... se non faccio così mi sento una cacca.. e quindi avanti. .. andiamo a lavorare... siamo presenti.. in casa e fuori... e arriviamo al venerdì uno straccuo al confronto pare una regina.....

A dopo... se ce la faccio. ..

**paola63** Giovedì, 26 Novembre 2015 14:24

**rieccomi**

Intanto grazie a tutte/i : la prima sensazione è quella di essere fra persone sensibili e disponibili

,ma, come ho già potuto sperimentare altre volte, la sensibilità e la disponibilità sono

caratteristiche "proprie" di chi non ha vita facile...insomma io credo nelle "affinità elettive".Allora :

cara Mamma Lara la neurooga che mi ha visitata lavora nel gruppo "Neuromed " di Pozzilli...un centro

di eccellenza a quanto pare ,ma ,sinceramente aggiungere un antiepilettico al Laroxyl che prendo già

da oltre un anno per la neuropatia del pudendo mi è sembrato eccessivo...insomma io credo che lo

stress di sopportare una malattia rara mi abbia "dato " ala testa...posso sapere un po' di più sui

percorsi "obbligati " che bisognerebbe fare?Neurologo e...?Grazie !

**nico26** Giovedì, 26 Novembre 2015 13:36

Buon giovedì dal lavoro e benvenuta alla nuova iscritta!Non conosco la tua patologia ma con l'aiuto di Lara e di tutte noi ti sentirai meno sola e saremo al tuo fianco.

Ho gente.....

**Annuccia** Giovedì, 26 Novembre 2015 11:36

LARA, argomento doloroso , lo so bene cara. 😞

**Annuccia** Giovedì, 26 Novembre 2015 11:35

FEFFE, teniamoci care le persone sensibili, ce ne sono sempre meno. Ormai non mi aspetto nulla dalla maggior parte delle tante persone che frequento. Troppi sono i problemi di tutti e quindi l'egoismo regna. Posso anche capirlo. Dovrei imparare anche io ma credo che ormai rimando alla prossima vita.

**Annuccia** Giovedì, 26 Novembre 2015 11:32

Buongiorno a tutti!

**lile** Giovedì, 26 Novembre 2015 10:35

Lara, ovviamente puoi chiedermi quello che vuoi quando vuoi 😊  
Sto provando a fare gli esercizi, non mi viene facile ma sto cercando soprattutto di abituarli alla posizione

**cri69** Giovedì, 26 Novembre 2015 09:47

PIERA si prende soprattutto l'anima e se ci sono dei figli il ricatto scatta in un attimo ...si fa presto a dire ,io me ne sarei andata...non si sa mai cosa c'è dietro....

**feffe81** Giovedì, 26 Novembre 2015 09:39

Benvenuta PAOLA63.

MAMMALARA anche io sto patendo molto il freddo, la mia casa si scalda difficilmente per cui anche se ho deciso che posso spendere di più in riscaldamento, più di tanto caldo non fa 😊 per fortuna il bagno è caldo 😊

Per quanto riguarda il Prof, sì che gli manco 😊 ieri poi siamo andati a pranzo fuori insieme 😊 si è sfogato un po', sua moglie non sta bene...è depressa...così gli ho parlato un po' della mia esperienza, non gli avevo mai detto in passato queste cose. Lui è molto sensibile e comprensivo.

LILE mi spiace che tu non sia stata bene nonostante tu sia stata "riguardata", purtroppo siamo un po' così...ti faccio compagnia con la nausea

**Piera** Giovedì, 26 Novembre 2015 09:29

Lara ho seguito un programma su rai3 molto ben fatto su episodi di grave violenza sulle donne, culminavano tutti con l'omicidio della povera vittima.....tutte subivano in silenzio!!! nemmeno la famiglia di origine a volte sapeva.....in rete i commenti su questi silenzi si sprecavano: ma come faceva a sopportare, io lo avrei mollato, io non ci sarei stata, lo avrei denunciato ecc..ecc...e invece di parlare dell'uomo violento, si commenta solo il comportamento della povera maltrattata: una donna nella maggioranza dei casi: sola, povera e senza forze , perché l'uomo violento ti prende tutto: anima e corpo, in certe situazioni dico io, bisogna trovarsi, prima di emettere sentenze!!!

**mamma\_lara** Giovedì, 26 Novembre 2015 09:06

Piera, il tuo messaggio di ieri sulla violenza alle donne mi ha commosso e non poco.

Non ci chiediamo mai perché solo il 7% delle donne parla della violenza subito. Bisognerebbe chiederselo e darsi delle risposte. In tante stanno zitte e ne hanno validi motivi che neppure sto ad elencare. Sai quante volte mi sono sentita dire: "ma perché ci sei stata così tanto tempo insieme a quell'uomo? lo sarei venuta via prima". Poi ci sono violenze che è neppure pensabile di poterne parlare per tanto ti hanno segnato.

Taccio perché è un argomento che mi toglie il respiro.

Grazie mille però, questo te lo devo dire ♥

**mamma\_lara** Giovedì, 26 Novembre 2015 08:59

Lile, poi in privato ti chiedo una cosa non appena avrò un minuto.

Prova a fare gli esercizi di respirazione. Adagio e per pochissimo tempo.

**mamma\_lara** Giovedì, 26 Novembre 2015 08:55

Feffe, ma pensa un po', anche tu mica riesci a riposarti, anche un lavoretto all'Università hai trovato da fare. Sono certa che manchi al tuo Prof.

Aspettiamo il nuovo lavoro 😊

**lile** Giovedì, 26 Novembre 2015 08:55

Buondi

il mdt continua... poco, ma quella che si fa sentire di più è la nausea...

ieri sera ho rinunciato alla lezione di tango per il freddo e il mdt che già c'era, ho pensato che così mi sarei potuta fare lo shampoo con calma e svegliarmi presto e riposata la mattina... invece non è cambiato niente e sono arrivata in ritardo anche oggi. Sono un po' sconfortata...

Luigi, io ancora prima di sapere cosa fosse un diario della cefalea avevo sperimentato un'app per android che si chiama "Migraine Buddy", ai tempi l'avevo trovata molto completa ma, ripeto, non avevo neanche mai fatto una visita dal neurologo. Poi il telefono mi si è incasinato, ho perso l'app e non l'ho più usata....

Benvenuta Paola, vedrai che qui troverai sia consigli che conforto 😊  
Buona giornata

**Piera** Giovedì, 26 Novembre 2015 08:54

Paola benvenuta ho guggolato in rete per trovare qualche informazione sulla tua patologia, e' proprio classificata come malattia rara e fortemente invalidante, ho visto pero' che c'e un'associazione di pazienti molto attiva.....certo che il mdt specie tensivo a seguito di un dolore cronico cosi' terribile , puo' anche venire

**mamma\_lara** Giovedì, 26 Novembre 2015 08:53

Cri, anch'io ho fatto caso che Simona non ha scritto. Spero stia bene e che Tito non sia peggiorato.

Per il freddo sono con te. Non so come farò quest'inverno. Gabriele intanto ha già alzato la temperatura in casa di un grado, mi ha detto che non se ne parla di farmi patire tutto il freddo dell'anno scorso. Poi sarà anche che mangio diversamente e che assumo poche calorie, ma freddo ho freddo.

Cerco di abbassare la temperatura ma lui la rialza. Però da un po' di tempo ha freddo anche lui. Ogni tanto gli scappa detto che sta invecchiando, ma non è mica vero, è ancora un ragazzo ♥

**mamma\_lara** Giovedì, 26 Novembre 2015 08:48



Paola63, mi spiace tantissimo che tu abbia aggiunto anche il MDT a una patologia che dal nome mi sembra anche un po' bizzarra, però "malattia rara" mi mette sempre agitazione.

Sei sicura che il neurologo che hai visto sia un esperto in cefalea?

Ti ho messo la mia bustina così se vuoi scrivermi in privato di dove sei possiamo vedere se ci sono centri o neurologi che conosco.

Intanto mi fa piacere tu sia approdata qui. Noi sicuramente tiosterremo e ci saremo sempre nel caso tu ne avessi necessità per quello che saremo in grado di fare.

**mamma\_lara** Giovedì, 26 Novembre 2015 08:42

Luigi, ci sono app per iPhone, io quando possedevo questo telefono l'avevo. Poi un giorno si è spento e non ha più funzionato. Ora ho un'altra marca di telefonino quindi ho iniziato a fare il diario come l'ho sempre fatto.

Prova a cercare in rete, vedrai che ne troverai per android o altro. Quando viene mio figlio a Natale se mi ricordo gli dico di scaricarmene una. Io non mi azzardo per paura dei virus.

**mamma\_lara** Giovedì, 26 Novembre 2015 08:38

Buongiorno a tutti

**cri69** Giovedì, 26 Novembre 2015 07:43

Buongiorno a tutti ,qui freddo ,freddo e nuvoloso.

lo negli ultimi tempi ho sempre un freddo assurdo,sembra che non riesca mai a scaldarmi...e,l'inverno deve ancora cominciare,mi devo far coraggio.

non leggo Simona, speriamo stia meglio.

**cri69** Mercoledì, 25 Novembre 2015 22:48

PAOLA 63 benvenuta tra di noi,vedrai che se avrai la costanza di rimanere troverai giovamento. Per il momento una notte serena a tutti

**cri69** Mercoledì, 25 Novembre 2015 22:45

LUIGI64 io mi sono fatta lo schemino con excell.

**paola63** Mercoledì, 25 Novembre 2015 22:04

**eccomi**

Salve e grazie per avermi accolta...storia un pochino complicata la mia: da circa due anni convivo con una neuropatia "rara" che ha un nome che è tutto un programma :neuropatia del pudendo...e siccome non mi bastava da circa un mese anche la mia testa ha cominciato a farsi sentire...una cefalea tensiva a detta del neurologo , un dolore che vaga dalla sommità del capo a dietro la nuca ...accetto consigli e conforto...grazie di nuovo

**Luigi64** Mercoledì, 25 Novembre 2015 21:37



## DIARIO CEFALEA

ma esiste un app per il diario della cefalea così non si perdono tutti i fogli compilati a mano che poi si perdono nel tempo e non si trovano quando servono ?

**mamma\_lara** Mercoledì, 25 Novembre 2015 20:45

E' arrivata una nuova amica.  
Diamo la benvenuta a paola63

**feffe81** Mercoledì, 25 Novembre 2015 20:28

passo per un salutino, qui tutto bene, oggi ho lavorato un po' all'Università e devo fare ancora qualcosa in settimana, non ne ho molta voglia ma va bene. Poi sono andata dalla parrucchiera e la ragazza che lava i capelli si ricordava della mia testa delicata nonostante fossi andata 5 mesi fa 😊 è stata bravissima 😊  
ROSSANA ti capisco, quando si parla di pubblico...  
CRIS tieni duro...speriamo non duri troppo a lungo...

**Cris83** Mercoledì, 25 Novembre 2015 16:59

Ciao a tutti!  
Oggi giornata no.. Sono a casa tra mal di testa e vomito.. Non so se reggerò senza prendere nulla 😞

Non riesco a legervi ma vi mando un abbraccio..



**Piera** Mercoledì, 25 Novembre 2015 14:16

Esistono vari tipi di sensi di colpa, la mia vita ne e' stata sempre piena , ho dovuto portare grandi borse per contenerli tutti, ad una conclusione pero' ci sono arrivata pure io: nessun senso di colpa puo' cambiare il passato e nemmeno il futuro.....quelle di cui parla Annuccia credo siano piu' che altro delle preoccupazioni che nutriamo verso chi amiamo e che vorremmo vedere sempre sereni, contenti e in salute. Poi esiste un "senso di colpa" che trovo il piu' terribile di tutti, quello delle vittime di violenza che si fanno carico di un sentimento che i colpevoli non provano mai.....finisco in allegria chiedendovi : "sono nati prima i carboidrati o i sensi di colpa???" 😊😊

**mamma\_lara** Mercoledì, 25 Novembre 2015 13:37

Annuccia, se ascoltassi quello che vorrei fare per gli altri non mi basterebbero le giornate fatte di 100 ore. per questo credo serva una misura anche a quel nostro voler fare tutto ad ogni costo. Quindi anche qui serve una misura, che noi molte volte non riusciamo ad avere. Almeno io non riesco ad avere, per questo mi sono messa a ragionarci su e un po' di beneficio ne ha portato 😊

**mamma\_lara** Mercoledì, 25 Novembre 2015 13:22

**E' USCITO IL 100° NUMERO DI CEFALEE TODAY: AUGURI A NOI!!**

**Annuccia** Mercoledì, 25 Novembre 2015 12:07

Almeno nel mio caso.

**Annuccia** Mercoledì, 25 Novembre 2015 12:06

LARA, vivere con i sensi di colpa no, ma credo che comunque chi vive senza averne ha poca sensibilità e pensa solo a se stesso. Avere sensi di colpa , forse, è un volere fare tanto per gli altri e non sempre riuscirci.

**Annuccia** Mercoledì, 25 Novembre 2015 11:58

Buongiorno a tutti!

ROSSANA, davvero ammirevole la vostra Margherita.

Bene per le chiacchiere spensierate con i fratelli, so di cosa si parla. Quando ci si riesce è davvero bello.

PAULA, ho sempre creduto in Fausto ed ecco che ora può raccogliere i frutti..... meglio pochi che niente. D'altra parte, come dice Lara, ormai sono tutti precari, e i diritti dei lavoratori sono ridotti all'osso, della serie "o mangi questa minestra o salti dalla finestra!"

SIMONA, ti penso per il tuo gattone.

**paula1** Mercoledì, 25 Novembre 2015 10:50

Buona giornata a tutti...scendo in città...qui c'è il sole 😊

**mamma\_lara** Mercoledì, 25 Novembre 2015 10:02

Scusate gli errori ma non sto rileggendo ciò che scrivo. Ho fretta

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

[oggi è la giornata mondiale contro la violenza sulle donne.](#)

E i sensi di colpa per questa ragazza chi li ha.

Ho passato gli anni più belli della mia vita come se fossi chiusa nella peggiore delle prigioni. E chi ha i sensi di colpa per quello che ho subito?

Devo alleggerirmi l'anima per forza dai miei perchè a me nessuno ha mai chiesto scusa. MAI

**rossana** Mercoledì, 25 Novembre 2015 09:43

Buongiorno a tutte,

scappo che sono in ritardo per le commissioni di rito.

LARA mia nipote Margherita è la seconda figlia a fare questa esperienza in famiglia.

Economicamente pesa, non c'è che dire ma loro genitori hanno fatto delle scelte precise. Ora che hanno i figli tutti fuori in due hanno una Pandina e anche vecchia e ormai le vacanze le saltano da un pezzo.

I ragazzi fanno la vendemmia e altre piccole cose che trovano, come lavorare in gelateria o in pasticceria dal padre...insomma credo abbiano capito come funziona: non sono figli di persone ricche quindi per avere bisogna dare prima e dopo.

Quando sono talentuosi a scuola dispiace dire di no poi ognuno sceglie per come sa fare e come può.

A dopo, buona giornata

**mamma\_lara** Mercoledì, 25 Novembre 2015 09:40

E sulle mie colpe ci lavoro, ma mica posso piangermi addosso. Cerco di rimediare e anche in fretta.

ma ne conosco tante di persone che mi calpestando come uno zerbino poi si piangono addosso come se a calpestarle fossi stata io.

Ma va la. Crescete un pochino e arrangiatevi la vita come ho fatto io da sempre.

To mo

**mamma\_lara** Mercoledì, 25 Novembre 2015 09:37

Poi sinceramente di cosa dovrei sentirmi colpevole?

Non immaginate quante colpe mi hanno dato ed ero innocente.

Ok, da un po' mi prendo le mie e le altre le mando al mittente 😊😊😊😊😊

**mamma\_lara** Mercoledì, 25 Novembre 2015 09:34

Il senso di colpa, mamma mia quanto ci ho lavorato.

lo ho fatto ben i conti con questo sentimento e mi sono accorta che dovevo lavorare sul senso di colpa inconscio per riuscire a sistemare le cose.

Mi sono accorta che tante volte non avevo motivo di avere sensi di colpa e su quelli mica dovevo starci su troppo tempo. altrimenti nasceva in me uno stato difficile da controllare. Mentre invece se avevo motivo di avere sensi di colpa cercavo di chiedere scusa o di rimediare.

Ho lasciato perdere tante volte l'orgoglio inutile del voler essere sempre in "ordine".

Ehhh si, mi scappa spesso di fare cavolate, ma mica posso ammazzarmi per questo. Chiedo scusa e cerco di rimediare. Alle volte i sensi di colpa nel mio caso sia ben chiaro, avevo l'idea che fossero lì

per farmi poi pensare di pagare per l'errore fatto. E stavo lì a pensarci e ripensarci come per espiare

il malfatto. 😞😞😞😞

Ma va la mi sono detta ad un certo punto. Mica è una vita sana questa. Ci sono persone che ammazzano o rovinano la vita a tutti quelli che gli stanno vicino senza provare il minimo senso di colpa e io mica ho combinato cose orribili per distruggere la mia vita rimuginando ciò che potevo fare o non fare.

Ora certo che devo impegnarmi, perchè questo tarlino è sempre in agguato, chissà perchè, forse è da cercare nella mia infanzia, ma mica posso star dietro anche a questo, già ne ho da sistemare di cose. Così cerco di fare ammenda per gli errori fatti e cerco di non ripeterli in futuro. Un po' questo serve.



**mamma\_lara** Mercoledì, 25 Novembre 2015 09:21

Paula, dai va che è una buona notizia. Se viene assunto dalla stessa azienda potrebbe essere una cosa buona. Di a Fausto di prenderla come viene, i miei vivono così precari da 3 anni e anche di più non senza grosse difficoltà e alle volte anche perdendo un bel po' di salario. Ci vuole pazienza, i tempi sono difficili e non poco. Però questa a parer mio è pur sempre una notizia rassicurante

**mamma\_lara** Mercoledì, 25 Novembre 2015 09:17

Rossana, sono certa che il pubblico gradirà lo spettacolo, ma è pur sempre una preoccupazione per voi che fate lo spettacolo. Capisco.

Per la cena in famiglia immagino ben le risate, poi la nipotina che studia così lontano sarà stato proprio emozionante parlarle anche solo in "video conferenza".

Anche a me piacerebbe che Emma facesse questa esperienza. Chissà se i genitori potranno permetterselo. Speriamo.

**paula1** Mercoledì, 25 Novembre 2015 09:16

Buon giorno a tutti...anche qui deve essere un bel freddo perchè stamattina fuori è tutto brinato...io scendo alle 11 con la corriera blu e recupero Sella...stasera non so come mi organizzo...vivo alla giornata 😊😊😊

ieri abbiamo avuto una notizia positiva: a Fausto gli verrà confermato il contratto di lavoro, con un mese di anticipo si dovrà dimettere dall'agenzia interinale e verrà assunto dal primo dicembre direttamente dall'azienda col Job Act, non sa spiegarsi il perchè ma non riesce ad essere entusiasta di questa cosa...certo che i contratti non sono più come una volta e i diritti più importanti sono stati cancellati, ma io credo che se l'azienda resiste si possa arrivare bene alla pensione....  
vabbè dovrà ammortizzare ancora il tutto e finchè non ha le carte in mano non sarà sicuro al 100%...

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

Nico, stai certa che se non la trovo da altra parte arrivo a Campogalliano e vuoi che non la faccia una scappatina da te.

Ora sto cercando da noi. Non appena ho un minuto vado al Mercatone e anche da Semeraro. Poi se Enza va all'Ikea le dico di guardare anche lì. Per me l'Ikea è troppo grande da girare per come sto messa ora.

**mamma\_lara** Mercoledì, 25 Novembre 2015 09:09

Cri, va la che se a te sembra vadano bene le analisi, vuol dire che di sballato sballato non c'è nulla di importante. Ma aspetta ciò che dice il medico, poi magari insieme a lui vedi cosa fare.

**mamma\_lara** Mercoledì, 25 Novembre 2015 09:08

Cri, anche qui ghiaccio. per fortuna io mica devo uscire di casa, ma il freddo è freddo e a me da fastidio anche se sono chiusa in casa al caldo. Poi caldo per me non lo è mai abbastanza. 😊

**mamma\_lara** Mercoledì, 25 Novembre 2015 09:07

Buongiorno a tutti. Mi sto preparando per il gruppo di oggi. Probabilmente arriva una nuova ragazza e devo fare delle copie da darle.

Poi mi devo anche preparare su altre cose per il gruppo, perchè così si deve fare. 😊

**cri69** Mercoledì, 25 Novembre 2015 08:00

Buongiorno a tutti , qui ghiaccio..

IO non mi ci metto nemmeno a parlare dei sensi di colpa ,altrimenti sto qui una settimana....

I miei esami sembrano andar bene ,poi vedremo quando li valuteranno i medici..Vedo di darmi una mossa perchè ho freddo.

**nico26** Mercoledì, 25 Novembre 2015 06:53

Buondi a tutte/i dal lavoro .

Si ragazze penso che i sensi di colpa abbiano e facciano parte ancora della mia persona.Ci lavoro tanto ma ogni tanto vengon fuori come funghi e si fa una fatica immensa ad elaborarli .Ci proviamo però 😊 .

Simo non devi dire che ci affliggi con la situazione del tuo micio .Ci mancherebbe .Nessuno di noi si permette di giudicare la sofferenza di una persona per qualsiasi cosa sia.

Ognuno di noi porta dentro di se un vissuto fatto di gioie ,di dolori e siamo qui insieme per condividere questo cammino senza mai e poi mai giudicare.Ti vogliamo bene ricorda.E poi io vorrei abbracciarvi tutte/i con un caldo e caloroso bacione pieno di affetto .

**rossana** Martedì, 24 Novembre 2015 23:52

Provo a spegnere il computer e non solo, predisponendomi per il sonno.

Ho detto al papà che domattina conto di andare e farò di tutto visto che ho saltato stamattina.

A proposito di sensi di colpa.....

D'altra parte mica si arriva sempre dappertutto, oggi ho anche fatto compagnia a mia suocera mentre la signora era fuori, ho dato il cambio a mia cognata due orette.

Buona notte, a domani

**rossana** Martedì, 24 Novembre 2015 23:48

LILE bello sentire del tuo week-end, meno del seguito.

SIMONA spero che per Tito la pena finisca presto.

Cavoli ora non riposi neppure bene, ovvio che la giornata parta in salita.

CRIS e LILE e tutte quelle che lavorano...i sensi di colpa mamma mia che problema!

Hanno dato da fare anche a me e un bel po', quante mattine sono stata ore nel dubbio:vado non vado, vado no no non vado..ma si dai vado, provo. Che fatica.

**rossana** Martedì, 24 Novembre 2015 23:42

LARA per il teatro stavolta proprio non ci siamo.

Stavamo lavorando a uno spettacolo partito bene e che potremo fare a partire da marzo, e ideato proprio da noi.

Nel frattempo ci hanno chiesto di esibirci in un teatrino per una raccolta fondi il 12 dicembre e stiamo mettendo insieme qualcosa ma diventa un "ripiego" come diciamo qui ed io preferirei non farlo.

Non tanto perché ho qualcosa da perdere, figuriamoci.

Ma per rispetto nei confronti del pubblico (se ce ne sarà) che comunque esce di sera, fa un'offerta e si aspetta qualcosa come è normale che sia.

In questo senso la cosa per me deve essere seria e fatta ad arte, almeno la sufficienza se no anche con le migliori intenzioni ma prendiamo in giro le persone.

Vedremo 😊

Stasera sommando i tempi delle cose che stiamo preparando siamo a 40' di spettacolo.....decisamente scarso. Mah, non vedo l'ora di superare la data del 12.

**rossana** Martedì, 24 Novembre 2015 23:37

Buona tarda sera a tutti,

rientriamo ora dalla cena in famiglia, la mia. Anzi coi miei fratelli perché il papà da un po' non sale a cenare con noi, per lui è tardi e fa fatica a quell'ora. Deve mantenere i suoi ritmi povero ed è già tanto.

Abbiamo riso un bel po', le abbiamo sparate, che bellezza 😊

Abbiamo anche parlato con Margherita su Skype che non vedeva l'ora che la finissimo.....o così sembrava, le zie non smettevano di fare raccomandazioni.....che ridere.

E il suo papà a dirle: se vuoi tornare non hai che da dirlo e ti vengo a prendere anche subito.

E lei a dire che vuole diplomarsi là e fare direttamente l'università là 😊

L'ho vista determinata e sicura di sè al di là di queste sue esternazioni, le soddisfazioni a scuola le sta raccogliendo e in famiglia sta bene.

La stanza che le hanno assegnato è grandissima e con bagno personale.....una meraviglia 😊

**mamma\_lara** Martedì, 24 Novembre 2015 21:31

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

**mamma\_lara** Martedì, 24 Novembre 2015 21:30

Simona, speriamo che Tito non abbia bisogno di decisioni che ti possano far stare ancora più male. Per tutto il resto speriamo che tutto vada bene

**mamma\_lara** Martedì, 24 Novembre 2015 21:27

Cri, domani guarderò bene di cosa si tratta. Grazie mille

**Simona** Martedì, 24 Novembre 2015 19:52

Eccoci a sera.. la situazione di tito è invariata. .. domani chiederemo al veterinario. . Non mi voglio di certo accanire e farlo star male.. odio vedere gli animali star male e se è il mio gatto a maggior ragione non voglio farlo soffrire se non c'è e rimedio... cmq c'è tanta tristezza.. tanta davvero... Lara spero arrivi un periodo di tregua perché la testa non è mai libera inoltre ho vari fastidi che mi fanno far ben bene della fatica. .. ma andiamo avanti sperando sempre in un domani migliore. ..

Buonanotte adoraro forum. ..

**cri69** Martedì, 24 Novembre 2015 19:35

LARA non provo nemmeno a spiegarti perché sicuramente non ti spiegherei bene. Trovi tutte le info qui, <http://www.stel.it/>, è una ditta di Gambulaga. Il mio problema è che alla sera non avevo mai connessione nonostante il wifi e non arrivavo mai con i giga a fine mese. Così con € 26 mensili ho 4 g e connessione h 24. Vediamo, Giulia ce l'ha da anni e si trova bene .

**mamma\_lara** Martedì, 24 Novembre 2015 17:37

Paula, sugli animali quando stanno così male e senza speranze la penso come te, ma è difficile prendere queste decisioni.

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

Paula, anche a me è successo mentre ero in Sicilia, poi ho desistito perché il tempo era veramente poco.

Da noi oggi giornata di sole così ho asciugato tutto il bucato 😊

**mamma\_lara** Martedì, 24 Novembre 2015 17:10

Annuccia, anche a Gabriele anni fa è arrivata una raccomandata da Firenze mi sembra, per una multa mi sembrava fosse. Per fortuna si sono accontentati della telefonata che ho fatto. Gli ho detto che li avrei denunciati visto che l'auto non era la stessa. Ma non credo sia stato per il fatto che urlavo al telefono come una folle. Chissà perché hanno mollato la "pezza". Forse erano altri tempi. Ora se

riescono a farlo provano a sottrarci soldi a destra e manca. 😡😡😡

**mamma\_lara** Martedì, 24 Novembre 2015 16:57

Cri, la tiroide è sempre un bene controllarla e anche i dosaggi ormonali. Sei proprio brava.

Ma la parabola che metti è per caso la banda larga. O cos'altro.

Se vuoi puoi spiegarmi meglio. Io qui ho una connessione che è lenta come l'anno della fame

**mamma\_lara** Martedì, 24 Novembre 2015 16:51

Feffe, sempre tu possa farlo. Altrimenti ci basta sapere che va tutto bene

**mamma\_lara** Martedì, 24 Novembre 2015 16:51

Feffe, ma quanto me lo sono goduto il mio nipotino. Una gioia incontenibile per me.

Poi ho fatto anche una bella chiacchierata con la sua mamma, anche questo mi ha dato gioia.

Insomma, un fine settimana proprio bello. 😊😊

Sai che per me da quando faccio questa dieta-profilassi i fattori scatenanti per l'emicrania non è che sono così scontati. Non mi azzardo a mangiare cioccolato fondente, ma ogni tanto uso il cacao amaro e non mi da nessun problema. Forse è perché non accumulo molte sostanze a me nocive. Mi viene da pensare questo, ma chissà se è poi vero. Intanto prendo questo 😊😊😊😊

Per il lavoro poi ci terrai informate/i

**mamma\_lara** Martedì, 24 Novembre 2015 16:46

Simona, speriamo arrivino tempi dove il MDT si prende un po' di vacanza.

**mamma\_lara** Martedì, 24 Novembre 2015 16:45

Cris, se può esserti utile, anch'io non riesco a dormire per tanti mesi. Nel mio caso penso fosse che non ero abituata a dormire la notte, ora è un po' di tempo che non mi alzerei mai dal letto. Dormo da sera alla mattina e se sto a letto dormo in continuazione. 😊 Penso che il nostro corpo abbia necessità di adeguarsi anche ai cambi di dieta alimentare. Sentirà ben che c'è qualche cosa di diverso

**paula1** Martedì, 24 Novembre 2015 12:49

Buon giorno...avevo scritto un messaggio, ma non è partito evidentemente..... qui il tempo è variabile e stamattina aveva provato a nevicare...ora va e viene un po' di sole.....dopo esco a buttare la differenziata e vediamo che temperatura c'è..... la testa sta meglio e solo ogni tanto di sera mi viene uno strano dolore a sinistra...che poi passa da solo...ho il sospetto di avere dei picchi di pressione alta...ma non me la provo mai..... SIMONA avevo scritto un messaggio anche per te per via di Tito...io sono convinta che se gli animali potessero parlare ci chiederebbero di non farli soffrire, ma sono decisioni estremamente difficili e personali..... CRIS83 anche a me manca Paddy e sono passati due anni....qui in frazione stanno provando a prendere un lagotto inselvatichito, ma per ora non se hanno notizie.....è malconcio e non passerà l'inverno, ma non si fa avvicinare...

**mamma\_lara** Martedì, 24 Novembre 2015 12:42

Buongiorno a tutti. Sono di corsissima. Vi leggo dopo. Ora devo fare la pappona

**Annuccia** Martedì, 24 Novembre 2015 11:58

Buongiorno a tutti!

stamani è arrivata una rogna assurda, un'ingiunzione per Roberto da Empoli..... 😞 sono stata al telefono fino ad ora. Sembra un'omonimia, oggi devo fare un'autocertificazione e mandarla via pec ..... siccome ne ho poche mi si aggiungono anche gli errori degli altri, e per fortuna c'era Andrea che ha ritirato la raccomandata. Oggi è il suo giorno libero dal lavoro.

**Cris83** Martedì, 24 Novembre 2015 11:30

.. Cmq anch'io la mattina mi sento peggio.. Prima l'attacco a volte arrivava al pomeriggio o la sera.. Ora che sono diminuiti o sto male al mattino o di notte!

**Cris83** Martedì, 24 Novembre 2015 11:29

Buongiorno..

LILE anche a me i sensi di colpa mi affliggono parecchio.. Ma ultimamente ho imparato a fregarmene e un po'.. Anche perché se sto a casa e non riesco ad andare a lavoro é perché sono a pezzi.. Quando proprio non vado é perché l'unica cosa che riesco a fare é il tratto dal letto al bagno

**lile** Martedì, 24 Novembre 2015 10:34

Buondi

lo ho passato un bellissimo weekend..giovanni mi mancava moltissimo... purtroppo nel frattempo è arrivato il ciclo e il mdt... nel weekend è andata ancora bene, ora... non riesco ad arrivare in ufficio in orario, mi sveglio la mattina con la nausea e come se qualcosa mi stesse schiacciando, la testa che pulsa... dopo va un po' meglio e riesco a sopportare, ma il risveglio non è dei migliori... quasi darei malattia ma a stare a casa non so quanto cambierebbe e comunque non riuscirei proprio... era nico che parlava dei sensi di colpa? Le poche volte che mi sono messa in malattia mi sono sentita anch'io così... vabè che mi ci sento lo stesso perché non mi sembra di fare comunque abbastanza... Cris, Fefe, Simona, mi dispiace che non stiate bene...forza...

Lara sono felice per il tuo weekend con il nipotino

Vi abbraccio... buona giornata

**nico26** Martedì, 24 Novembre 2015 10:28

Buongiorno amici miei.Giornata di sole e spero che continui anche dentor di me.Allora Lara se quando vieni a Campogg non me lo dici ti uccido di baci!!!!!!!!!!!!simo di sono vicina ...ho passato qualche mese fa' la tua situazione 😞

**feffe81** Martedì, 24 Novembre 2015 08:17

CRIS e SIMONA mi spiace che non abbiate riposato stanotte 😞

**feffe81** Martedì, 24 Novembre 2015 08:15

Buongiorno a tutti. ANNUCCIA 😊

MAMMALARA sono contenta tu ti sia goduta Ettore così 😊 il lavoro nuovo inizia tra una settimana. Ieri mi è arrivato un attacco secondo me a causa di una fetta di cheesecake che ho preso per merenda. Sono andata a yoga ma il dolore è salito tanto e rapidamente, ho preso il trip e ho passato la lezione sdraiata immobile. Ha funzionato, ma stamattina non è che mi senta bene 😞

**cri69** Martedì, 24 Novembre 2015 07:40

Un fresco buongiorno a tutti.

Oggi andrò a prendere gli esami, vediamo se la mia tiroide comincia a fare il suo dovere, già che c'ero ho fatto anche il dosaggio ormonale, vorrei andare a fare un controllino così vado con i compiti già fatti...

E, finalmente, oggi vengono a mettermi l'ora parabola per internet, non se ne può più. Abbiamo già speso una marea di soldi che si saremmo pagati l'impianto 3 volte... ma finché lo dicevo io... 😞. Tobia il porcellino cresce a vista d'occhio... è bellissimmmooooo.

**Simona** Martedì, 24 Novembre 2015 07:10

Buongiorno adorato forum. ..

Cris anche per me notte poco riposante. .... 😞😞 E oggi giornata intensa.... così si inizia in salita. ... 😞

**Cris83** Martedì, 24 Novembre 2015 02:13

Ciao..

Oggi vi ho letto ma ero un po' di poche parole e assediata dal mal di testa..

Ora va meglio.. Ma proprio non riesco a dormire uff.. 😞

Notte e sogni d'oro..

A domani ❤️

**mamma\_lara** Lunedì, 23 Novembre 2015 22:17

Niente da fare. Il computer fa le bizze.

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

**mamma\_lara** Lunedì, 23 Novembre 2015 22:14

Rossana, tanta gioia e anche grande. Guardo le foto e mi sembra di aver sognato.

Non oso pensare a cosa state inventando tu e la tua amica. Sulla fiducia che ho nelle tue capacità io comprerei a scatola chiusa il vostro spettacolo.

Per la piscina sei troppo brava. Io morirei dal freddo. Pensa che neppure in estate con il sole cocente riesco ad andare in acqua, anche se calda

**mamma\_lara** Lunedì, 23 Novembre 2015 22:07

Ecco, ora va. Spero continui.

Simona, chissà che pena vedere Tito in quelle condizioni. Speriamo riesca a stare meglio

**mamma\_lara** Lunedì, 23 Novembre 2015 22:04

Scrivo dal cellulare. Il computer non funziona

**mamma\_lara** Lunedì, 23 Novembre 2015 21:58

Paula, proprio ieri sera il signore che mi ha assistito in aeroporto a Bologna, mi ha detto che era arrivata la neve sulle colline di Bologna. Ho pensato subito a te. meno male che ora piove. Va la che va bene così.

**mamma\_lara** Lunedì, 23 Novembre 2015 21:56

Trovato, è a Campogalliano. Quando vengo a Modena faccio un salto li 😊  
E domani telefono

**rossana** Lunedì, 23 Novembre 2015 21:27

SIMONA povero Tito, si sta male a vederli così.

**rossana** Lunedì, 23 Novembre 2015 21:26

Ciao a tutte,

e un bentornato alle nonne che sprizzano felicità da tutti i pori 😊

Che bello, vi siete nutrite ben bene.

Sono sempre impegnatina in questi giorni.

Ieri ho portato il papà da una sorella con altre sorelle, data la bella giornata sono andata a vedere se era in vena ed è stato bene, mi ha fatto un gran piacere.

Stamattina piscina e alla fine tra esercizi e un po' di nuoto nel quale ho decisamente perso allenamento mi vanno via anche tre ore.

Poi a casa un po' di cose compreso il pranzo, riposo e ginnastica.....

Non faccio altro 😊

Domani lavorerò con un'amica un po' allo spettacolino di teatro che ci hanno chiesto di inventare per il 12 dicembre, poi la sera cena coi miei fratelloni.

Un buon programma mi aspetta.

Auguro a tutte di stare bene, mi ha fatto piacere leggere MARIA in positivo e mando un saluto ad ELISABETTA cui continuo a pensare.

A domani

**Simona** Lunedì, 23 Novembre 2015 21:23

Oggi abbiamo dovuto riportare Tito dal veterinario. .. non mangia e non beve da giorni ormai.. gli ha messo una cannula e ogni giorno dobbiamo portarlo da lui per idratarlo... se non riprende a mangiare sarà un problema... siamo in po tristi.. il veterinario la vede dura... dice di stargli vicino e fargli tante coccole.. in questi giorni è irriconoscibile. ....

Buona notte adorato forum. .. spero passiate una notte serena...

**paula1** Lunedì, 23 Novembre 2015 20:22

Buona sera a tutti...sono di poche parole perchè stanchissima...domani sono di riposo... 😊 qui diluvia e meno male che non è neve... 😊

Buona notte a tutti 😊

**mamma\_lara** Lunedì, 23 Novembre 2015 16:58

Ho corretto, il negozio era Conforama. Ho controllato perchè c'era una cosa che mi piaceva molto e ho controllato se avessi potuto trovarlo anche dalle mie parti

**mamma\_lara** Lunedì, 23 Novembre 2015 16:21

Devo sempre controllando la posta. Avevo 203 mail da leggere.

Senza le tue Cri, le avevo guardate tutte subito per vedere se avevo qualcosa da prendere 😊

**mamma\_lara** Lunedì, 23 Novembre 2015 16:20

Se vuoi parlare con chi li usa quei mezzi ti metto in contatto con mia sorella e mio cognato. Io stessa ne ho guidati per un bel po' di anni.

**mamma\_lara** Lunedì, 23 Novembre 2015 16:19

Feffe, bellissima la festa che ti hanno preparato. Ti hanno dato una bella soddisfazione. 😊  
Poi ci racconterai del nuovo lavoro.

**mamma\_lara** Lunedì, 23 Novembre 2015 16:17

Ho notato che quando mi assento da casa Gabriele non è che sta bene. Per fargli sentire meno la mia mancanza gli telefono spessissimo.

Poi ho capito che è l'aereo quello che lo fa stare male.

**mamma\_lara** Lunedì, 23 Novembre 2015 16:14

Nico, non appena ho un minuto passerò la tua parola a Roberto per la pubblicazione.

**mamma\_lara** Lunedì, 23 Novembre 2015 16:13

Nico, anche a me servirebbe una amica così. Poi però non saprei come fare. ho già tutti i congelatori strapieni

**mamma\_lara** Lunedì, 23 Novembre 2015 16:02

Era ormai più di una settimana che andava a farsi fare dei preventivi per sta cucina senza soddisfazioni.

lo ho potuto vedere all'opera un paio di persone in vari rivenditori e sinceramente nessuna che fosse in grado di trovare la soluzione ai problemi che Zeno presentava. Una addirittura neppure ascoltava le esigenze di chi le stava di fronte ma consigliava senza tenere presente i gusti di Zeno.

lo ho girato solo due giorni, ma penso a lui che da una settimana faceva sta cosa senza che nessuno gli desse retta. 😞

Poi per fortuna mi dice che mi avrebbe portato in un negozio, mi sembra si chiami Conforama, dove abbiamo trovato una ragazza proprio capace Livia se non ricordo male. Ebbene, dopo non poco sudare, perchè Zeno mica è uno scioppino in quanto a paturnie, ha le sue e non sono poche 😄 Ebbene sta ragazza lo ha sopportato e ha trovato il modo di chiudere la vendita, così Zeno presto avrà presto la sua cucina

**mamma\_lara** Lunedì, 23 Novembre 2015 15:46

Annuccia, ti pensavo questo fine settimana e mi dicevo che avevamo un po' le stesse tematiche. Anche tu il nipotino e casa, io come te nipotino - casa, solo che invece di chiuderla, ho aiutato Zeno a scegliere la cucina. Così a fine dicembre avrà anche lui una cucina dove farsi da mangiare.

Ora è praticamente accampato. 😞

Ma la cosa importante è avere una casa. 😊😊😊😊

**mamma\_lara** Lunedì, 23 Novembre 2015 15:42

Sono contenta carissime e carissime.

Sono proprio stata in compagnia di Zeno tutto il tempo e con Ettore quasi tutto il tempo che sono stata a Siracusa.

Una gioia infinita e anche di più.

Ettore cresce bene, è educato, socievole e affettuoso. E' stata una gioia immensa stare con lui.

Gli ho comprato un gioco a sua scelta e ho notato che si conteneva, gli ho chiesto se avesse avuto direttive al riguardo e ho capito che nessuno è intervenuto su questo fronte. E' proprio lui che così piccolo da valore al denaro e non vuole giocattoli costosi anche se gli fa l'acqua dietro. Mi ha fatto una tenerezza.

Anche lui come Emma, Mi sa che quando viene qui da me un pochino da fare ce ne sarà 😄😄😄

Poi mi giocherò la reputazione, cercherò di contenermi un pochino, ma qualcosa si deve fare. 😄😄 😄😄

**Annuccia** Lunedì, 23 Novembre 2015 11:49

LARA, anche io ho fatto il pieno di affetto dal bimbo... in attesa di riabbracciarlo. E' molto affettuoso per fortuna!

**Annuccia** Lunedì, 23 Novembre 2015 11:47

NICO, bella fortuna avere un'amica così. Anche se ormai qui da noi siamo sempre così attenti che mi darebbe fastidio avere i freezer stracolmi.

**Annuccia** Lunedì, 23 Novembre 2015 11:46

Buon lunedì a tutti!

LARA, anche a te bentornata!

FEFFE , ero certa che i tuoi colleghi ti avrebbero salutata con affetto, sei una persona speciale.

**nico26** Lunedì, 23 Novembre 2015 11:23

Buon lunedì a tutte/i

Lara che contentezza mi dai aver abbracciato Ettore 😊.lo vedo come va oggi al lavoro ma ho deciso

ceh devo lavorare su questa frase:  
prendere le distanze.

**mamma\_lara** Lunedì, 23 Novembre 2015 11:05

Buongiorno a tutti.

Ettore è una meraviglia. Mi ha fatto tantissimi abbracci e ho fatto fatica (non poca) staccarmi da lui. Sono state due giornate intense e piene di gioia. Ora è quella che voglio ricordare.

Poi vi racconto. ora devo sistemare le 203 mail che ho ricevuto 😊😊😊

**cri69** Lunedì, 23 Novembre 2015 08:11

Buongiorno a tutti, buon inizio settimana.

Alla fine ,ieri pomeriggio siamo usciti anche noi, siamo stati in zona, ma almeno non in casa.

Bene mi do una mossa perchè come al solito miliardi di cose da fare.

Tobia è cicciottino, diventerà un maialino sempre se prima la sua mamma non lo consuma a forza di lavarlo... troppo belli 😊😊😊

**Simona** Lunedì, 23 Novembre 2015 07:43

Buongiorno adoraro forum

**mamma\_lara** Lunedì, 23 Novembre 2015 01:53

Sono a casa.

Buona notte e sogni bellissimi per tutti.

State bene se potete

**feffe81** Domenica, 22 Novembre 2015 21:57

CRIS crepi! che bello le terme, se riesco ci vorrei andare anche io. Questa settimana sono inoccupata e ho mille cosine da fare 😊

MARIA mi fa piacere sentirti meglio!

ANNUCCIA bentornata a casa

**Annuccia** Domenica, 22 Novembre 2015 19:47

Tornati a Roma. Bella ammazzata ma tutto fatto. Ora c'è da mettere a posto e molto va giù in cantina. Tamponiamo gli errori...

**nico26** Domenica, 22 Novembre 2015 19:39

Buona domenica sera con l'amica milanese appena partita.

Ragazze/i non vi dico...perche' mi vergogno da quanta roba mi ha portato tutta surgelata e giuro ho il freezer in garage a 7 scomparti imballato. Calcolate solo che oggi in diretta mi ha fatto: tortelloni di ricotta, gnocchi di patate, taglietalle con farina integrale, torta salata di verdure e di cavolo nero, vellutata di rapa rossa, frittata di ceci , bocconcini di pollo sia con piselli sia con funghi, biscotti integrali e alla fine uno stufato di finocchio+sedano rapa+cavolo bianco. Solo oggi e pensate tutta la roba di ieri .Che bello pero' avere qualcuno che si occupa di te!!!

**Maria9195** Domenica, 22 Novembre 2015 17:45

Ciao. giornata fredda ma con sole.

Sono riuscita a fare una passeggiata in montagna e sono contenta 😊😊😊😊

**paula1** Domenica, 22 Novembre 2015 17:20

Buon pomeriggio..reparto tranquillo..c'è stato il sole tutto il giorno.....sinceramente spero che

Fausto mi venga a prendere così almeno mi riposo a casa mia...però non voglio insistere...la testa va meglio... 😊

brava CRIS83 hai fatto bene ad andare alle terme...

**mamma\_lara** Domenica, 22 Novembre 2015 17:19

Buona sera. Ci sono.

**Cris83** Domenica, 22 Novembre 2015 12:37

CRI anche qua é periodo di festa del tartufo.. Ma non penso che c'andrò.. Troppe cose buone da mangiare che non posso.. Meglio evitare tentazioni.

**Cris83** Domenica, 22 Novembre 2015 12:35

FEFFE che bella la sorpresa..  
In bocca al lupo x il nuovo lavoro..

**Cris83** Domenica, 22 Novembre 2015 12:34

SIMO mi dispiace x tito.. Spero possa stare meglio o che almeno non soffra troppo.  
Ieri erano due anni che é morta kimba. Sento ancora tantissimo la sua mancanza.. ♥

**Cris83** Domenica, 22 Novembre 2015 12:33

WOW PAULA già la neve?! Dev'essere davvero una scocciatura..  
Anche qui fa é arrivato un po' freddino..

Ieri giornata piena, sono andata a un centro termale nuovissimo e bellissimo vicino Firenze con delle amiche che avevo preso un'offerta du groupon..

Poi la sera sono stata qui a cena nel mio paese.. C'era l'inaugurazione di un libro che hanno fatto sui 100 anni del molino d'egola.. Con un sacco di foto vecchie dove c'é anche mio padre, parenti e amici vari.. Una cosa molto bella! Io e un'altra ragazza abbiamo dato una mano alla cassa..

Oggi x ora sono k.o.. La testa non regge molto.. Ora vedo intanto di preparare qualcosa x pranzo..  
Poi vedremo..

**paula1** Domenica, 22 Novembre 2015 10:00

😊😊 stanotte potevamo andare in video-conferenza allora !! e io avevo l'anteprima della neve ! 😊  
mica si scherza ! 😊  
ora mi preparo per scendere in città...la testa è delicata, ma non voglio prendere niente....  
Buona giornata a tutti 😊

**cri69** Domenica, 22 Novembre 2015 09:45

Buongiorno a tutti,emi sempre presente all'appello.Mi sento ed ho mezza testa gonfia 🤢.Oggi l'uomo voleva andare alla festa del tartufo...io no, andremo a quella delle olive...ma che palle !!!!!

**Piera** Domenica, 22 Novembre 2015 09:44

Simona anch'io stanotte non dormivo...a saperlo potevamo telefonarci 😊 Annuccia, allora non già tregua nemmeno crescendo con questi bimbi!!!! ieri notte Daniel e' stato sveglio dalle 4 alle 6, ieri finalmente e' riuscito a gattonare , Irene mi ha mandato il video e mi sono emozionata come se avesse fatto chissa cosa !!! 😊 fino'ora procedeva stile "marines" : strisciando faccia a terra, ora invece e' un perfetto cagnolino , correrà dietro al povero Becks, che tra lui e Vittoria, non sa piu' da chi difendersi !!!! 😊

**Simona** Domenica, 22 Novembre 2015 09:00

Buona domenica a tutti voi adorato forum ...  
Si Feffe.. oggi casa... riposo... l unica cosa che farò sono 2 lavatrici... che diluite in tutto il giorno credo che non mi peseranno troppo.. 😊 .... se mi verrà sonno mo merterò a dormire...

**feffe81** Domenica, 22 Novembre 2015 08:37

Buongiorno a tutti. SIMONA 😞 spero che oggi possa essere una giornata di riposo...  
ROSSANA evviva hai avuto un po' di tempo senza dolore 😊 ieri invece di fare quel che dovevo ho fatto quel che volevo, sono poi uscita per aperitivo. Ho scoperto che per i miei ritmi non devo evitare di andare fuori a cena che poi faccio tardi, devo andare fuori per aperitivo, così finisce all'ora a cui io vado a nanna 😊

**paula1** Domenica, 22 Novembre 2015 08:28

Buon giorno a tutti...qui neve 😞😞 e sole..

stanotte emicrania... 😞 e sono sicura che è colpa della neve 🤢🤢 ho preso 2 buste di Oki anche perchè oggi pomeriggio devo andare al lavoro.....speriamo sia tutto tranquillo....la domenica è problematica per gli spostamenti perchè il servizio pubblico è ridottissimo, oggi mi porta Fausto che

deve anch andare a trovare suo padre in ospedale, però poi stasera mi scoccia farlo tornare fino a Bologna.....vedremo...

**Annuccia** Domenica, 22 Novembre 2015 07:22

Buona domenica a tutti! Qua tutto abbastanza bene. Il bambino è vivacissimo e anche la notte fa tribolare. Simona, mi dispiace per Tito, spero anche io che non soffra troppo.

**Simona** Domenica, 22 Novembre 2015 03:19

Da ste parti non si riesce a dormire... 😞😞 Mi consola il fatto che domani è domenica. ..

**rossana** Sabato, 21 Novembre 2015 19:03

SIMONA bene per te, meno per Tito.

Speriamo non soffra troppo.

FEFFE fai bene a stare in ozio, io oggi l'ho fatto per tutto il giorno.

Ero sola perché Alberto era al lavoro e non sono uscita di mattina come sempre faccio, poi al pomeriggio ho continuato a fare niente.

Non so dire da quanto tempo non succedesse di star ferma senza avere dolore 😞

Ora però si esce, andiamo da amici 😊

LARA non sgobbare troppo, fai come me.

Cavoli nemmeno la ginna ho fatto, e d'altra parte l'ho fatta tutti i giorni + piscina due volte nella settimana e domani la rifarò.....ecchecavolo può ben bastare.

Ho allenato lo spirito,

Buona serata a tutte

**Simona** Sabato, 21 Novembre 2015 18:01

Invece ora abbiamo tito che sta male... vomita da 4 giorni e non mangia e non beve. . Oggi gabriele l ha portato dal veterinario. . Ha una brutta pancreatite... se riusciamo a curarlo si rimetterà ma non è cosa semplice.. 1 puntura al giorno ed è il meno... ma gli dobbiamo dare anche 1 pastiglia al giorno ed il problema è quello. .. non mangiando sarà difficile fargliela prendere... in alternativa dovremmo fargli delle flebo... insomma... situazione difficile... un gatto non lo domini come vuoi.. in piu tito ha una bella mole... e non è facile per niente tenerlo fermo.... la cosa che fa piu male è che il veterinario sostiene che stia soffrendo parecchio... e questo ci mette su tanta tristezza a tutti...

**Simona** Sabato, 21 Novembre 2015 17:50

Ross si meglio grazie... stamani ancor un po di mdt ma piano piano dopo colazione è andata meglio... poi ho fatto un po di cosine in casa e poi pranzo in trattoria con un amichetto di Mattia e suo papà che è mio amico... si sono fermati poi a casa nostra fino a poco fa... i bimbi hanno finito di decorare l albero di natale e poi ci siamo visti un cartone di natale Polar Express. . Mi sono rilassata e ora va meglio.... molto meglio... 😊

Cmq sono un po scossa da questo attacco di emicrania. . Soprattutto perché mi è parso di venire sempre dopo gli altri.. l esigenza di giovedì era di tornare a casa dal lavoro. . Invece sono stata costretta a rimanere fino all ultimo. . Per non disturbare i parenti che mi sembra abbiano sempre esigenze prioritarie... ma ho imparato ben da quest cosa... la prossima volta che mi sento così così non ci provo neanche a muovermi da casa... mi sono rotta le pa@@e.....

**feffe81** Sabato, 21 Novembre 2015 17:23

Grazie MONICA 😊

Qui abbastanza bene, testa delicata. E' andata via da poco una mia amica dell'Abruzzo arrivata ieri da me. Ho da fare delle cose ma non mi va di farle quindi resto pigra.

**cri69** Sabato, 21 Novembre 2015 12:12

ROSSANA va bene così,è arrivata Giulia con il suo moroso e rimangono a pranzo ,per cui vâ benissimooooo

**Piera** Sabato, 21 Novembre 2015 11:21

hai ragione Annuccia , noi genitori possiamo far ben poco, se non dire come te che e' stato fatto tutto con troppa "leggerezza"!!!! ma la leggerezza , in questi casi e' tipica dell'eta' e dell'inesperienza, noi possiamo tacere e fare finta di niente, dovremmo essere capaci di lasciarli nel loro "brodo" soli a mettere a posto tutto, ma io non ci sono mai riuscita.....e Giorgio mi dice sempre

"se non li aiutamo noi i figli chi li deve aiutare???? 😊 .....l'esperienza di Parma aiuterà Andrea a diventare grande.....e' quello che ci auguriamo sempre tutti quando i figli sbagliano.

**rossana** Sabato, 21 Novembre 2015 11:17

Buongiorno a tutte,  
anche qui sotto la pioggia.  
SIMONA stai meglio? Da come scrivi sembra di sì e lo spero bene.  
CRI prova a pensare positivo.  
ANNUCCIA sono contentissima per il nuovo lavoro che ha trovato Andrea e a Roma per giunta.  
Ovvio che adesso la scelta di prender casa risulta un po' avventata ma, come ben sappiamo, del senno di poi son piene le fossa.  
La cosa bella è che lui lavori a Roma che tanto gli piace.  
Godetevi il piccolone.

**Simona** Sabato, 21 Novembre 2015 10:20

Monica sono ben ben mattinieri i tuoi cani 😞 😞

**cri69** Sabato, 21 Novembre 2015 10:19

Buongiorno a tutti, giornata in salita faticosa 😞 .  
E' arrivata la pioggia ,e già ieri c'erano i primi sentori e mi sono permessa 1/2 giornata in città, da sola , all'officina del vintage....la sto pagando 🤔

**Simona** Sabato, 21 Novembre 2015 10:17

Buongiorno adorato forum. ..  
Annuccia immagino la fatica e le tante cose da sistemare per il nuovo cambio di Andrea. .. cmq averlo a casa nuovamente sarà una gioia per te... spero che questo nuovo lavoro gli dia le soddisfazioni che merita

**mamma\_lara** Sabato, 21 Novembre 2015 09:45

Annuncia, hai detto quello che penso anch'io.  
Noi genitori possiamo fare ben poco

**mamma\_lara** Sabato, 21 Novembre 2015 09:43

Buongiorno a tutti.  
Sono abbastanza indaffarata con tante cose da fare.

**Annuccia** Sabato, 21 Novembre 2015 08:58

Buon giorno a tutti da Parma. Qua piove. Ci godiamo il bambino che non vediamo mai. Ieri abbiamo fatto tutto con la casa di Andrea. Abbiamo riempito la macchina di tutto quanto aveva comprato, ci hanno aiutato due facchini per fortuna. Capitolo chiuso. Andrea ha trovato un lavoro migliore. A Roma ed è tornato con sua grande gioia. Anche noi siamo contenti ma è stato molto faticoso il tutto. Troppa leggerezza nelle scelte . Mettere in piedi una casa è stato un passo troppo lungo per poi non resistere. La fortuna è stata trovare lavoro a Roma e l'agente immobiliare che ha trovato un inquilino nuovo dal 1 dicembre. Andrea ha pagato un po' di soldini per questa sua decisione che gli sembrava quella giusta. Noi genitori non possiamo fare nulla in questi casi.

**Monica** Sabato, 21 Novembre 2015 08:56

Feffe allora in bocca al lupo per il lavoro 😊

**Monica** Sabato, 21 Novembre 2015 08:55

Buongiorno a tutti. Sono sveglia dalle 3.30. I miei "adorati" cani sono tre notti che alle 3.30 vogliono uscire. Si svegliano e il piccolo salta sul letto e inizia a mordermi le mani, l'altra inizia a scodinzolare e sbatte la coda ovunque. L'unica che continua a dormire è la terza cagnetta che ha 12/13 anni e come me la notte vorrebbe dormire. Ero riuscita a riprendere sonno verso le 5.40 quando ha iniziato a suonare la sveglia di Valerio 😞 che poi si è alzato alle 7

**nico26** Sabato, 21 Novembre 2015 07:40

Buongiorno a tutti 😊😊😊 sperando che oggi sia positivo per tutti/e.

lo sto meglio e di questa cosa ci lavorero' sul fatto che il mio corpo parla !Laraaaaaa buonagion 😊  
ataaaaaaaa

**mamma\_lara** Sabato, 21 Novembre 2015 00:46

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

**feffe81** Venerdì, 20 Novembre 2015 23:10

MAMMALARA alla fine ho raccolto soddisfazioni umane che hanno compensato le mancate soddisfazioni professionali, quindi bene così. Hai ricevuto la mia mail che ti ho inviato martedì? Forse no...te la rispedisco.

**feffe81** Venerdì, 20 Novembre 2015 23:06

L'ultimo giorno di lavoro è andato più che bene: ho portato un po' di pasticcini e si sono radunati quasi tutti in sala prove. Poi i colleghi del mio gruppo mi hanno fatto una sorpresa portandomi fuori a pranzo e mi hanno anche fatto un regalo!! 😊 non mi aspettavo nulla e mi ha fatto molto piacere tutto questo.

Grazie dei vostri pensieri! MONICA siiiii mi hanno offerto un buon posto, inizio il primo dicembre, vado su mezzi più lenti 😊 trattori 😊

LILE ma che bei festeggiamenti, sono contenta per te!

**Cris83** Venerdì, 20 Novembre 2015 17:16

ciao a tutti!

Anche oggi miracolosamente abbastanza bene, all'ora di pranzo sono riuscita anche a fare una bella passeggiata con tango. devo assolutamente fregarmene del resto che ho da fare e concedermela più spesso.

Certo CRI immagino..hai fatto bene così. Speravo nel buon senso di questo tizio..

Cmq è molto carino anche il nome TOBIA!

FEFFE in bocca al lupo per il nuovo lavoro!

MONICA il piccoletto è stato bravo ad arrivarci!! Ihih..

Comunque concordo.. se non si vogliono gravidanze conviene sterilizzare. Molti vedono questa cosa come contro natura e c'è la classica leggenda metropolitana che una cagna deve fare almeno una cucciolata altrimenti si ammala. non è vero nulla, non ha istinto materno, non le cambia assolutamente nulla.

Anzi con la sterilizzazione si riduce il rischio di varie malattie all'apparato riproduttivo, se si fa prima del primo calore ancora meglio.

Scusate ma quando si parla di cani mi parte la scrittura automatica.. 😊😊

Grazie monica per il consiglio sulla dieta, lo avevo già fatto a luglio e credo che ora lo rifarò.. e poi mi rimetterò in riga a modo.. che anche adesso mi concedo un po' di frutta secca, non faccio un pasto con proteine e verdura e basta quindi sono un po' sfasata e non dimagrisco.

**mamma\_lara** Venerdì, 20 Novembre 2015 15:09

Oggi ho un po' di cosine da fare.

Domenica a pranzo ci sono i ragazzi 😊😊

**Monica** Venerdì, 20 Novembre 2015 14:21

LILE tanti auguri e scusa per il ritardo. Che bella sorpresa ti ha fatto il tuo moroso 😊

**Monica** Venerdì, 20 Novembre 2015 14:18

leri sono stata tutto il pomeriggio con il dolore al collo, che di solito si trasforma in emicrania. Ieri invece, in serata è sparito da solo per fortuna.

Finora il bilancio di questo mese è in positivo visto che ho avuto 2 giorni di mdt. Tra pochi arriva il ciclo e incrociamo le dita

**Monica** Venerdì, 20 Novembre 2015 14:15

ANNUCCIA ormai sarai con Lupetto. Dagli tanti baciotti anche da parte mia 😊

**Monica** Venerdì, 20 Novembre 2015 14:14

PIERA preparati, ho letto che per domenica ci sarà neve sull'appennino emiliano a 200/300 mt e alle porte di Bologna

**Monica** Venerdì, 20 Novembre 2015 14:13

CRIS per il dimagrimento bloccato, devi introdurre più grassi per 3 giorni e poi ridurli nuovamente. Il metabolismo si è ormai abituato alle calorie che ingerisci e quindi lavora con quelle. Gli devi dare una svegliata così. Me l'aveva detto il Doc Di Lorenzo ed effettivamente con me ha funzionato. Non ti preoccupare se magari prendi un kg, vedrai che poi lo perderai velocemente insieme agli altri

**Monica** Venerdì, 20 Novembre 2015 14:10

SIMONA spero adesso tu stia meglio. Un attacco con i fiocchi 😞

**Monica** Venerdì, 20 Novembre 2015 14:10

CRI Cipolla e Tobia sono adorabili. Adesso però ti conviene sterilizzare Cipolla, altrimenti tra qualche mese ti ritrovi con lo stesso problema 😞 Io a dicembre ci porterò la mia Molly. La fetente qualche mese fa si è accoppiata con l'altro mio cagnetto. Lo sanno solo loro come ci sono riusciti, visto che lei pesa 34 kg e lui appena 8 😞

**Monica** Venerdì, 20 Novembre 2015 14:07

FEFFE hai trovato un nuovo lavoro? Ma che brava che sei. Spero tu venga trattata molto meglio di dove sei stata finora

**Monica** Venerdì, 20 Novembre 2015 14:06

Buongiorno a tutti. Anche io PAULA temo l'arrivo del freddo 😞 Sarà che come te mi sposto con lo scooter e certo a noi l'inverno pesa di più. Ma ha da passà a nuttata 😊 finirà... tra un pò ma finirà 😊

**nico26** Venerdì, 20 Novembre 2015 12:06

Buon pranzo a tutte/i da casa .Stamane al risveglio mdt pulsante ma soprattutto crampi allo stomaco da non famri star in piedi.Se stavo sdraiata stavo meglio ,in piedi non reggevo .Ora va un po meglio ma il medico mi ha detto che domani non vado al lavoro .Io di mutua non ne ho mai fatta e ultimamente il vomito e crampi mi fa stare a casa e mi destabilizza un po.Lo so che e' redicolo quello che scrivo ma un leggero senso di colpa di arriva.

Comunque tantissimi auguri a Lile ed un abbraccio a tutti a chi per questo week andra' a trovare i suoi cari :giusto Annuccia? E se ce ne sono altri abbracci anche a loro 😊

**Piera** Venerdì, 20 Novembre 2015 11:31

Lara . Vittoria li chiama cucu' , i maglioni !!! 😊

**Piera** Venerdì, 20 Novembre 2015 11:30

Paula “ a me e' capitato di incontrare persone particolarmente sensibili che posseggono delle vere e proprie antenne per captare le emozioni che inconsciamente vengono trasmesse dagli altri quali, per esempio, la sensazione più intima di solitudine o di essere fisicamente inadeguati”, proprio a queste persone, in realtà ottime ascoltatrici capita di fare gaffes terribili ritrasmettendo al mittente, senza filtrarle, le sensazioni percepite. Forse e' quello che e' capitato anche alla fisioterapista che hai consultato e che e' logico che ha fatto una gaffe colossale, ma forse e' riuscita a capire qualcosa di te che traspare aldila' delle parole.....qui in citta' ancora non e' freddo per fortuna, dicono sempre che arriva e non arriva mai!!! ma arrivera' 😊😊

**lile** Venerdì, 20 Novembre 2015 11:01

Ehm purtroppo gliel'ho già detto 😊

ma eravamo tutti e due troppo contenti da poterci restare male 😊

La testa non va proprio e ho preso un relpax... è solo il secondo del mese e almeno questo mi conforta

**mamma\_lara** Venerdì, 20 Novembre 2015 10:06

Lile, che meraviglia. Sono proprio felice.

Mica dire al tuo ragazzo che lo hai sgamato. Potrebbe rimanerci male.

Io sono un po' "tarda" per queste cose. Non ne becco mai una di sorprese. 😊😊😊😊

**mamma\_lara** Venerdì, 20 Novembre 2015 10:04

Paula, l'inverno vuole che sia freddo. Mi spiace, ma se continuiamo a voler inverni miti, bisogna andare ad abitare all'equatore.

Si stanno sciogliendo i ghiacciai e lo so che non è colpa tua, però l'inverno deve fare il suo mestiere e il suo mestiere è portare freddo e freddo quando è il momento. Detto da me che sta bene con 45 gradi all'ombra è tutto dire, però è così che deve fare questa stagione.

Poi certo che abitare lì dove abiti tutto è più complicato.

Pensavo ieri al tuo messaggio.

E' faticoso frequentare gente per lavoro che non hanno niente di bello o buono da dire. Se almeno se le tenessero per se le cattiverie. Io ti direi di mandarle a quel paese tutte in una volta e se non puoi farlo a voce fallo almeno con il pensiero.....

Già fatto?

Ok benissimo, hai fatto solo ciò che dovevi fare!!!!

Ripeti la stessa cosa con tutti quelli che dicono le stesse cose. Bisogna difendersi in qualche modo da questo tipo di esseri.

Ma di ben che la sua non è autostima, è solo supponenza.

La tua invece è autostima che ti fa capire che è meglio non rispondere quando trovi di fronte persone come lei, per questo stai zitta, Dille proprio così: "lo so quanto valgo, per questo sto zitta quando mi vengono dette certe cavolate". Poi puoi anche usare un termine diverso. Come noi in casa al posto di una certa parola usiamo dire "maglioni". Certo che dire mi ha rotto i maglioni qualcuno non potrebbe capire. Ma chi ha da capire capisce.

Mi sa però che Emma ha già capito 😊😊😊😊

**mamma\_lara** Venerdì, 20 Novembre 2015 09:51

Simona, miseriaccia, Non ci voleva star così male.

Porta pazienza e vedi cosa puoi fare.

Spero veramente che passi prestissimo.

**lile** Venerdì, 20 Novembre 2015 09:26

\*Stai bene. Mannaggia il sonno, faccio un sacco di errori.

Ho anche fame, non ho ancora mangiato nulla e non va bene. Ora provvedo.

Buona giornata!!! 😊😊😊

**lile** Venerdì, 20 Novembre 2015 09:24

Buongiorno!!!

Intanto grazie a tutte per gli auguri!!

Sono strafelice!!! Dopo aver sperato tutto il giorno che Giovanni ci fosse per il mio compleanno ho temuto che tutti gli indizi fossero stati solo una mia fantasia... invece poi l'ho visto arrivare 😊😊



Ho passato una serata bellissima con lui e con gli amici e mi sono sentita tanto fortunata... Poi tra l'emozione e il vino la notte ho dormito pochissimo perché la testa non ha retto più... ma va bene così, è sopportabile e sono stata per 5 giorni bene, quindi ci sta...

FEFFE buon ultimo giorno di lavoro! 😊

SIMONA mi dispiace che non sta bene 😞

CRI che tenerezza il cucciolo ma la mamma ancora di più...

**paula1** Venerdì, 20 Novembre 2015 09:24

Buon giorno a tutti...qui sole, forse l'ultimo per questa settimana...per me è come se oggi fosse lunedì visto che devo lavorare 4 giorni e sarò a casa solo martedì... 😞 decisamente questo nuovo orario non mi prende per niente.....soprattutto perchè sta arrivando il brutto tempo, però Fausto

tenta sempre di consolarmi dicendo che "studi a lungo termine" hanno previsto un inverno mite... 😞



la testa sta meglio rispetto a ieri e non ho preso niente....stamattina ho avuto un momento che

temevo mi scoppiasse l'emicrania forte..., ma credo di averne capito il motivo...e c'entra moltissimo il ricordo di Paddy 😞 😊

FEFFE che bello! inizi una nuova avventura lavorativa...spero sia molto più positiva della precedente...e anche io penso che non sanno quello che perdono..., ma ormai è così dappertutto.... da me hanno preso una nuova impiegata in ufficio e così le belle parole col direttore sono andate a farsi friggere..... 😞 almeno fosse stato onesto a dirmi che preferisce che la mia "figura professionale" va bene per lavare dei latoB e basta 😞 😊 😊

**Simona** Venerdì, 20 Novembre 2015 09:11

Adorato forum. .... sto facendo colazione. .. ieri ho saltato la cena, mi è partito il vomito... la testa ieri davvero un dolore insopportabile. .. oggi non so,per ora ho mdm ma non troppo forte, sono a casa,non ho la forza di far nulla,neanche di stare in piedi... non ho voce e ho la gola gonfia, non so se dal vomito di ieri o se c'è qua,cos'altro visto che son 3 giorni che sono afona e con tosse.... chiamerò il medico... dopo colazione torno in posizione orizzontale. ....

Annucchia hai Andrea a Roma? come mai? Se ti va di dirlo eh... ovviamente. ...

Buona giornata a tutti voi...

**mamma\_lara** Venerdì, 20 Novembre 2015 08:30

Vado a fare colazione. 😊

**mamma\_lara** Venerdì, 20 Novembre 2015 08:29

Ahhh Fefe, si mangeranno le dita per averti lasciato andare. Loro mica lo immaginano neppure lontanamente quanto in gamba tu sia. 😊 😊 😊

**mamma\_lara** Venerdì, 20 Novembre 2015 08:28

Fefe, evvvvai. Non so se inizi lunedì al lavoro. Ti penseremo. 😊

**mamma\_lara** Venerdì, 20 Novembre 2015 08:27

Ecco cara Silvia, quando dico che non mollo mai non mollo veramente mai.

Poi ci dirai come è andato il concerto. Anche a me piace tantissimo la musica, li farei tutti o quasi tutti i concerti. Mi limito ad ascoltare la musica delle canzoni che mi piacciono quando ho un po' di tempo. Però canticchio spesso a bassa voce e tante volte faccio qualche "serenata" d'amore a Gabriele.

**mamma\_lara** Venerdì, 20 Novembre 2015 08:23

Silvia, praticamente il forum è diventato uno degli impegni più belli che ho. Non è per niente faticoso occuparmi di lui come del resto. Arriverà un giorno che mollerò, ma per ora neppure lo vedo all'orizzonte quel giorno. 😊 😊

E sono certa che non lo vedrò all'orizzonte ancora per moltissimi anni. 😊 😊

ne abbiamo di cose da raccontarci e tante volte a me il poterle raccontare a questo forum mi ha fatto star proprio bene. per questo insisto e non mollo.

Proprio questa mattina mi è arrivata la parola TENACIA dal sito una parola al giorno. Ecco, se vai a vedere la parola tenacia è quella che mi corrisponde da tantissimi anni.

Te la metto così sai che essere tenaci vuol dire tantissime cose.

Tenacia

[te-nà-cia]

SIGN Costanza, fermezza

dal latino [tenacia], derivato di [tenere].

È una virtù di grande importanza, ed è interessante cogliere le sfumature del suo nome.

Innanzitutto, bisogna dire che la parola 'tenacia' compare in italiano durante l'Ottocento; prima, era decisamente più usata la forma 'tenacità', oggi desueta, derivata dal latino classico tenacitas. Il

tenace, propriamente, sarebbe ciò che ha una grande forza adesiva (ciò che 'tiene' 😊): ad esempio, può essere tenace una colla. In seguito, questo attributo è stato esteso a ciò che manifesta una

notevole resistenza alle sollecitazioni, per cui può essere tenace una buona corda o una trave di un certo legno. Da questi significati propri - per la verità, piuttosto rari o specialistici - scaturisce il comune significato figurato del tenace, e quindi quello di 'tenacia'.

La tenacia è la fermezza nella volontà, la costanza nell'azione, la resistenza nella decisione: descrive un atteggiamento risoluto che non si scolla dal proposito e che regge ogni avversità. La tenacia nello studio porta a grandi risultati, la tenacia del corteggiamento fa sentire desiderata e importante la persona corteggiata, la tenacia del malato schiaccia la malattia, la tenacia nella gentilezza migliora il nostro ambiente.

Una parola da tenere viva e presente nei nostri pensieri e nei nostri discorsi, perché spesso è dalla tenacia che dipende ogni successo, grande o piccolo che sia.

**mamma\_lara** Venerdì, 20 Novembre 2015 08:16

Buongiorno a tutti.

Sono di corsa come sempre in questi giorni. Tante cose da fare e tutte molto belle per me.

**cri69** Venerdì, 20 Novembre 2015 08:08

Buongiorno a tutti, qui nebbia.

FEFFE ultimo gg poi hai un pochino di ferie ?poi ...se potrai...ci dirai dove andrai a lavorare.

Il cucciolo sì, farà davvero tenerezza ,ma tanta ne farà la mamma,non mangia nemmeno per non lasciarlo solo ed ho paura che lo consumi a forza di leccarlo.Decisamente gli animali sono di gran lunga migliori di tanti uomini.

ANNUCCIA buon viaggio

LILE sono contentissima della sorpresa che ti ha fatto il moroso 😊

SILVIA spesso dobbiamo fare rinunce ma non sentirti in colpa ,lo fai per proteggerti.

ROSS spero che oggi tu abbia una giornata tranquilla...

SIMONA meglio ??

**feffe81** Venerdì, 20 Novembre 2015 07:10

Buongiorno a tutti, oggi ultimo giorno di lavoro 😊

SIMONA forza forza, spero non voglia troppo tempo per passare questo attaccone...

LILE buon compleanno in ritardo!

CRI ma che tenerezza il cucciolino

**SILVIA68** Venerdì, 20 Novembre 2015 00:14

Stasera ho il pc tutto per me perchè mio marito e mia figlia sono andati al concerto di Tiziano Ferro (regalo di compleanno). Li sto aspettando, sono appena partiti da Bologna. Ci sarei andata volentieri anche io, ma la coda e tutto sarebbe stato stressante per me. Metto anche questo nel mucchio delle rinunce accanto al mucchio di vacanze o feste mai godute fino in fondo..... Buonanotte e che domani

sia un giorno migliore 😊

**SILVIA68** Venerdì, 20 Novembre 2015 00:04

Ciao a tutti, e mi unisco agli auguri di Buon Compleanno a Lile. Aiuto 😊 Sapete che non riesco a tenervi dietro! 😊 Ma come fai Lara a rispondere a tutti e a fare tutto? Sei un fenomeno. Non riesco a stare al pc molto tempo perchè avendone solo uno in casa, di pomeriggio una buona parte è di Elisa e alla sera lo occupa mio marito. Quindi mi metto a leggere il forum e cerco di recuperare l'arretrato anche per cercare di conoscervi un po', e alla fine è tardi per scrivere... e se poi passano altri 2 gg. sono da capo. Comunque siete tutti molto simpatici, è un piacere stare in vostra compagnia e solo il pensiero di sapere che ci siete voi che potete comprendere, perchè chi non lo prova non può sapere, mi fa stare meglio. grazie forum.

**rossana** Giovedì, 19 Novembre 2015 20:32

SIMONA mi dispiace che la tua testa picchi così forte.....spero si risolva presto e col riposo.

ANNUCCIA buon viaggio verso la nostra Emilia e buone cose.....mi sa che lavorerete anche.

Ma Lupetto val bene il sacrificio 😊

A dopo

**mamma\_lara** Giovedì, 19 Novembre 2015 20:32

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

**mamma\_lara** Giovedì, 19 Novembre 2015 20:31

Annuccia, tutto di buono cara. ♥

**rossana** Giovedì, 19 Novembre 2015 20:31

Ciao a tutte,  
oggi giornata piena.  
Stamattina piscina, poi nel pomeriggio andata e ritorno due volte all'ufficio permessi per il mio e quello di mia suocera e son venute le 17,00.  
Poi mi son dovuta coricare se no povera schiena dopodiché ho preparato una cenetta e fatto la ginnastica.  
Ora vado a mangiare anche se Alberto non è ancora qui ma ho troppa fame....forse è arrivato 😊

**mamma\_lara** Giovedì, 19 Novembre 2015 20:29

Sono abbastanza piena di cose da fare.

Devo stirare 🤔🤔🤔

Quindi già ne ho da me senza me ne aggiunga ciò che leggendo quello che ha scritto Paula. Ma anche se cerco di non pensarci mi fanno veramente 🤔🤔🤔 ste cose.  
paula, dimmi mo cosa vuoi dire a queste persone che ti vogliono così bene che si sacrificano ..... perchè sapranno bene che tu manderai loro tutte le imprecazioni che conosci in tutte le lingue.....  
Sì, si sacrificano rischiando gli arrivi addosso la maledizione di montezuma. Ma il fatto di dire la loro opinione da grandi esperti non si fermano di fronte a nulla.  
Guarda, smetto altrimenti mi rovino la meditazione della sera.

**paula1** Giovedì, 19 Novembre 2015 20:28

CRI69 anche io avrei votato per "Tonno"...i nomi agli animali devono venire così....senza stare tanto a pensarci...quando presi il lagotto volevo chiamarlo "Olmo"... , ma il giorno che arrivò e lo portammo subito nel bosco, quando lo vedemmo così tutto ricciolo e spaesato dicemmo: vabbè è proprio un paddy...che è sì un nome irlandese (Patrizio), ma viene usato anche per indicare i barboni... 😊

**paula1** Giovedì, 19 Novembre 2015 20:20

Buona sera a tutti...la mia testa è delicata...non capisco cosa voglia fare...per il momento non prendo niente e tra poco vado a guardare un po' di tv...domani lavoro pomeriggio...  
ieri anche a me è successa una cosa analoga a SIMONA in ben due momenti...la prima con la moglie di un paziente che dopo un po' che mi girava intorno mi ha detto che le somigliavo molto nel "modo ansioso" di lavorare...ha esordito chiedendomi se avevo la pressione alta che è data da questo modo di lavorare così "agitato", ma meticoloso...mah...poi mi ha detto che lei ha risolto andando a camminare...(io ho pensato anche "andando in pensione" soprattutto... 😊), poi è stata la volta di una nostra fisioterapista alla quale ho chiesto di farmi qualche seduta per la postura e lei mi ha detto che: ok la postura, ma ho anche problemi di autostima.. 😊😊 vabbè... ieri è stata una giornata davvero insostenibile...meno male che la dottoressa del DCA mi ha un tantino risollevato...non granchè, ma vedremo di provare a prendere le cose con meno angoscia... 😊

**cri69** Giovedì, 19 Novembre 2015 18:18

CRIS anche a me piaceva Tonno ma ho ceduto a Tobia ....  
Ho chiesto per poter intestare le fatture al Padrone che tra l'altro ,sarebbe il mio medico,mi hanno detto che si può fare ma intentando una causa civile...gli starebbe stato bene ,ma capisci bene che non posso permettermele.

**Annuccia** Giovedì, 19 Novembre 2015 17:11

Grazie a tutti! spero di stare bene , devo risolvere parecchie cose pratiche , Andrea è tornato a Roma.

**Cris83** Giovedì, 19 Novembre 2015 17:11

ciao a tutti!

CRI peccato, Tonno era un nome meraviglioso!! 😊😊 lo mi sono pentita di aver chiamato il mio cane tango, mi sono venuti con il tempo mille nomi migliori e decisamente più adatti a lui!

ma poi hai chiesto qualche spesa al proprietario del padre?!

SIMO è innegabile che a certe uscite della gente ci si resti un po' male, la soluzione migliore sarebbe fregarsene e riderci su.. ma non è sempre facile. Una persona che non sto qui a dire chi, tempo fa mentre facevo merenda con le mie proteine mi chiese che dieta stavo facendo e dicendole che avevo perso 15 kg mi disse che non sembrava per nulla che avessi perso peso. Inevitabilmente un po' me la sono presa ma dopo poco mi è subito passato dalla mente e avanti. Vero anche che 15 kg su di me non si vedono molto ma certe volte un po' di buon senso va usato invece di sincerità schietta! Mi dispiace per il tuo mal di testa.. spero vada meglio!

TANTISSIMI AUGURI A LILE!!

ANNUCCIA buon viaggio e goditi questo weekend!

MAMMA LARA anch'io come PIERA uso a volte citazioni su facebook, però le metto sempre tra le virgolette! Proprio ieri prima di leggere il forum avevo sentito alla radio "Chi ha qualcosa da dire si faccia avanti, e taccia." mi ha fatto pensare e l'ho messa.. poi l'ho anche letta qui, citata da SIMO mi sembra.

**mamma\_lara** Giovedì, 19 Novembre 2015 16:23

[La Campagna "Sotto il cappello" presentata anche a Roma](#)

**Simona** Giovedì, 19 Novembre 2015 14:25

Auguri Lile

Buo viaggio Annuccia...

Mi scoppia la testa.... sto malissimo.. devo andare a letto

**Piera** Giovedì, 19 Novembre 2015 13:34

Lara immaginavo che tu no ti riferissi a me !!! io mica copio!!!! 😊😊 ....semplicemente trovo qualcuno che abbia scritto cose che non so scrivere e lo cito pure!!!! 😊

**Piera** Giovedì, 19 Novembre 2015 13:28

auguri Lile, buon compleanno 😊

Annuccia e Roberto fate buon viaggio.

**mamma\_lara** Giovedì, 19 Novembre 2015 12:49

E' una bufala. Ho appena controllato

**mamma\_lara** Giovedì, 19 Novembre 2015 12:46

Non so è vero o se è una bufala, ma ho pensato che nel caso fosse vero meglio saperlo

Comunicato ASCOM

ATTENZIONE,

IN QUESTI GIORNI VENGONO DISTRIBUITI DEI PORTACHIAVI DA AGGANCIARE ALL'INTERNO DELLA VOSTRA AUTO; LE PERSONE VE LI OFFRONO GRATUITAMENTE PRESSO I PARCHEGGI O I DISRIBUTORI DI CARBURANTE. NON ACCETTATELI...ESSI CONTENGONO UN MICROCHIP ALL'INTERNO DEI GADGET.

QUESTI DELINQUENTI POI VI SEGUONO FINO A CASA E VENGONO A CONOSCENZA DEI VOSTRI MOVIMENTI PER EFFETTUARE INTRUSIONI E FURTI.

SECONDO LA POLIZIA SI TRATTA DI BANDE DI RUMENI.

DIVULGARE, PER LA SICUREZZA, ANCHE AI VOSTRI PARENTI.

**mamma\_lara** Giovedì, 19 Novembre 2015 12:39

Paula, sapessi che motivi avresti di preoccuparti per il tempo. Una signora IENA che conosco molto bene, sta dando una tregua ad una persona che conosco ancora meglio e alla quale voglio bene come ad una figlia.

Quando parliamo noi due ce lo diciamo che sarà dura non appena il tempo si accorge di questa cosa.

Ho già detto a Gabriele di fare scorte. 😊😊😊😊

**mamma\_lara** Giovedì, 19 Novembre 2015 12:36

Annuccia, che gioia questo fine settimana. 😄😄😄😄😄

**paula1** Giovedì, 19 Novembre 2015 12:36

**Tantissimi Auguri di Buon Compleanno alla nostra giovanissima Amica LILE**

**mamma\_lara** Giovedì, 19 Novembre 2015 12:36

Lile, saperlo potevamo fartela noi una bella sorpresa. Però aspettiamo perchè non si sa mai. 😊

**paula1** Giovedì, 19 Novembre 2015 12:33

Buon giorno a tutti...qui sole..anche se le previsioni stanno già allarmando per l'arrivo di 'sto

Attila..... 😞😞

oggi sono a casa e tra la settimana mi sembra davvero strano.....sono già andata in paese per la spesa e una bolletta in scadenza 😞 uff...

stamattina anche la testa era pesante, ma ora sto meglio.....

**lile** Giovedì, 19 Novembre 2015 12:19

Buon viaggio ANNUCCIA!! 😊

**lile** Giovedì, 19 Novembre 2015 12:18

Grazie mille ragazze! 😊😊😊

Non ho detto nulla perché è un compleanno un po' strano, è la prima volta che non sarò né con la mia famiglia né con Giovanni... anche se sto raccogliendo degli indizi che mi fanno pensare che potrebbe farmi una sorpresa... cerco di non pensarci troppo, non vorrei restarci male se non fosse così 😞

**cri69** Giovedì, 19 Novembre 2015 11:51

ANNUCCIA sicuramente non è quello definitivo perchè alle nostre bimbe...ops ragazze...non piace. Fate buon viaggio, portagli un bacio, Passate di qua poi per un abbraccio ????

😘😘😘

**Annuccia** Giovedì, 19 Novembre 2015 11:32

LILE, tantissimi auguri!

**Annuccia** Giovedì, 19 Novembre 2015 11:32

Buongiorno a tutti!

sto organizzandomi per partire , domani mattina andiamo in quel di Parma.... non vedo l'ora di prendere in braccio il mio lupetto.

CRI, molto carino il nome scelto, bel connubio , aglio era troppo scontato! 😊

**mamma\_lara** Giovedì, 19 Novembre 2015 11:05

Lile, Auguri di buon compleanno.

Birichina, ieri al gruppo non hai detto nulla.

Avrei portato una candelina da mettere sul panettone 😊

**cri69** Giovedì, 19 Novembre 2015 10:20

Oggi è il compleanno di LILE

AUGURI CARA

**mamma\_lara** Giovedì, 19 Novembre 2015 08:26

Vado a fare colazione. 😊

Poi devo scrivere altre mail, un bel po' anche stavolta. 😊😊

**mamma\_lara** Giovedì, 19 Novembre 2015 08:25

Nico, ecco cosa intendevo quando ho detto a Simona di non starci troppo male dopo aver fatto una sfuriata con qualcuno che ti ha trattato male.

Poi noi ce le portiamo appresso queste cose.

Lasciale andare, lasciale proprio andare 😊

**mamma\_lara** Giovedì, 19 Novembre 2015 08:22

Simona, se non ti ha fatto male rispondere al tipo va benissimo, tanto si meritava ben di peggio. Va bene che invecchiando tanti freni inibitori svaniscono, ma penso svaniscono a chi non ha mai avuto pensiero di urtare la sensibilità degli altri. E' una bella scusa quella che certe volte tirano fuori quelli che feriscono a destra e manca senza mai preoccuparsi di come possano far male le loro parole. E la frase: Ma sai io dico quello che penso" sarebbe anche un bene che pensasse e le dicesse a se stesso le stesse cose che sta dicendo all'altro. Ogni tanto mi imbatto in persone che mi dicono la stessa cosa, una volta mi sono stufata e ho risposto che va bene dire quello che pensi, però prima collega il cervello alla bocca cara mia. Poi mi imbatto anche in persone che scrivono cose bellissime nella loro pagina di FB, frasi fatte che copiano qui o li e a loro sembrano proprio belle. E' vero, sono bellissime frasi, ma sarebbe anche un bene che queste frasi fossero vissute prima che copiate. Piera, non ce l'ho con te 😊

**mamma\_lara** Giovedì, 19 Novembre 2015 08:12

Buongiorno a tutti.

Sono indietro come la coda del somaro, ma vado avanti facendo un po' di cose alla volta, tanto alla fine arrivo a fare sempre tutte le cose che mi premono di più. 😊

**cri69** Giovedì, 19 Novembre 2015 07:49

Buongiorno a tutti...che sonno.

Siamo sempre a quota 1

NICO ti ricordi quando avevo detto che la mia cagnolina era stata violentata?...Questo è il risultato



**Simona** Giovedì, 19 Novembre 2015 07:37

Buongiorno adoraro forum 😊

Tonno e cipolla bellissimi 😊😊

Ma si Nico... il lavoro di certo lo dobbiamo prendere un po piu da lontano... quando c e il rapporto con il pubblico delle volte è pii complicato mantenere le distanze secondo me... però c e da dire che ci sono anche peraone educate e che danno soddisfazioni.... come in tutto poi co son cose buone e cose meno buone... cmq sempre avanti tutta 😊

Lara....non mi sono fatta troppo male a rispondere ieri... ma la tua risposta sarebbe stata piu diplomatica e mi sarebbe piaciuta di piu.... 😊

**nico26** Giovedì, 19 Novembre 2015 07:06

Buondi a tutte/i!

Simo mia cara che dire....ma se la gente che non sa cosa fare si mettesse un bel tappo in bocca no? Comunque avanti pure.

Io dalla litigata che ho fatto ho capito 2 cose importanti :1)che la piscina non è mia e quindi il lavoro lo devo svolgere si con passione ma poi stop.2)cercherò di usare meno il cuore e mediare con la mente in queste situazioni senno chi ci rimette sono io che come ieri sera mentre andavo a casa ho avuto una scarica di piccola ansia con un mini attacco di panico poi fluito via per aver accumulato tensione.

Ma ragazze fosse facile!!

Poi mi sono persa....quando vedo tonno e cipolla dico....che bella ricetta e poi due meravigliosi cucciolotti ....Cri69 mi sono persa ricordami .....di chi sono????

Allora siete pronte per l'arrivo della mia amica milanese?????Siiooooo io sto svuotando il frigo e freezer!!!!

**cri69** Mercoledì, 18 Novembre 2015 21:38

PIERA si sembrerebbe proprio un maschietto,ora speriamo non ne faccia altri... 😊

**mamma\_lara** Mercoledì, 18 Novembre 2015 21:32

Ma saranno belli.

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

**mamma\_lara** Mercoledì, 18 Novembre 2015 21:31  
[Cipolla e Tonno](#)

**mamma\_lara** Mercoledì, 18 Novembre 2015 21:29  
[Tonno \(foto 1\)](#)

**Piera** Mercoledì, 18 Novembre 2015 21:14

Cri che carino Tonno!!! siete sicuri che e' un maschietto allora? 😊

**mamma\_lara** Mercoledì, 18 Novembre 2015 21:14

Si si Cri, manda pure. Se arriva ora la metto ora, altrimenti domani.

**mamma\_lara** Mercoledì, 18 Novembre 2015 21:13

Rossana, a me una persona che scriveva nel forum tanto tempo fa mi ha detto chiaramente: "Mi chiedo come mai Gabriele stia con te che non sei bella come me e io non riesco a trovare un uomo" Si è risposta da se.

Non solo Gabriele sta con me che non sono uno schianto di donna, ma ci sta anche bene.

Mi viene in mente i miei figli maschi che ogni tanto da ragazzi dicevano questo: "non c'è niente di peggio di una coca cola calda e una ragazza che se la tira".

**cri69** Mercoledì, 18 Novembre 2015 21:12

LARA ritieniti libera di dirmi anche di no che non c'è problema. Dimenticavo..l'uomo ringrazia...ovviamente sono finite 😊

**cri69** Mercoledì, 18 Novembre 2015 21:11

Grazie ragazze, ora c'è il toto nomi. Luca ha proposto Tonno, così avremmo tonno e cipolla. LARA se mando na te la fotina che hai visto oggi ?

**mamma\_lara** Mercoledì, 18 Novembre 2015 21:06

Simona, sapessi a me quante me ne dicevano e quante me ne dicono adesso.

Lascia perdere e di quello che ti viene da dire.

Ma possibile debbano essere sempre quelli comprensivi che devono incassare?

Hai fatto bene a rispondergli. C'è un però. Il rispondergli non ti deve fare star male altrimenti meglio farci una risata su e dirgli chiaramente che ne hai visti di più educati e anche più belli di lui.

**Simona** Mercoledì, 18 Novembre 2015 19:46

Ross.. Piera... ma si alla fine meglio riderci su.... poi in definitiva non mi interessa neanche cosa pensano gli altri di me.... persone intorno che mi vogliono bene ne ho parecchie e non mi lamento... solo che come dice Ross iniziare la giornata che magari già di per se è in salita per il mancato sonno da notti e notti e altre "cosucce" un po fastidiose e sentirsi dire tutti i giorni che sembri un cadavere che cammina poi alla fine non reggi piu e spari anche tu le tue cartucce.... 😊😊

**Piera** Mercoledì, 18 Novembre 2015 19:23

che ci si puo' fare lo dico nel senso che non e' che ci si puo' rovinare le giornate e l'esistenza per persone cosi' 😊

**Piera** Mercoledì, 18 Novembre 2015 19:06

Simona c'e' gente con il "tatto di elefante" che pare aver fatto della sincerità portata avanti sino alla spietatezza una ragione di vita. Avrai anche tu, come tutte, un'amica che dice cose offensive con una premessa: "Senti, te lo devo proprio dire..."; e giù giudizi e commenti tagliati con l'accetta, io avevo un'amica che quando rimase incinta l'Irene mi mando' un messaggio che pareva una "sincera condoglianza", ci rimasi talmente male che per un po' la rimossi dalle amicizie, poi ne ho avuto una che mi disse "lo non tollererei mai che mia figlia vada a convivere... a me????? figurati, meno male che la punizione divina e' arrivata e anche sua figlia ora convive bellamente alla faccia della madre 😊 .....alla fine le detesti....ma che ci si puo' fare???

**rossana** Mercoledì, 18 Novembre 2015 18:58

Si PIERA è vero sai quel che dici? Era sicuramente un complimento per Alberto che a suo parere è talmente bravo bello e buono .....ma allora perché non ha preso una donna più giovane e

dotata?

La sua esternazione questo ha significato ma va benissimo, sono contenta che lei apprezzi Alberto.

**Piera** Mercoledì, 18 Novembre 2015 18:54

Simona , ma se a lui piacciono le more ????? 😊😊 che ci puo' fare ?????? 😊 .....dai ridici sopra, mi rendo conto che a volte le persone per dirti qualcosa di "carino" ti dicono le cose piu' terribili.....un po' come la zia di Rossana che sono sicura volesse fare un gran complimento ad Alberto e uno a Rossana che era stata cosi' fortunata nel sposarlo 😊😊

**rossana** Mercoledì, 18 Novembre 2015 18:53

SIMONA mai avuto dubbi sul fatto che tu li tratti con educazione.

Sinceramente speravo che fosse più anziano il signore.....

Comunque so di cosa parli perché anche dai miei fratelli ne vedo tante ma tante e di pazienza anche lì ne devono avere in abbondanza.

**Simona** Mercoledì, 18 Novembre 2015 18:45

Ross la definizione di personalità bersaglio me l ha insegnata feffe..... cmq questo tizio non è uno dei vecchietti.... avrà una sessantina di anni e lavora ancora... intendevo che io ne vedo di messi male ma son sempre educata... 😊

**rossana** Mercoledì, 18 Novembre 2015 17:38

Provo a fare i miei esercizi, se aspetto la voglia sto fresca e viene sera poi anche mattina. 😊

**rossana** Mercoledì, 18 Novembre 2015 17:36

CRI che bello, il vostro Cipollotto.....figurati se poi si riesce a darlo via.

MONICA sono davvero contenta che finalmente tu ti stia misurando con una persona come si deve, finalmente.

Era ora e ti auguro ogni bene da questa nuova situazione.

SIMONA stupenda la definizione "personalità bersaglio"....non l'avevo mai sentita.

E ti capisco sai perché molto spesso i vecchi non riescono a non dire quel che pensano.

Una zia sorella di mio papà e che io ho sempre ammirato, una donna che mi piace tanto essendo ospite qui da noi con le sorelle per una colazione l'estate scorsa, vedendo come Alberto si prodigava e quanto fosse premuroso con loro notando e prevenendo qualunque loro richiesta ha detto: io non so come ha fatto quest'uomo a sposare la Rossana.

Che dire, dopo con Alberto e le cugine ci abbiamo riso su un bel po' e personalmente sono sicura che dopo gli 80 qualche filtro inibitore se ne va e non si riesce a tacere.

C'è anche da dire che sentirsi criticare subito la mattina presto è veramente irritante.

**rossana** Mercoledì, 18 Novembre 2015 17:28

Ciao a tutte,

ieri sera sono andata a teatro, da spettatrice.

Ho visto "Il visitatore" con Alessandro Haber e Alessio Boni, un testo di

Éric-Emmanuel Schmitt che non avevo mai sentito nominare.

Haber è Freud che mentre aspetta notizie della figlia rapita dalla Gestapo riceve la visita inaspettata di un uomo che dice di essere Dio.

Parte un dialogo tra i due sui massimi sistemi ma bellissimo, ironico e per niente pesante.

Che interpretazione da parte di Haber....oh mamma ho proprio pensato che devo darmi a un altro hobby.

Però anche oggi sono ancora sazia di quel che ho visto e sentito e questa è una cosa abbastanza rara e stupenda.

**Simona** Mercoledì, 18 Novembre 2015 17:11

Buonasera adoraro forum. .

Oggi partita da casa senza voce completamente. .. arrivo al circolo e il primo cliente che arriva mi dice subito la sua opinione, ovviamente NON richiesta, sulla mia tinta di capelli... insomma.. non gradisce la mia tonalità. . Il biondo non mi dona. .. mi fa sembrare malata e stanca.... .. ora..... sono un bel po di notti che non dormo bene... certo non sprizzo energie e benessere

da tutti i pori della mia pelle.... e magari può anche essere che io arrivi al lavoro un po affaticata. ... ma è possibile che ogni giorno e dico OGNI GIORNO ci sia qualche cliente che me lo deve far

notare? Ma io .. che tratto sempre tutti sti coglioni con il massimo rispetto perché invece con me si sentono in dovere di essere maleducati????????????????? Ma basta..... ma veramente BASTA. ... oggi non ho retto e ho risposto che non mi interessava non piacere a lui... che dovevo piacere a mio marito... e che neanche a me piacevano i suoi capelli grigi e spelacchiati..... eh.... che ca..o..... la prossima volta vediamo se si avvicina... intanto se dobbiamo campare con i soldi che incassiamo da sto povero scemo facciamo la fame..... ho capito che abbiamo la personalità bersaglio ma la pazienza ha un limite. . La maleducazione non va sempre tollerata. .. ma io vedo sti vecchietti che non sono mica tutti al top ma sempre sempre ho una parola buona x tutti... gli faccio i complimenti. .. li tratto bene... insomma.. sono educata.. mai e poi mai mi verrebbe da dire che hanno una faccia cadaverica..

Monica è bello leggere l'entusiasmo che ti ha portato il tuo colloquio ieri. .. 😊

Cri Congratulazioni 😄😄😄 foto foto foto

**Cris83** Mercoledì, 18 Novembre 2015 16:14

ANNUCCIA mi dispiace per questo momento un po' in salita.. se hai bisogno e vuoi parlare o scrivere un po' in privato conta anche su di me.. 😊

**Cris83** Mercoledì, 18 Novembre 2015 15:53

Ciao a tutti.

Sono un po' latitante ultimamente, ma tanto voi lo sapete che vado a periodi ma che in ogni caso sono sempre qui..

Sono rientrata oggi a lavoro dopo due giorni di febbre.. l'altra settimana l'avevo ignorata facendo finta di stare bene ma l'ho pagata con febbre ancora più alta. Oggi non ce l'ho e non mi andava più di perdere giorni a casa quindi sono venuta a lavoro sempre un po' influenzata. La testa è andata un po' così..tra attacchi forti e mal di testa "normali".

FEFFE mi dispiace per il tuo attaccone.. ora come va? Comunque si, finalmente la cheto da i suoi frutti.. l'unica cosa che mi demoralizza un po' è che sono un po' bloccata sul peso e non riesco a scendere.. ma sul mal di testa vedo finalmente qualcosa di positivo quindi va bene così!

PAULA riguardo alla dieta devi assolutamente fare quello che ti senti di fare. Comunque, come dicono le altre il doc. è molto disponibile. Comunque fai bene.. intanto vedi come va e se ce la fai calando un po' i carboidrati. Per il latte ti capisco, anche a me manca molto.. a volte bevo quello senza lattosio. Perché il lattosio favorisce l'assorbimento di carboidrati.. ma mi piace anche quello di soia, solo di una marca però .. le altre proprio no!

ELISABETTA grazie per i tuoi messaggi! Scrivi sempre delle bellissime parole!

SILVIA 13 giorni senza mal di testa sono un bel traguardo!! Io ci farei la firma! Bellissima e sembra buonissima la tua torta!

PIERA hai proprio ragione leggere è davvero una delle più belle cose della vita, ti arricchisce e ti porta in mondi meravigliosi! Io ho cominciato a leggere tardi, fino alla terza media proprio non mi piaceva.. infatti negli ultimi anni ho recuperato alcuni libri classici da ragazzi, come appunto cuore, i ragazzi della via pal, il richiamo della foresta e molti altri..

CRI benvenuto al cipollotto! Mandaci una foto se puoi..

MAMMA LARA molto bello quello che hai scritto.. ti voglio bene anch'io!

Brave tu e PIERA che provate piacere a cucinare per gli altri, io proprio non ci riesco.. se prima cucinavo poco ora faccio ancora di meno.. povero michele! Menomale che a pranzo mangia dai suoi così almeno lì sta di lusso! 😊

**paula1** Mercoledì, 18 Novembre 2015 14:49

Buon giorno..sto aspettando la dottoressa del DCA e tra poco mi 😊😊😊 ...domani sono a casa ma 'sto turno non mi entusiasma per niente....poi bohhhhhh...

**mamma\_lara** Mercoledì, 18 Novembre 2015 13:56

Buongiorno a tutti.

Accendo ora il computer e lo devo spegnere anche abbastanza in fretta. Devo fare la pappa a Emma poi ho il gruppo che oggi inizia prestissimo.

**lile** Mercoledì, 18 Novembre 2015 13:48

Buongiorno!

CRI auguri per il cucciolo! 😊

NICO hai fatto benissimo... spesso i capi pensano che il ruolo che ricoprono gli dia il diritto di non rispettare chi gli sta intorno... invece come dici tu è la cosa più importante!

MONICA sono contenta che sia andato tutto bene 😊

SILVIA bellissima torta!!

PIERA hai scritto delle cose bellissime! E' vero, leggere ci arricchisce tantissimo... a me piace moltissimo ma ultimamente non ne ho il tempo... ma dovrei trovarlo, è una cosa importante e che mi fa bene.

A me stamattina non passa mai...avrò un pomeriggio/sera pienissimi ma sono tutte cose belle, quindi va bene. E' che mi innervosisco sempre quando penso alle tante cose da fare ma sono costretta ad aspettare.

**cri69** Mercoledì, 18 Novembre 2015 13:01

NICO hai tirato fuori gli attributi e quando c'è vò ,c'è vò...o forse bisognerebbe più spesso ,visti i risultati.Concordo con il tuo pensiero.Noi siamo qui per darci una mano sempre e comunque...

**cri69** Mercoledì, 18 Novembre 2015 12:58

Grazieeeee non mi sento molto nonna, molto rincuorata..Stamattina non abbiamo combinato niente,siamo un pò tutti sù di giri per questo frugioletto...troppo carino.E' uno solo ,lo teniamo 😊😊

MONICA sono contenta che sia andata bene al lavoro e che almeno lì tu sia riuscita a vuotare almeno un pochino il tuo sacco,sarai un pò più leggera ed un pò più serena.

**nico26** Mercoledì, 18 Novembre 2015 12:57

Buon pranzo a tutte/i

Ieri e' stata una giornata veramente infernale sul lavoro ...ho mandato a quel paese il mio Direttore dicendo che se aveva dei problemi suoi personali di mancanza di autostima non doveva scaricare tutta la sua m... sulle persone.E altro ancora!Ero arrivata al limite e per una cavolata si e' permesso di dire che io faccio la sindacalista e altri....Il rispetto verso l'altro per me e' basilare e se non c'e' per me non esistono rapporti.

Ora e' tutta una carineria e sviolinata., ma da ieri ho capito una cosa molto import.:la piscina non e' mia,devo lavorare con correttezza ma fino ad un limite ed il limite e' quello di non esaurirmi per dei risultati ...tanto il pesce puzza dalla testa!

Tornando a noi che e' molto piu' importante...Annucchia mia cara...lascia scorrere senza ostacolare questo periodo in salita ,sapendo che noi siamo qui per te in ogni momento sia in pubblico che in privato.

Siamo e saremo una famiglia unita e questo dentro di noi lo sentiamo !

Vi voglio bene.

**Annucchia** Mercoledì, 18 Novembre 2015 12:04

"capi" e non "capit"

CRI, auguri!!! 😊

**Annucchia** Mercoledì, 18 Novembre 2015 12:03

Buongiorno a tutti!

MONICA, sono contenta che ti senta più sollevata , essere rincuorati vuole dire tanto e solitamente "i capit" non spendono parole inutili se non vale la pena farlo.

**Monica** Mercoledì, 18 Novembre 2015 11:45

CRI auguri, sei diventata nonna 😊 Lo tieni tu il piccolino?

**Monica** Mercoledì, 18 Novembre 2015 11:44

Buongiorno a tutti. Ieri il colloquio è andato benissimo. Il nuovo direttore delle risorse umane è una persona che collabora con l'azienda da tanti anni. Tiene corsi motivazionali, di leadership da una vita. Io lo conoscevo già ed è molto facile parlare con lui. Ho espresso tutti i problemi che ho all'interno dell'azienda e so che mi aiuterà a risolverli. Già farmi vedere le cose da un'altra prospettiva è un aiuto. Comunque ne sono uscita sollevata, certa che le cose adesso andranno meglio 😊

**cri69** Mercoledì, 18 Novembre 2015 08:02

Buongiorno a tuttiiiii.

La mia Cipolla ha fatto un Cipollotto 😄😄. Sembra vada tutto bene, tra un pochino chiamo il veterinario e sentiamo il da farsi...mamma mia che piccolino e lei sempre dolcissima 😄😄😄

**Simona** Mercoledì, 18 Novembre 2015 07:38

Silvia complimenti per la torta.. bellissima 😊

Monica spero il colloquio di ieri ti abbia portato qualcosa di buono 😊

**Simona** Mercoledì, 18 Novembre 2015 07:36

Buon giorno adoraro forum 😊

**mamma\_lara** Martedì, 17 Novembre 2015 22:06

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

**mamma\_lara** Martedì, 17 Novembre 2015 22:05

AVVERTENZA IMPORTANTE!

C'è il rischio di ricevere una mail che ha per oggetto "on est tous Paris" (siamo tutti Parigi) che si è largamente diffusa in quest'ultimo weekend.

In questo messaggio c'è la foto di un bebè con un braccialetto di nascita su cui c'è scritto "on est tous Paris" (siamo tutti Parigi) e l'invito a cliccare sulla foto.

Questo messaggio contiene un malware (virus) che permette di prendere il controllo a distanza del vostro computer e di recuperare tutti i vostri dati e le password.

Fonte: servizio di cyber criminalità del ministero della difesa.

La conferma di questa info è stata diffusa su EUROPE 1 (emittente francese) questa mattina. Dunque si richiede la massima prudenza.

Dovete fare attenzione a non aprire alcun messaggio denominato "l'invitation" (l'invito) o "qu'est ce que fait ta photo sur ce site?" (che ci fa una tua foto su questo sito?).

Non ha importanza chi ve lo ha inviato!

È un virus che apre una torcia olimpica che vi brucia l'hard disk del pc.

NON APRITELO ASSOLUTAMENTE E SPEGNETE IMMEDIATAMENTE IL VOSTRO PC.

È lo stesso virus di cui ha parlato la CNN è classificato dalla Microsoft come il virus più distruttore mai esistito prima! È stato scoperto da McAfee e non esiste ancora una soluzione per rimediare a questo virus. Distrugge il "settore zero" dell'hard disk in cui sono contenute le informazioni vitali per il funzionamento!

AVVERTITE TUTTI QUELLI CHE CONOSCETE, i vostri amici, i vostri contatti, più persone avvertirete più il virus avrà difficoltà a diffondersi.

**Piera** Martedì, 17 Novembre 2015 19:24

Silvia davvero molto bella la tua torta!!! 😊

**Piera** Martedì, 17 Novembre 2015 19:12

E' bello Lara che a Emma piaccia leggere.....io sono stata una bimba che ha sempre amato farlo, e mi ha aiutato molto nel mio percorso scolastico, ricordo che a solo sei anni ho letto il libro Cuore di DeAmicis, in casa avevamo un'edizione bellissima:un grande libro con la copertina blu similpelle con le scritte oro e figure illustrate che erano una meraviglia, l'avro' letto minimo 10 volte.....all'esame di quinta elementare feci un tema in cui citavo il Siam, l'odierna Thailandia.....figurati un po' una bimba di 10 anni che raccontava di paesi lontani conosciuti solo grazie alle letture, perche' nel 1970 anche la tv non e' che offriva un granché, le maestre della commissione lo fecero leggere a tutte le altre commissioni.....

**mamma\_lara** Martedì, 17 Novembre 2015 18:59

Piera, mi trovi d'accordo, leggere è la cosa più bella che possiamo fare. l'ho sempre detto ai miei figli e anche a Emma e tutti abbiamo sempre letto tantissimo. Ora a me manca proprio il tempo, ma non appena ho un minuto faccio le mie letture 😊

**mamma\_lara** Martedì, 17 Novembre 2015 18:57

Silvia, sei stata proprio brava. chissà come sarà stata contenta la tua bambina. Elisa mi sembra si chiami.

**mamma\_lara** Martedì, 17 Novembre 2015 18:55

[Torta di Silvia](#)

La bellissima torta che ha fatto Silvia per il compleanno della sua bimba.

Bravissima Silvia. Poi ci dirai come l'hai farcita.

**feffe81** Martedì, 17 Novembre 2015 18:16

SILVIA mi spiace per il mdt, però io la penso in modo statistico: non è che se non ci pensi non ti viene mdt...e se sono un po' di giorni che non hai mdt è probabile che arrivi perché non ci sono tregue a vita! Almeno nella mia carriera di emicranica è così

**Piera** Martedì, 17 Novembre 2015 18:04

Lara fino a che il mio immenso piacere di leggere e una grande memoria mi assisteranno farò sempre una bella figura !!!! 😊 sono diventata una copiatrice seriale!!! 😊 ..... "Chi non legge avrà vissuto una sola vita: la propria , chi legge avrà vissuto 5000 anni , c'era quando Caino uccise Abele , quando Renzo sposò Lucia , quando Leopardi ammirava l'infinito, perché la lettura è un'immortalità all'indietro. (U.Eco)

**SILVIA68** Martedì, 17 Novembre 2015 17:48

e come volevasi dimostrare..... lunedì mattina mi sono svegliata con MDT, dopo una tegua di 13 gg., ho preso la mia pastiglia e sono andata al lavoro un'ora e mezza dopo, perché ultimamente mi prendo il tempo che serve, e anche perché ho capi comprensivi, quindi tutto sommato è andata bene, ed è passato definitivamente oggi pome. Non posso lamentarmi, leggo di voi di situazioni veramente brutte ed ammiro la vostra forza. E confermo come avevate detto che a pensarci poi arriva, ma quando passano un certo nr.di gg. non posso fare a meno di pensare "Cavoli sono già 10 gg (o raramente 15 gg) che sto bene!!!!"

**Annuccia** Martedì, 17 Novembre 2015 16:55



**mamma\_lara** Martedì, 17 Novembre 2015 15:26

Piera, il tuo messaggio è talmente bello che sarebbe da mettere altre 10 volte. Grazie mille

**Piera** Martedì, 17 Novembre 2015 13:34

scusate il doppio mex...lara please??

**Piera** Martedì, 17 Novembre 2015 13:32

Annuccia per me tu sei "fortissima" , proprio per il fatto che sai ridere e scherzare, un volta lessi una storiella che diceva: "Perché proprio a lei Signore? E' così allegra?

"Proprio per quello! Secondo te potrei mandare delle difficoltà a una donna che non sa ridere? Sarebbe crudele."

"Ma avrà abbastanza pazienza?"

"Non voglio che abbia troppa pazienza, non vorrei naufragasse in un mare di autopietà e disperazione. Dopo che lo shock e la rabbia passeranno saprà affrontare il tutto. L'ho osservata oggi, ha quel senso di sé e di indipendenza così raro e necessario in una madre e in una donna.....Ma Signore, non è neanche credente!"

Dio sorride: "Non importa, mi prenderò cura del problema....."

tvb 😊

**mamma\_lara** Martedì, 17 Novembre 2015 13:13

Monica, Feffe, lo quando si tratta di figli non parlo proprio.

Monica, sai solo tu cosa provi.

Però sappi che i miei ragazzi sono stati educati ad amare tutti come se fossero tutti la loro famiglia.

**mamma\_lara** Martedì, 17 Novembre 2015 13:09

Annuccia, anch'io penso di essere non troppo forte, per questo mi impegno ogni giorno per esserlo. E lo dico anche perchè mi fa bene ascoltarlo detto da me e non solo detto dagli altri.

Come quando dico che ho paura di tutto che faccio prima a non avere paura di niente.

Di me so che faccio prima a fare un gesto eroico che ad essere coraggiosa.

Scusate, scappo a fare la pappa. Sono in ritardoissimo.

**Maria9195** Martedì, 17 Novembre 2015 12:14

sono di poche parole anch'io in questo periodo 😞😞😞 ..periodo difficile da affrontare sul fronte salute 😞😞

**Annuccia** Martedì, 17 Novembre 2015 11:50

Grazie care amiche, forse mi sopravvalutate, anche a Roberto ieri sera gli ho detto "tutti pensano che sono forte ma non è così, in fondo sono una debole", lui ha creduto che la mia fosse una battuta (sa che scherzo spesso e volentieri)..... tutto ciò dopo 36 anni di conoscenza profonda.

**feffe81** Martedì, 17 Novembre 2015 11:43

anche io penso che qui si possano scrivere cose profonde, ma non tutte le cose. Ma va bene così, comunque il forum svolge un'ottima funzione. E sempre grazie al forum ho avuto la possibilità di conoscere personalmente alcune di voi con le quali è nata un'amicizia che va davvero oltre

**feffe81** Martedì, 17 Novembre 2015 11:39

ANNUCCIA mi spiace che ti si stiano parando davanti montagne...però sento anche la tua natura combattiva. Ricordati che ci sono anche in privato se hai necessità.

**feffe81** Martedì, 17 Novembre 2015 11:37

MONICA quanto ti capisco sul fatto di legare la gioia/soddisfazione all'arrivo di un figlio....penso sia davvero troppo difficile da superare. E' vero che per fortuna possiamo gioire di molto altro, ma è anche vero che quello è un bel peso sul cuore...

**Annuccia** Martedì, 17 Novembre 2015 11:36

Ho sempre scritto tanto di me e anche dei miei e ritornerò sicuramente a farlo quando avremo messo in ordine un po' di cose.... so che avanti a me ci saranno eventi insormontabili da affrontare e , forse, mi sento in colpa di non avere più la forza di applicare il mio amato "carpe diem" , penso troppo e ogni giorno si aggiunge una "rognà" da affrontare e risolvere. Non posso scrivere "sono esaurita" , non è una frase che mi piace , io sono una combattente e non getterei mai le armi, forse ho solo finito momentaneamente le cartucce.

**Annuccia** Martedì, 17 Novembre 2015 11:29

Buongiorno a tutti!

**nico26** Martedì, 17 Novembre 2015 11:09

Buon giorno caro forum.

Mi ha fatto tanta tanta dolcezza il post di Paula ,perché leggendolo si sente in maniera palese quanto amore ha dentro forse forse chissà ' un po gli fa paura vederlo .Sei veramente una persona speciale e vorrei esser li ' e abbracciandoti vorrei dirti piano piano.....Paula vai avanti e non aver paura di scoprire il tuo tesoro interiore e credimi e' davvero prezioso.

**Piera** Martedì, 17 Novembre 2015 11:04

Anche a me piacciono tantissimo le orchidee, nella casa dove abitavo prima, fiorivano che era un bellezza, avevano trovato un posticino ideale tanta luce schermata dalla tenda e clima poco secco, nella casa nuova, nonostante mi pare le condizioni siano anche meglio, non riesco a tenerle, ora ne ho una bellissima screziata fucsia e bianca , sembra che questa possa farcela.....ma e' un po' presto per dirlo..... 😊

Paula , purtroppo quando in un anno si hanno + datori di lavora e anche l'inps lo e', c'e' sempre per tutti da pagare il conguaglio!!! il fatto e' che ognuno applica l'aliquota irpef per quello che eroga e invece al cumulo i conti non tornano perche l'aliquota e' maggiore.....sento che in molti si lamentano di questo fatto pensando erroneamente che sia un'ingiustizia, ma tu che hai un

solo datore di lavoro paghi la stessa aliquota, perciò non ci vedo nessuna ingiustizia!! le aliquote sono uguali per tutti, altissime ma uguali

**mamma\_lara** Martedì, 17 Novembre 2015 11:04

Rossana, MDS ci sta, lo abbiamo scritto tanto tempo fa. Poi c'è anche MDC, anche quello un bel male miseriaccia.

Mi spiace tu sia un po' rottina.

Meno male che l'umore è alternato, mica si può sempre ridere o sempre piangere. Bisogna provare tutte e due questi sentimenti per capire dove sta la differenza.

Che forte la signora che sta dietro ai tuoi genitori 😊

Le tue orchidee saranno bellissime, anche Enza ne ha di stupende.

**mamma\_lara** Martedì, 17 Novembre 2015 11:00

Monica, che bello il tuo messaggio. Grazie.

Certo che fa bene raccontare qui le nostre cose che possiamo raccontare, poi ognuno di noi racconta di se quello che è capace. Credo intendesse anche questo Elisabetta quando diceva vuotare il sacco.

Sono convinta che qui possiamo lasciare ciò che ci pesa e non è detto che ciò che pesa a me sia la stessa cosa che pesa ad un altro.

hanno un bel da dire che ci sono cose peggiori al mondo in risposta a certi nostri messaggi, intanto però io ho a che fare con questo, cosa posso farci e visto che questo è almeno lasciatemi sfogare.

Quindi cara fai come ti pare che va bene. Poi mica racconti del tuo vicino di casa, racconti di te e dei tuoi pensieri.

**mamma\_lara** Martedì, 17 Novembre 2015 10:55

Paula, io ne racconto tantissime di cose e quelle che non racconto qui è perchè potrebbero far male a persone "innocenti".

Penso come te, moriranno con me.

Nel raccontare anch'io faccio sempre molta attenzione per lo stesso timore che hai tu, ma il mio disturbare non è che mi viene quando racconto la mia quotidianità. In fin dei conti uno può leggere o saltare il messaggio se non è interessato.

Penso invece a chi legge e magari trova nei miei pensieri cose che non condivide. Per questo dico che mi piacerebbe teniate sempre presente che è la mia vita, mica pretendo di dare consigli o che qualcuno debba pensarla come me.

Sono sempre stata convinta che ognuno di noi è capace di sbagliare anche senza i miei consigli. 😊

Per Fausto non ho parole, sappi cara che io sono dell'idea che anche più di due calci nel sedere ben assestati li meriti. So che non serve fare questi pensieri, però io li faccio.

**Monica** Martedì, 17 Novembre 2015 10:48

ANNUCCIA ti capisco quando dici che non riesci più a vuotare il sacco. A me personalmente ha iniziato a pesare il fatto che venissi qui a riversare su di voi i miei problemi. Mi dava fastidio, non lo ritenevo corretto. Ma non mi riusciva di fare diversamente. Non ho mai niente di bello da raccontare, e non perchè a me non capitino cose belle, solo che io non le so vedere. Negli anni ho legato gli stati d'animo positivi all'accadere di certi avvenimenti in particolare (ad esempio la nascita di un figlio) e la mancata realizzazione di questi sogni ha pregiudicato il mio umore, il mio stato d'animo. Ma la vita ha mille sfaccettature e devo essere in grado di vederle tutte.

Devo essere contenta ad esempio di avere ancora i miei genitori che anche se un pò acciaccatelli, sono ancora autonomi. Ho un lavoro che anche se mi ha creato tanti problemi, mi permette comunque di mantenermi.

Sto cercando di vedere la positività anche attraverso gli eventi non proprio positivi che mi accadono

**mamma\_lara** Martedì, 17 Novembre 2015 10:46

Monica, dai va che 17 giorni è un bel numero. Però certo che oggi non ci voleva visto l'incontro con il nuovo direttore. Dacci notizie se non ti scoccia e se puoi

**Monica** Martedì, 17 Novembre 2015 10:39

Buongiorno a tutti. SIMONA anche io ieri mdt a destra. Erano 17 giorni che non si presentava e ieri mi ha fatto la sorpresa. Che ovviamente mi sarei risparmiata 😞 Il primo trip nemmeno ha fatto effetto per bene, così dopo 4 ore ne ho preso un altro. E io che pensavo che essendo passati ben 17 giorni dall'ultimo trip, mi avrebbe fatto effetto subito!

Oggi ho il colloquio con il nuovo direttore delle risorse umane e ho bisogno di stare bene, perchè ho tantissime cose da dirgli 😊

**paula1** Martedì, 17 Novembre 2015 10:24

Buona giornata a tutti 😊

**paula1** Martedì, 17 Novembre 2015 10:19

Quando si parla di orchidee penso sempre al personaggio letterario di Nero Wolfe 😊😊 che passa due ore della sua giornata nella serra e credo sia un bel modo di scacciare i pensieri, ma si sa che sui libri tutto è possibile.....

tra poco scendo in città perchè devo andare a prendere lo stipendio di Fausto...davvero miserevole, ma per fortuna con questo mese ha finito di versare il debito del 730, perchè nonostante nel 2014 abbia lavorato a livelli di schiavitù, lo Stato ha voluto indietro ancora dei soldi...non si può nemmeno dire che gli lasci il sangue perchè lo fa già!! 😞😞

ieri era nervosissimo perchè oggi il direttore di stabilimento li ha convocati tutti ad una riunione...manca un mese alle scadenze dei contratti interinali e purtroppo anche se il lavoro viene fatto come si deve ci sono persone riprovevoli che stanno mettendo in cattiva luce chi lavora...purtroppo il fatto di non essere fissi fa in modo che non si possa parlare apertamente...mi racconta delle cose davvero disgustose...e a volte, anche se io sono più pacifica di Gandhi, a qualcuno due calci nel sedere ben assestati farebbero bene.. 😞

**rossana** Martedì, 17 Novembre 2015 09:39

😊 Questo per la signora dei miei che nonostante la vita gliene abbia combinate tante sorride sempre e mi dice sempre che va tutto bene.

E a proposito di vitalità stamattina facendo la doccia alle orchidee ho trovato nelle due più vecchie dei rami nuovi, verdini freschi e teneri.....

Che bello vederli spuntare dato che i loro avi sono secchi, è la vita che ruota anche per le piante.

Sono contenta perchè così posso sperare di avere fiori bellissimi anche la prossima primavera. 😊

A dopo

**rossana** Martedì, 17 Novembre 2015 09:36

Buongiorno a tutte,

un po' rottina ma può andare.

FEFFE bene che vai migliorando.

PAULA il post di ANNUCCIA ha fatto riflettere anche me. Che tenerezza nel tuo messaggio, si colgono un sacco di cose...tue e nostre. Grazie

FEFFE in questo periodo il mio umore va bene tra me e me le cose sono ok ora. Risento però dei fatti che mi / ci accadono intorno, è inevitabile.

E per quanto mi riguarda ormai so che il mio umore va e viene quindi cerco di non avvilirmi troppo quando non va e godere dei momenti buoni.

Bisogna convivere come col MDT o MDS (coniato mal di schiena).

Ora vado dai miei, non posso arrivare da loro prima delle 10 perchè la signora, 71enne, è a disagio quando la trovo ancora in pigiama e senza trucco.

E' fantastica e io evito di imbarazzarla.....ha una pazienza.

**paula1** Martedì, 17 Novembre 2015 09:20

ANNUCCIA le tue parole fanno pensare....perchè "vuotare il sacco" è una affermazione molto pesante....almeno per me...io credo che qui nessuno ci riesca appieno, anche se è un "ambiente" protetto, ma ci leggono in molti e spesso abbiamo quasi timore di "disturbare" scrivendo delle nostre quotidianità...certo si dicono anche questioni molto delicate, ma un vero approfondimento non c'è mai forse come ci aspetteremmo..., però è giusto continuare a scrivere, ognuno coi suoi tempi e le sue modalità, perchè questo è il posto giusto per trovare conforto, consigli e solidarietà... io credo che non vuoterò mai il sacco nemmeno in punto di morte, perchè il mio carattere è ormai

forgiato da tempo, ma continuerò a cercare di migliorare ogni giorno per poter trovare un minimo di serenità e condivisione con persone alle quali voglio davvero un bene infinito...

**paula1** Martedì, 17 Novembre 2015 09:12

Buon giorno a tutti...qui sole, ma giù in città ancora non so.....  
ANNUCCIA

**mamma\_lara** Martedì, 17 Novembre 2015 08:52

Fatto 😊

**mamma\_lara** Martedì, 17 Novembre 2015 08:30

Buongiorno a tutti.

Sto sempre facendo un sacco di cose. Poi vi mango una mail. Anzi, ve la mando subito. 😊

**cri69** Martedì, 17 Novembre 2015 07:41

Buongiorno a tutti, qui tanto nuvoloso.  
Leggo con piacere che FEFFE sta meglio ora aspettiamo news positive a nche dalle altre fanciulle. Forza ragazze, momenti difficili ma come sempre ne uscirete vincitrici

**feffe81** Martedì, 17 Novembre 2015 07:12

MAYA come va?

**feffe81** Martedì, 17 Novembre 2015 07:08

CRIS cavoli la febbre 🤒 spero ti passi presto perché la testa fa fatica a reggerla...  
ROSSANA mi spiace leggere del tuo soffrire dentro...ti auguro che si possa alleggerire

**feffe81** Martedì, 17 Novembre 2015 07:04

Buongiorno a tutti, qui va meglio, ho smesso di vomitare e ieri sera ho anche mangiato. Ho ancora un po' mdt e dolori al busto per gli sforzi, ma comunque oggi sto a casa a riposo.

**mamma\_lara** Lunedì, 16 Novembre 2015 21:45

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

**mamma\_lara** Lunedì, 16 Novembre 2015 21:39

Rossana, sapessi quanto ho tribolato, ti chiederesti come ho fatto ad uscirne e sapessi invece come mi fa star bene sapere come sto ora, e non sto parlando della salute. Alle volte sono talmente contenta che faccio fatica a tranquillizzarmi. Ricordo che quando abitavo nella mia casa di prima andavo al balcone e mi sentivo la padrona del mondo.

Per Emma averla qui con me è gioia allo stato puro e anche con emicrania potrebbe suonare anche un trombone che mi andrebbe bene lo stesso.

Hai ragione, i pensieri che tolgono le parole devono toglierle per poco tempo, altrimenti non saranno solo le parole a non tornare.

Sei proprio brava

**mamma\_lara** Lunedì, 16 Novembre 2015 20:51

Simona, è un po' di coca cola senza zucchero?

Poca poca perchè so che non è il massimo.

Per l'umore devi fare attenzione, sai che quello frega anche dopo tanto tempo. Cerca di ricordare bene come sei capace di farcela sempre e non seguire i pensieri che non vanno bene. Lasciali andare quelli che fanno più male della coca cola.

**mamma\_lara** Lunedì, 16 Novembre 2015 20:48

Nico, hai ragione, pensa che io sento la mancanza di persone che non scrivono da tanto, ma sono qui dentro ai miei pensieri nella speranza sempre di vederle sbucare un giorno o l'altro

**rossana** Lunedì, 16 Novembre 2015 20:16

LARA per dirlo devi avere anche tu una bella emicrania però per i nipoti cosa non si sopporta, anche la musica.

Non sono nonna ma anche da zia volentieri ho portato pazienza, e lo rifarei.

**rossana** Lunedì, 16 Novembre 2015 20:10

SIMONA cavoli anche a te..., ma non disperiamo.

Per l'umore è normale avere alti e bassi e tu hai dato prova di saper stare in alto a lungo. Quest'anno a Ferrara eri in formissima, non ti soffermare troppo a pensarci, ritroverai presto il livello. 😊

**rossana** Lunedì, 16 Novembre 2015 20:06

Ciao a tutte,

LARA il tuo post di ieri è commovente, quanto hai tribolato.....

CRIS spero che la tua febbre se ne vada in fretta e soprattutto che non ti porti MDT più forte.

FEFFE cavoli, proprio una crisona.

Forza, dovresti essere a buon punto....

ELISABETTA quanto è vero quel che scrivi, e mi ha toccato profondamente.

L'ho salvato e me lo conservo.

Io che sono loquace e temo lo sapete bene .... 😞 .... da venerdì sera me ne sto molto in silenzio e sempre mi succede quando soffro dentro.

Poi però il bisogno di uscire e condividere per spezzare la potenza di questi pensieri è più forte e per fortuna ci sono gli affetti.

Grazie del tuo bel messaggio.

**Simona** Lunedì, 16 Novembre 2015 20:01

Buonasera adoraro forum. .. mi sta venendo mdt... 😞 Se non avessi appena mangiato me ne andrei a letto... è lì a destra... la parte più brutta x me... spero passi riposando..altrimenti potrebbe essere un problema... in questi giorni no posso proprio prendere nulla x farmelo passare.. quindi non mi resta che sperare nella notte...

Sono giornate strane... alti e bassi... l'umore non sempre regge purtroppo... 😞

**nico26** Lunedì, 16 Novembre 2015 16:33

Si è vero anche per me carissima Lara...il forum arriva dentro di noi e ci abbraccia tutte in giornate come queste ...come dice la nostra cara Elisabetta.

Cavoli quanto ci vogliamo bene.

**mamma\_lara** Lunedì, 16 Novembre 2015 15:39

Leggo la sofferenza di Feffe e Cris che stanno lottando una (Feffe) con un forte MDT dove si sono aggiunti un bel po' di "gadget" come se il MDT non fosse già abbastanza.

Poi Cris che ha la testa che ancora è capace di tenere (chissà per quanto) però è una settimana già che ci tira dentro con sta influenza.

Poi arriva Elisabetta e ti chiedi dove prenda le parole sempre azzeccate da dire. Lei insieme anche a tante altre del forum ne dicono un bel po' di parole che aiutano ed è questa la nostra forza.

E serve sta forza a me ora che sto ascoltando Emma con il flauto che suona, behh, suona è una parola grossa, però un po' di note le tira fuori.

Mi serve anche oggi un po' di forza, perchè non è che la testa mia sia sempre una delizia. L'emicrania c'è e si fa sentire, così proprio oggi che sto sbrinando il congelatore e ho Emma che suona, la mia testa fa quello che le pare.

Meno male che c'è il forum e ogni tanto un po' di forza arriva anche da qui.

Grazie a tutte voi.

**Elisabetta** Lunedì, 16 Novembre 2015 13:28

A volte si è sopraffatti dagli accadimenti. Il silenzio, come il sonno, è un rifugio che crea l'illusione dell'assenza di dolore.

Ma è una situazione transitoria

Il richiamo devi affetti e una forza vitale insostituibile.

Buon pomeriggio care amiche. Elisabetta.

**feffe81** Lunedì, 16 Novembre 2015 13:19

Qui attaccone farmaco resistente con vomito 😞 da sabato notte...che fatica, ho vomitato per 24 ore di continuo nemmeno il plasil è servito, ora il medico mi ha dato qualcosa per lo stomaco. Resto ferma a letto

**Cris83** Lunedì, 16 Novembre 2015 12:02

Buongiorno a tutti!

Io sono sul divano con la febbre a 38!

Sono stata tutta la scorsa settimana influenzata ma come sempre ho fatto finta di nulla e ora la pago. Oggi me ne sto al calduccio.. La testa x ora regge un po' alla meglio.

Dopo vedo se accendo il pc e vi leggo.. Dal cel leggo male..

Intanto vi mando un grande abbraccio.. ♥

**Annuccia** Lunedì, 16 Novembre 2015 11:54

 un bacio

**mamma\_lara** Lunedì, 16 Novembre 2015 11:45

Annuccia, non ti preoccupare per le poche parole. cercheremo di venirti in aiuto compensando con le nostre. Io come avrai notato ieri sera ne ho scritte un bel po' così puoi stare un po' tranquilla 

**Piera** Lunedì, 16 Novembre 2015 11:44

Annuccia, forse non riesci a vuotare il sacco, perché ti senti l'obbligo di farlo.....le parole devono scorrere da sole, almeno a me succede così'.....aspetta solo 

**mamma\_lara** Lunedì, 16 Novembre 2015 11:43

Lile, anche noi come te andiamo avanti facendo fatica. La fatica la fanno tutte le persone del mondo, anche quelle che stanno bene, tante volte si cade poi ci si rialza. Tante volte non è facile e si fa una immensa fatica. Ma questo si fa e mica siamo solo noi a doverlo fare. Poi mica si nasce con il sapere del mondo nel cuore, quello si impara con le esperienze. Sono queste che formano il nostro libretto delle istruzioni e se lo teniamo sempre a portata di mano ci aiuterà in tutto.

**Annuccia** Lunedì, 16 Novembre 2015 11:34

LARA, assolutamente il mio non è un saluto definitivo, era solo un giustificare le mie poche parole scritte.

Ti voglio bene anche io.

**lile** Lunedì, 16 Novembre 2015 11:30

Buongiorno!

Leggo i vostri messaggi con tanta ammirazione... siete delle persone meravigliose, forti, con tutta la sofferenza che avete provato e purtroppo provate ancora andate avanti e state dietro ai figli, al lavoro e a tutto il resto... non è invidia, è proprio totale ammirazione, vorrei essere come voi come un bambino vuole somigliare agli eroi dei fumetti... siete delle eroine, ecco.

Ci vuole tanta forza e tanto coraggio per essere come voi. Siete speciali.

**mamma\_lara** Lunedì, 16 Novembre 2015 11:23

Annuccia, è difficile vuotare il sacco quando ci sono di mezzo i figli con cose abbastanza grandi.

Capita anche a me. Così vuoti quello che posso così ho meno pesantezze.

Fai quello che puoi.

Però il tuo messaggio mi sembra tanto un saluto definitivo.

Fai attenzione ai pensieri tossici e a tutto quello che te li può insinuare.

Ti voglio bene.

**mamma\_lara** Lunedì, 16 Novembre 2015 11:21

Fra un po' vado dalla parrucchiera. Oggi o domani vado in banca a cantarle alla impiegata che ha trattato male la signora anziana e non voglio sembrare uno spaventapasseri con i capelli pannocchia striminzita.

Poi devo essere in forma per il fine settimana. 

**Annuccia** Lunedì, 16 Novembre 2015 11:19

Buongiorno a tutti!

spero di ritrovare l'entusiasmo di scrivere qui, qualcosa è cambiato ma non so bene cosa.

Sono sempre in debito con tutti voi per quello che mi avete dato, ma ora non riesco più a "vuotare il sacco"!!!! ci proverò sicuramente prima o poi.

**mamma\_lara** Lunedì, 16 Novembre 2015 11:18

Nico, faglieli fare a le così lo scopre il tempo che ci vuole.

E se dice che non è capace dille che impari. 😊

**mamma\_lara** Lunedì, 16 Novembre 2015 11:17

Maya, sapessi cara in quante abbiamo parlato del tuo coraggio.

Sei stata brava e scusami ma la parola trasformazione è veramente piccola rispetto a ciò che hai fatto tu.

Hai ragione a perdonarti, fai bene. Sai che forse la commozione arriva per questo. Prendiamo per mano quello che siamo state e facciamo il cammino con tutte le persone che siamo: deboli, confuse, forti, coraggiose e anche tanto altro, ma più di tutto siamo bellissime e alle volte dobbiamo guardarci con gli occhi degli altri per scoprirlo.

Tu sei bellissima cara. ♥

**nico26** Lunedì, 16 Novembre 2015 11:13

Buon lunedì amiche /i !

Dal dal lavoro dove ho appena litigato con una collega perche' pensa che i lavori di grafica si posson fare in due minuti 🤪

**Maya** Lunedì, 16 Novembre 2015 11:00

Miami se penso al mio racconto letto al convegno ,mi commuovo ,mi viene da piangere, non per tristezza,ma perché so quanto ho lavorato per salvarmi da tanto dolore che avevo,perché sono contenta che quella Paola ,triste ,non serena,e con tanto mdt ,ora non ci sia più,mi commuovo perché tutt'e voi mi avete aiuto,nel mio,percorso,hai ragione un sentimento strano,di gioia ,ma anche di perdono ,nei miei confronti noti,si ,per tutte le cose sbagliate che ho fatto per il mdt,ma ero sola ,poi ho aperto internet.....un nuovo cammino.

**Maya** Lunedì, 16 Novembre 2015 10:49

Ciao....sono a casa mdt....Mami la tua frase mi ha aiutata un paio di giorni,il tempo non passa ,sto facendo una gran fatica mentale e fisicamente ho speso tanto....venerdì giornata interminabile,la tensiva a metà pomeriggio mi impedisce di lavorare ,non mi reggo,ma arriverò al 2 di dicembre.

**mamma\_lara** Lunedì, 16 Novembre 2015 10:40

[INCONTRI](#)

INCONTRI

ESERCIZI DI CONSAPEVOLEZZA DEL RESPIRO PER IL RILASSAMENTO DELLA MENTE E DEL CORPO  
GRUPPO DI AUTO-AIUTO FERRARA INCONTRO DEL 18/11/2015

**mamma\_lara** Lunedì, 16 Novembre 2015 10:38

Buongiorno a tutti.

Ho trovato i pantaloni rossi. Devo solo fare un paio di modifiche poi sono a posto.

Cri, fare cappellacci potrebbe essere anche un lavoro 😊😊😊

**cri69** Lunedì, 16 Novembre 2015 08:43

Buongiorno a tutti,buon inizio settimana.Stamattina cappellacci...oltre al resto 😊

**mamma\_lara** Domenica, 15 Novembre 2015 21:42

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

**mamma\_lara** Domenica, 15 Novembre 2015 21:40

Ecco, ho fatto tutti i panettoni che mi servono questa settimana, 16 me ne servono.

Ne ho tagliato uno e Gabriele lo ha assaggiato, ha detto che sono buoni come quelli dello scorso anno.

Se dicessi che avevo voglia di mangiarne un pezzo sarei proprio bugiarda. Come il pane, non mi attira più. Ho fatto tanta fatica lo scorso anno, ma dopo circa 3 mesi ho smesso di sentirne il desiderio.

Mi piace fare da mangiare perchè mi aiuta a pensare con pensieri dritti. Oggi mi sono venuti pensieri di come sia importante ciò che sto facendo con il gruppo in questo periodo, meno male che Lella si è presa questo incarico e lo sta facendo nel migliore dei modi.

Domani sarà nella sezione di Ferrara la premessa all'incontro di mercoledì e sta veramente facendo un ottimo lavoro. Ve ne accorgete, anche se detto così sembra una minaccia.

Sono proprio contenta.

Penso a quanto serve a me fare questi esercizi di respirazione, alle volte mi chiedo come avrei fatto a sopportare tutto quel male indotto dagli attacchi di grappolo se non avessi avuto questa possibilità.

Poi i pensieri sono andati ad ognuna di voi e piano piano come se vedessi una foto davanti al muro che avevo di fronte, compariva nella mia memoria ogni volto e se la parola entusiasmo fa ancora un po' fatica a prendere possesso di me o io possesso di lei, mi sono detta che in ogni caso devo fare la cosa giusta e la cosa giusta e non mollare costi quel che costi.

Tante volte mi sono sentita di andare contro tutti chiedendo il riconoscimento della cefalea cronica come malattia sociale. Sì, forse sono andata contro tanti, ma di certo non contro di voi che soffrite senza che nessuno vi renda giustizia.

Ma quale giustizia ci hanno dato in tutti questi anni, anche se per fortuna ci sono notizie che arrivano in supporto al nostro star male.

Mi ha fatto tanto pensare un documento che ho trovato in questi giorni, un foglio che pensavo di avere smarrito e mi sarebbe proprio dispiaciuto, perchè è stato quello che ha dato la svolta alla mia vita.

Mi sono messa a piangere quando l'ho trovata nel leggere ciò che avevo scritto in questa mail che ho spedito, per l'esattezza è stato Zeno a spedirla a questo sito nel lontano 23 ottobre 2000 alle ore 8:01 del pomeriggio, più di quindici anni fa.

E' stato Zeno a trovare questo sito facendo una ricerca con la parola cefalea. Io a quel tempo neppure pensavo che una scatola potesse farmi vedere il mondo e tutto ciò che vi era a questo mondo, così ad un certo punto mi apre il sito [www.cefalea.it](http://www.cefalea.it)

Non potevo crederci. Zeno inizia a scrivere ad un indirizzo mail [info@cefalea.it](mailto:info@cefalea.it)

Ancora mi emoziono leggendo ciò che ho scritto. Non riesco ad avere una vita "normale" scrive Zeno sotto dettatura. Continua a scrivere dicendo: - " Giornalmente ho problemi di deambulazione che mi costringono a casa data l'incapacità di guidare o muovermi a piedi per più di 5 minuti o anche solo pochi metri senza appoggiarmi a punti fissi. .... Ho scoperto da poco la vostra Associazione, mi rincuora il sapere che esiste, ci siete e finalmente il mio "disturbo" è riconosciuto in quanto tale"-.

Ho tagliato perchè non ho tanto tempo per copiare tutto, ma dentro di me ricordo perfettamente quel periodo. Avevo 49 anni e non riuscivo a fare due passi senza tenermi a qualcosa o a qualcuno. Avevo spesso problemi di vista perchè vedevo tutto storto compreso le case attorno a me. Alle volte vedevo le case che sembravano venirmi addosso e Zeno al quale dicevo queste cose mi diceva ridendo: "mamma, ma tu prendi proprio roba buona ehhh"

Certo, tutto legale però, anche questo era vero, ciò che prendevo lo compravo in farmacia.

Mamma mia come stavo male.

A questa mail ha risposto la dottoressa Sances il 31 ottobre del 2000 alle 17:17.

Mi sono detta: "e impossibile che una dottoressa mi risponda".

Invece era proprio lei che mi proponeva un ricovero al Mondino. Cosa poteva propormi di meglio, solo che io sto all'ospedale come sto rispetto a quegli esseri innominabili. Ma lei non poteva saperlo.

Niente da fare, non potevo farcela.

Però piano piano ho letto questo sito per tanto tempo prima di avere il coraggio di scrivere. Al tempo i messaggi in questo spazio che neppure era un forum, ne scrivevano massimo 20 in un anno a volte anche meno. Poi è inutile mi ripeta ma sapete già come è andata.

Però torno al fatto dell'entusiasmo e al fatto della mia testardaggine al non voler mollare. Non so perchè io piango facilmente pensando alla mia sofferenza. Forse sarà perchè mai avrei pensato di riuscire a salvarmi da tutto quello che la vita mi ha messo di fronte ai piedi. Sono consapevole che avrei anche potuto non farcela, invece non è stato così. Però sappiate che quando mi emoziono e questo succede spesso quando mi raccontate la vostra vita, allora piango ma non per tristezza. Non so quale sentimento sia, però so per certo che è consolatorio, come se questa emozione portasse dentro di me tante piccole gocce di vita come una collana di perle calmanti.

Siete preziosi/e nella mia vita perchè consolando voi consolo me stessa, anche quando vi faccio forza faccio forza a me stessa.

Ecco, periodo pieno di cose da fare, ma mentre faccio non posso fare a meno di pensare a cosa fare di più di quello che faccio, perchè non è che arrivano grandi cose, così mi chiedo dove sbaglio e mi accorgo che forse il mio fuoco è piccolo e va rinvigorito di nuova forza per farlo arrivare tanto alto che possa essere visto da molto lontano.

Grazie a tutte e tutti voi, non immaginate il bene che mi fate.

Grazie per essere nel mio cuore.

Grazie sempre

Vi voglio un sacco di bene ♥

P.S.

Non rileggo quello che ho scritto perchè ho un sacco di cose da fare e non ho tempo.

**Annuccia** Domenica, 15 Novembre 2015 18:32

Buona domenica a tutti!

**mamma\_lara** Domenica, 15 Novembre 2015 16:14

Piera, hai proprio ragione, è uno sfogo far da mangiare per gli altri e da una bella soddisfazione 😊

**Piera** Domenica, 15 Novembre 2015 15:31

se preparo da mangiare non mangio, mi sazio con gli occhi e gli odori.....ieri tutto pesce e oggi tutto carne !!!!

**Piera** Domenica, 15 Novembre 2015 15:30

Lara anch'io mi "sfogo" preparando per gli altri..stamattina Giorgio mi fa: "certo che qui il sabato e la domenica sembra di essere a masterchef!!!! " 😊😊

**mamma\_lara** Domenica, 15 Novembre 2015 14:11

Niente da mangiare per gli altri. Detto così non si capisce.

**mamma\_lara** Domenica, 15 Novembre 2015 14:09

Però cara Piera devi credermi che non è che faccio sta grande fatica. Mi da soddisfazione preparare per gli altri.

Un po' di fatica la faccio se non preparo niente da mangiare, non so perchè ma in quel caso mi scatta la voglia di mangiare.

**mamma\_lara** Domenica, 15 Novembre 2015 14:07

Io non c'è dubbio che faccia il minimo assaggio. Così mi devo fidare della ricetta che ho fatto gli scorsi anni.

Anche perchè se assaggiassi non sentirei un bel niente 😊😊😊😊

**mamma\_lara** Domenica, 15 Novembre 2015 14:06

Piera, per ora stanno lievitando, ma siccome metto pochissimo lievito serve un sacco di tempo. Spero siano buoni. Gabriele ancora non assaggia, si è messo un po' a stecchetto anche lui. Mangia pochi dolci. 😊😊😊

**Piera** Domenica, 15 Novembre 2015 11:52

Brava Lara!!! i panettoni dopo le meringhe troveranno un microclima ideale!!! 😊😊 saranno fantastici 😊

**mamma\_lara** Domenica, 15 Novembre 2015 11:28

Ho le meringhe in forno che si stanno cuocendo. Le porto al gruppo mercoledì. Elisa le aspetta da non so quanto tempo.

Poi fra 6 o 7 ore quando sono cotte cuocio anche i panettoni. 😊

**mamma\_lara** Domenica, 15 Novembre 2015 11:26

Simona, mi piace moltissimo quello che hai scritto. Me lo copio.

Cri, io difendo sempre i più deboli, ma cambiare le foto non so perchè non lo faccio. Tanto si sa da che parte sto, basta guardare i miei post e quello che scrivo.

Poi siamo indietro non di poco se pensi che una donna (in Italia) dopo aver presto botte dal marito per 27 anni non ha diritto a nessun risarcimento perchè doveva andarsene prima.

Le donne di tutto il mondo subiscono di tutto da sempre. Senza pensare ai bambini di tutto il mondo, come la mettiamo.

Ognuno deve fare la sua parte e dovremmo portare dentro tutti lo stesso sentimento: "Non fare quello che siamo capaci, neppure quello che possiamo fare o dobbiamo fare. Quello che è da fare è

sempre quello che è giusto fare". Questo ho insegnato ai miei figli ed è sempre quello che faccio io. Molte volte ce la faccio

**mamma\_lara** Domenica, 15 Novembre 2015 11:20



Buongiorno a tutti.

Silvia, se vuoi farci vedere la foto della torta della tua bimba mandala a me che la metto nel forum così la vediamo tutti. Ti ho messo la bustina così salta fuori la mia mail.

Ha ragione Cri, quando il MDT c'è si sa che è faticoso non pensarci, ma fai attenzione anche all'ansia dell'attesa, quella è tossica.

Mi spiace tu non riesca a venire al gruppo, ma noi ci siamo.

**nico26** Domenica, 15 Novembre 2015 11:17

Buona domenica a tutte/i

Stamane sto benino anche se dentro ho una tristezza immensa per come la religione in generale invece di unite divide lessere umano 😞

**Simona** Domenica, 15 Novembre 2015 11:03

Cri c'è da riflettere eccome... per me vale la frase che ho nella testa da ieri:

Chi ha qualcosa da dire si faccia avanti, e taccia.Karl Kraus

Non aggiungo altro. ..

**cri69** Domenica, 15 Novembre 2015 10:17

Buongiorno a tutti e buona domenica,qui un bel freddo !!!

SILVIA conforta sapere che si ha un approdo dove affidarsi nei momenti difficili,hai ragione .Ti dico anche non aspettare il mdt,se arriva pazienza ma se non arriva tanto meglio, parte un'ansia d'attesa che non è molto salutare ....almeno a me.

Leggevo poc'anzi i vari commenti dei fatti successi..

Mi hanno fatto riflettere,in tanti hanno cambiato la foto con la bandiera francese,in tanti hanno acceso una candela.

Dovremmo fare questi gesti tutti i gg, perchè non abbiamo messo la bandiera russa quando è caduto l'aereo? non abbiamo acceso candele..

Ci sono guerre in tutto il mondo ma non cambiamo la ns foto...mi fa pensare ....

**paula1** Domenica, 15 Novembre 2015 09:18

Buon giorno a tutti...qui sole, ma credo che ormai il bel tempo vada cambiando..ieri sera c'era una bella nebbia.....eravamo stanchi quindi siamo rimasti in paese anche ieri sera...

domani parto col nuovo turno e i sabati e le domeniche a casa diventeranno rari...per fortuna tra poco ci saranno le ferie invernali...io ho chiesto tutto il periodo di chiusura del reparto...vedremo cosa decideranno anche se molte persone vogliono lavorare per le feste...

per la "dieta cheto" avete ragione PIERA e SIMONA...io sono un po' restia per via del disturbo

alimentare anche se vado meglio...in questi giorni sono riuscita a "scamparla" varie volte.. 😞 , per il momento provo solo a calare i carboidrati senza impormi nulla e vediamo come va...ieri alla Coop ho comprato anche del pesce (che non mangio quasi mai), mentre proprio del latte la mattina non riesco a farne a meno...ieri ne ho preso uno nuovo chiamato "Elysir pro-age"...sarà da vecchietti 🍷🍷🍷

**SILVIA68** Domenica, 15 Novembre 2015 08:05

Sicuramente anche solo il fatto di sapere che potrei contare sul gruppo di auto aiuto e ci siete voi nel forum, mi ha dato una grandissimo conforto. Vedremo.... già altre volte ho avuto delle tregue da 15/20 giorni, che poi subito dopo ho pagato con settimane da incubo. Già oggi me lo aspetto, perchè da 2 giorni sono impegnata con i preparativi del 15° compleanno di mia figlia, ho fatto una torta fantastica e la festa ieri sera è andata bene. Grazie a tutte per il vostro sostegno, sono veramente contenta di avervi trovato.

**SILVIA68** Domenica, 15 Novembre 2015 07:58

Buongiorno a tutti e buona domenica, nonostante la giornata grigia e nebbiosa, che rispecchia lo sgomento per quanto successo a Parigi. Mi dispiace non poter partecipare al gruppo di autoaiuto ma

tutti i mercoledì porto mio figlio al corso di piscina e non riesco a cambiare giorno, praticamente fra dentista, portare mia figlia in palestra e tutto il resto i pomeriggi liberi sono pochi. Comunque devo dire che dopo 3 week end (da giov./ven. a dom./lun.) di MDT nel mese di ottobre, mi sembra un sogno, dal 2 novembre sino ad ora sto bene.

**Simona** Domenica, 15 Novembre 2015 07:55

Buon giorno adoraro forum 😊

**mamma\_lara** Sabato, 14 Novembre 2015 22:14

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

**mamma\_lara** Sabato, 14 Novembre 2015 21:35

Spedisco ora la premessa agli incontro per gli esercizi che andremo a fare al gruppo. Spero che lunedì sia pubblicata così la leggerete anche voi. Per la relazione del Convegno dobbiamo aspettare sia pronta la rivista.

**mamma\_lara** Sabato, 14 Novembre 2015 20:45

Eccomi, non vi dico oggi cosa ho fatto. Mancava solo che smontassi casa.

**Annuccia** Sabato, 14 Novembre 2015 12:39

Niente Buongiorno!!!! sono senza parole per l'accaduto. Povera gente.... ancora quanto sangue dovremo vedere? senza poter far niente di fronte alla follia che sembra non avere limiti.

**rossana** Sabato, 14 Novembre 2015 12:25

Buongiorno a tutte,  
davvero difficile dirlo in un giorno come questo.  
Ho sentito mia nipote a Parigi, loro abitano a 12 km.  
Sono a casa da scuola e hanno l'ordine di restare in casa poi si vedrà.  
Preparo il pranzo che è meglio

**mamma\_lara** Sabato, 14 Novembre 2015 12:25

Fatto va. anche oggi una bella giornata lavorativa. Dovrei fare delle rosette da dare a mia sorella, vedo cosa riesco a fare.

**mamma\_lara** Sabato, 14 Novembre 2015 11:55

Non ho ancora avuto tempo di guardare la posta. dopo vado.  
Ho però trovato il numero della mia pensione così mi risparmio una lunga coda allo sportello lunedì mattina e posso andare a cercare i miei pantaloni rossi.

**mamma\_lara** Sabato, 14 Novembre 2015 11:52

Buongiorno a tutti.  
Come voi sono triste anch'io e sono d'accordo con te cara Piera.

**Piera** Sabato, 14 Novembre 2015 09:26

Anch'io sono molto triste stamattina 😞 .....armi e religione sono considerate soluzioni e invece sono proprio il PROBLEMA

**cri69** Sabato, 14 Novembre 2015 07:57

Buongiorno...forse.Vedo dai vs scritti che è successo qualcosa dio terribile,sono gg che non guardo la tv.Ho paura ora .....  
Testa delicata.....

**Simona** Sabato, 14 Novembre 2015 07:36

Senza parole x ciò che è successo a Parigi.... 😞  
Paula bene x il buon vedere di stamani.... certo che qui ti sosterremo sempre... per tutto ciò che ti andrà di fare noi siamo sempre dalla tua parte.... ognuno è giusto che faccia in ogni caso ciò che gli fa star bene sempre.... 😊

Feffe mi spiace x la nottata con trip.. 😞😞😞

**nico26** Sabato, 14 Novembre 2015 07:17

Un buon sabato con una tristezza nel cuore guardando la situazione di Parigi. Non so che dire se non che siamo veramente arrivati alla frutta come essere umani. Allucinante quello che vedo ....ma in nome di cosa ....? Non riesco a trovare nessuna parola. Scusate ma sono sconvolta! Vi voglio bene

**Simona** Sabato, 14 Novembre 2015 07:16

Buongiorno adoraro forum 😊

**feffe81** Sabato, 14 Novembre 2015 06:43

Stanotte trip 😞 e ora mi trascino al lavoro... 🤔 😞

**paula1** Sabato, 14 Novembre 2015 06:23

Buon giorno a tutti dal bus 55...freddissimo...ma l'autista è da favola 😄 😄 ...vado a lavorare..buona giornata

**rossana** Venerdì, 13 Novembre 2015 23:39

Anche io..... 😞

**mamma\_lara** Venerdì, 13 Novembre 2015 22:47

Spengo tutto

**mamma\_lara** Venerdì, 13 Novembre 2015 22:47

Sto guardando la tv e sono senza parole 😞 😞 😞

**mamma\_lara** Venerdì, 13 Novembre 2015 22:14

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

**mamma\_lara** Venerdì, 13 Novembre 2015 22:13

Poi c'è anche che dormo un sacco di più 😄 😄 😄

**mamma\_lara** Venerdì, 13 Novembre 2015 22:12

Cri, era per chiedervi scusa. ♥

**cri69** Venerdì, 13 Novembre 2015 22:09

LARA pensa che nessuno se n'era accorto 😄 😄

**mamma\_lara** Venerdì, 13 Novembre 2015 22:07

Sto facendo un sacco di cose in questo periodo.

**mamma\_lara** Venerdì, 13 Novembre 2015 22:06

Poi vi metto la premessa alla lezione del gruppo del prossimo mercoledì, ho spedito anche quella poi chiedo se la pubblicano ne sito così vi metto il link.

**mamma\_lara** Venerdì, 13 Novembre 2015 21:30

Ecco spedita. Domani spero sia pubblicata così ve la metto anche qui.

**mamma\_lara** Venerdì, 13 Novembre 2015 20:51

Devo spedire la relazione del Convegno che ha fatto Rossana. Bellissima. Così la pubblicano

**mamma\_lara** Venerdì, 13 Novembre 2015 20:50

Annuccia, nel mio cortiletto non so perchè ma le piante non resistono. Resiste solo Delicata la piantina di Rossana che ormai ha più di due anni e cresce come se avesse il lievito di birra nelle radici. Se la tocchi si rompe, per questo il nome delicata, ma è troppo troppo resistente a tutte le temperature.

Avrei preso anch'io i ciclamini, ma durano come il formaggio grattugiato sul tavolo a Natale

**mamma\_lara** Venerdì, 13 Novembre 2015 20:43

Io non dico niente.

perchè ognuno di noi fa sempre come può e come riesce.

In ogni caso noi siamo qui a sostenere tutti. ♥

**Piera** Venerdì, 13 Novembre 2015 20:38

Penso che Paula non se la senta di chiedere al nostro Doc, perché ha timore di non riuscire a farla la cheto.....almeno mi pare di aver capito così dal suo scritto, scusa Paula se ho capito male 😊

**feffe81** Venerdì, 13 Novembre 2015 19:57

oggi mi hanno fatta 🤔🤔🤔🤔 e ora mi è venuto un po' mdt da rabbia 🤔🤔

**Simona** Venerdì, 13 Novembre 2015 19:42

Paula la penso come Maria.... se ti deciderai mai a provare una dieta hai un'occasione UNICA.... affidarti ad dr Di Lorenzo... scusa se sono diretta e non voglio offenderti ma trovo assurdo non chiedere a lui visto che è un medico competente, disponibile e di un'umanità che va "oltre".... 😊  
vabbe io ti chiedo scusa. .. in caso avessi urtato la tua sensibilità. ... sai che ti voglio un gran bene.... 😊😊

**Annuccia** Venerdì, 13 Novembre 2015 18:41

Brava MARIA! accontentiamoci delle piccole gioie della vita.....

**mamma\_lara** Venerdì, 13 Novembre 2015 18:03

oggi ho fatto una cioccolata buonissima. Con neppure 15 carboidrati in 550 grammi di cioccolata.

**mamma\_lara** Venerdì, 13 Novembre 2015 18:02

Maria, i panettoni sono messi bene e non mi sognerei mai di mangiarne uno anche se con pochi carboidrati. Non rischio neanche se mi obbligano

**mamma\_lara** Venerdì, 13 Novembre 2015 18:01

Rieccomi, devo trovare il mio numero della pensione, dovrebbe essere sul libretto ma quello a me non lo hanno mai dato. Non so perché. Telefonerò lunedì  
Vado che ho i panettoni che sono proprio al limite dell'attesa.

**Maria9195** Venerdì, 13 Novembre 2015 16:58

Paula .... Il dottor Cherubino è sempre disponibile se vuoi tentare la dieta non avere remore perché è un GRAN DOTTORE su tutti i fronti e ha una pazienza immensa con le emicraniche

**Maria9195** Venerdì, 13 Novembre 2015 16:56

Simona brava...penso che aiuti tantissimo la meditazione.  
lo faccio training autogeno alla sera prima di addormentarmi e alla mattina prima di alzarmi e ho l'impressione di stare meglio con me stessa e con gli altri. Adesso è diventata un'abitudine che difficilmente riesco a togliere.

**Maria9195** Venerdì, 13 Novembre 2015 16:54

Lara come va con i panettoni? ....

ho saputo che da Daniele si possono acquistare i panettoni low carb.... mi sa che con il prossimo ordine uno lo compero 😊😊😊 e a Natale un piccolo sgarro me lo concedo 😊😊😊

**Maria9195** Venerdì, 13 Novembre 2015 16:53

Annuccia anch'io quest'anno in veranda ho messo i ciclamini... sono veramente belli. Ottima scelta 😊😊😊

**Annuccia** Venerdì, 13 Novembre 2015 15:53

Stamani ho comprato i ciclamini per i due poggetti, un vero spettacolo. Li ho trovati con i fiori frastagliati. Quest'anno sono "rosso Valentino"!!!! 😊

**Annuccia** Venerdì, 13 Novembre 2015 15:52

Buongiorno a tutti!  
oggi un po' di tregua dal dolore alla testa. E' stata una settimana molto faticosa .... spero di avere qualche giorno di tregua.  
Abbiamo un po' di cosette da sistemare e non è cosa facile, ma quando sarà il momento vi racconterò, una vera telenovela.

PIERA, immagino la fatica con il piccoletto , poi quando sono così cicciottelli è ancora più pesante accudirli.

LARA, fai bene a dirne quattro al momento della chiusura del conto, a me mi tengono ben stretta, ma qualche volta li minaccio di andarmene.

PAULA, anche io non sono costante nelle diete e ho bisogno di sgarrare ogni tanto , a volte lo faccio anche pesantemente. Da quando Roberto il venerdì è a casa (deve smaltire le ferie) il pomeriggio andiamo a mangiare un gelato buonissimo che mi fa star bene tutta la settimana 😊

**Simona** Venerdì, 13 Novembre 2015 15:26

Ora vedo di fare un po di meditazione.... sono sola ancora x 1 oretta e ho bisogno di staccare dal mondo... 😊

**Simona** Venerdì, 13 Novembre 2015 15:25

Buon pomeriggio a tutti voi ...

Monica bentornata...

Lile anche io sono stata in affitto, in appartamento arredato, e ho sempre fatto attenzione a non rovinare nulla... avevo solo cambiato il letto mettendoci le doghe al posto delle molle perché erano scomodissime ma ho chiesto il permesso e ho lasciato le molle sotto .. così quando me ne sono andata avevano la scelta i nuovi inquilini... la padrona di casa era una super precisina che ha notato una riga sulla porta che prima non c era..forse portando su la lavatrice hanno fatto sta riga non so...cmq mi sono scusata molto e lei non ha voluto nulla.... ogni volta che mi vede mi fa delle feste incredibili e mi dice che mi rimpiange sempre... dopo di me ha avuto 2 esperienze una peggio dell'altra.. una addirittura gli ha impostato la casa e i tre piani della palazzina di pulci.. 😬😬 al confronto la riga sulla Porta pareva proprio poca cosa..... 😊

**nico26** Venerdì, 13 Novembre 2015 11:43

Buon venrdi' e monica ben tornataaaaaaa

**lile** Venerdì, 13 Novembre 2015 10:29

Mi sembra l'ennesima fregatura che ci rifila il mdt... non possiamo neanche provare emozioni forti perché parte l'attacco... 😞

Lara io sono in affitto da 9 anni e ho visto delle case che erano ridotte a dei tuguri... per quanto io sia (purtroppo 😞 ) una persona disordinata sono sempre stata attenta a non rompere e danneggiare nulla, a tenere pulito in maniera decorosa...insomma ho sempre cercato di rispettare il luogo in cui vivo, anche perché non è mio... sapete già quanto ci sono rimasta male per la storia della pittura... per fortuna ho chiamato un professionista per finire il lavoro, speriamo passino anche i sensi di colpa..

**paula1** Venerdì, 13 Novembre 2015 10:26

MONICA che grande piacere leggerti stamattina...ci sei mancata sia qui che al Convegno..., però anche io penso che se c'è la necessità di staccare un po', abbiamo il diritto di farlo..., però ero sicura che ci leggevi... 😊

**paula1** Venerdì, 13 Novembre 2015 10:25

Buon giorno a tutti...qui sole e poco freddo 😎😊 sono troppo contenta di questa stagione, così almeno un altro mese ce lo siamo tolto di mezzo... 😊

ieri sera una paziente che deve tornare oggi a Genova♥ (poverina con un busto pelvi podalico che costa ben 680euro 😬😬 ) mi ha regalato una piantina di crisantemi viola...a dire la verità ci ho fatto un po' il filo e lo speravo... 😊😊 così oggi l'ho messa in terrazza, visto il bel tempo, vicina al ciclamino rosso che avevo comprato sabato scorso per Paddy♥

ieri sera ero tutta dolorante...una stanchezza indicibile...stamattina e comunque quando sono alzata, vado un po' meglio.....

sono molto "attratta" dall'idea di provare una "dieta" simile alla chetogenica, non tanto per le emicranie, che in questo periodo mi stanno graziando, ma perchè tutte le amiche, compresa oggi MONICA, riferiscono di queste nuove energie e sonno più regolare.....

però a dire il vero non ho voglia di farmi seguire da qualcuno e disturbare il Dott. Di Lorenzo non mi va perchè sono sicura che non sarei costante (visto il Binge, anche se sto meglio) e non ho una

necessità impellente sulla cefalea....

al Policlinico dove ero seguita per l'alimentazione non la conoscono (avevo chiesto via mail) e quindi non mi sembra il caso di andarci....adesso ci penso su...

**Piera** Venerdì, 13 Novembre 2015 10:20

Lara , ho visto l'appartamentino distrutto, me l'ha fatto vedere Gabriele ad Ottobre, anche io e Giorgio ci siamo domandati come avevano fatto a ridurlo così???? l'unica spiegazione e' un dispetto vendicativo!!! 😏

Per la banca fai bene a cambiare, io non riesco a capire come si fa al giorno d'oggi a comportarsi così: c'è un offerta "bancaria" immensa, ci sono banche che non vedono l'ora di accaparrarsi clienti, la fedeltà clientelare non conta più !!!

**mamma\_lara** Venerdì, 13 Novembre 2015 09:56

Feffe, è vero, anche le belle notizie hanno sulla nostra le stesse che hanno quelle brutte.

Io alle volte mi fermo a pensare su come sia fatta la mia e mi accorgo che è un vero capolavoro 😊

**mamma\_lara** Venerdì, 13 Novembre 2015 09:55

Rossana, sarà quello che dirò quando mi chiederanno le motivazioni della chiusura del contro.

Non la passerà liscia la signorina.

Dovevi vedere come si divertiva mentre con l'amico diceva su alla signora che di certo aveva difficoltà, ma andava aiutata non derisa. Ma ti pare che non gliela faccio pagare. Ehhh si, sono una rognona.

Troppo bello l'impegno del teatro, ma sai te l'aiuto che ti viene da questo impegno. Troppo bello.

Serve per alleggerire l'anima così da renderla capace di affrontare tutto il resto. E del resto ne hai un bel po'

**mamma\_lara** Venerdì, 13 Novembre 2015 09:51

Piera, anche da me stanno ristrutturando un appartamentino. Gli inquilini praticamente glielo hanno distrutto. Lo hanno dovuto rifare da cima a fondo. Anche il pavimento era rotto, non so come hanno fatto ma venivano via i blocchi delle piastrelle con anche il cemento sotto. Il bagno era distrutto come tutti i mobili. Hanno gettato via tutto tutto. Era un appartamento affittato arredato e ora non solo devono ammobiliarlo di nuovo, ma hanno i muratori da più un mese che lavorano da mattina a sera.

Quando l'ho visto non potevo pensare fosse possibile demolire un appartamento in questo modo. Se avessi una casa non l'affitterei di certo dopo aver visto questo.

**rossana** Venerdì, 13 Novembre 2015 09:07

CRI sono contenta che l'evento stia andando bene, sei proprio brava.

Scappo dai miei, sono già in ritardo.

Buona giornata

**rossana** Venerdì, 13 Novembre 2015 09:06

Buongiorno a tutte,

CRI quella del termostato ha fatto ridere anche me, troppo bella. 😄

LARA deridere le persone specie se anziane .....aiuto 😞

La signorina deve ripassare alcune regole importanti della vita, magari stamattina suggeriscilo al suo dirigente.

Ma ormai non ci sono neanche più i direttori in filiale, le banche sono ormai fatte di una o due persone e il direttore se c'è segue almeno 4 filiali.

Non funziona bene così secondo me.

**Piera** Venerdì, 13 Novembre 2015 09:04

Monica bentornata, contentissima di rileggerti, periodi di stanca dal forum, capitano a tutti credo.....il tuo effettivamente e' stato un po' lunghetto !!! 😊 ma non importa 😊 ti perdono..... 😊

Ieri giornata da schifo sul fronte mdt, ho preso brufen per tamponare , poi sono andata a "badare" Daniel, così la sera ho dovuto prendere il relpax, con lui non ci si può fermare un attimo: giocare,

cantare, raccontare, ballare, girare, tutto troooooo per la mia testa, in piu' stanno ristrutturando un appartamento di fianco a quello di Irene, cosi' ci si e' messo il martello pneumatico a darmi la botta finale 😊

**mamma\_lara** Venerdì, 13 Novembre 2015 08:50

Devo andare in banca, dovevamo cambiare banca ma dopo il trattamento che mi ha riservata l'impiegata ieri abbiamo deciso che cambiamo oggi.  
A me è andata anche bene va, la signora abbastanza anziana davanti a me la stessa impiegata l'ha trattata come neppure le mie lucertoline quando irrompono in casa io tratto così. Poi insieme al cliente arrivato dopo la signora anziana ha continuato a riderle dietro.  
Urge cambiare banca, tanto lo dovevamo fare

**mamma\_lara** Venerdì, 13 Novembre 2015 08:46

Buongiorno a tutti. Panettoni già impastati e ora stanno facendo la seconda lievitazione abbastanza breve. Poi faranno la terza breve e l'ultima lunga.

**cri69** Venerdì, 13 Novembre 2015 07:51

Buongiorno a tutti, qui ancora nebbia 😞.  
Ho tanto sonno, ma sono contenta. Il mio evento sta andando bene, il tel ha suonato fino alle 24 e stamattina, già ha cominciato... bene, bene 😊.  
MONICA che gioia leggerti, capitano a tutti i momenti bui e di smarrimento ma noi siamo sempre qui ad accoglierti, a me sei mancata tanto, bentornata 😊.  
FEFFE, mi hai fatto morir dal ridere, Ross ha il termostato che non funziona 😊😊.  
LILE fregatene degli scatoloni, quando viene tua cugina ti fai aiutare... 😊. Vado a fare qualcosa prima di riaprire le danze.

**Simona** Venerdì, 13 Novembre 2015 06:02

Buongiorno adoraro forum. ..

**lile** Giovedì, 12 Novembre 2015 22:57

La testa fa tanto male... ma cercherò di non lamentarmi troppo... tra la rabbia di prima, il non essere riuscita a evitare una lite (che avevo previsto) e l'aver fatto una visita che mi ha messo tanta confusione... vorrei solo dormire... invece domani viene a trovarmi mia cugina e casa sembra il set di uno di quei reality orribili tipo sepolti in casa... 😞 devo sistemare almeno un po'..  
Buonanotte...

**feffe81** Giovedì, 12 Novembre 2015 20:20

ROSSANA bello leggerti attiva nonostante il termostato difettoso 😊

**feffe81** Giovedì, 12 Novembre 2015 20:19

ciao a tutti, io oggi sto bene 😊  
MONICA che bello ritrovarti 😊 ma ancora di più leggere che stai meglio e hai dei "seguaci" di dieta 😊  
CRIS ricambio l'abbraccio! mi pare che con la cheto tu abbia un po' di beneficio in questo periodo e ne sono contenta, però il raffreddorone non ci voleva...  
Ciao SISSI, come ci vorrebbe che l'aver il mdt ci risparmiasse da altro... purtroppo non è così 😞  
LILE oggi ti faccio compagnia col sonno, ce l'ho da quando ha suonato la sveglia. E sì, anche a me le emozioni forti scatenano mdt. Quando mi hanno fatto l'offerta di lavoro poco tempo fa mi è scoppiata l'emicrania all'istante sulle parole del tizio delle risorse umane 😞 e conta che era una bella notizia! la rabbia lo fa eccome, a me sale come tutto il calore nella testa che poi si trasforma in mdt

**rossana** Giovedì, 12 Novembre 2015 17:51

Sono due ore che ho freddo e non mi scaldo in alcun modo.  
La neurologa mi ha confermato lunedì scorso che queste variazioni della termoregolazione derivano proprio dalla menopausa.  
Prima caldane e ora freddo dentro, poi quando inizio a recuperare un po' di calore mi devo togliere

un po' di roba di dosso.  
Pazienza.....

**rossana** Giovedì, 12 Novembre 2015 17:38

Ciao a tutte,

MONICA bentornata, sono proprio contenta. 😊

E ancor di più sapendo che stai ottenendo risultati con la dieta come pure Valerio, fantastico!  
lo stamattina due commissioni, poi piscina, poi pranzetto veloce in centro con alcune amiche galline

😎 poi mi sono coricata un po' per la mia schiena.

Ora un po' di esercizi e stasera serata extra di corso a teatro.

Dobbiamo improvvisare uno spettacolino per il 12/12: ci hanno messo in calendario 😊

Vedremo cosa riusciremo a fare da qui a là c'è veramente poco tempo.

**mamma\_lara** Giovedì, 12 Novembre 2015 17:03

Lile, certo che può capitare, bisogna imparare a non somatizzare tutto quello che capita a noi o a chi ci sta vicino. Lella per la prima lezione ha scritto cose molto utili, vedrai che meraviglia questo corso, ti sarà di grande aiuto

**lile** Giovedì, 12 Novembre 2015 16:41

Ciao Monica, piacere di conoscerti! 😊

Domanda, ma vi capita mai che un attacco improvviso di rabbia, anche per una cosa stupida, vi scateni il mdt?

Poco fa è successa una cosa, forse una sciocchezza, ma il solo fatto che sia successa (tra l'altro non a me ma a mia sorella) e che non possa rimediare già mi fa pulsare la tempia...

Lara non vedo l'ora di assaggiare i tuoi panettoni 😊

**Cris83** Giovedì, 12 Novembre 2015 16:11

ciao a tutti!

MONICA che piacere leggetti e soprattutto che la dieta ti da dei benefici!

MAMMA LARA sono sicura che il calendario sarà bellissimo.. è sono anche contenta che sia da tavolo.. lo uso di più perchè lo tengo sulla scrivania del mio ufficio e ce l'ho più sott'occhio..

io oggi mi sento un po' marcia, ho un gran raffreddore e mal di gola e stanotte febbre alta.. ma la testa regge abbastanza quindi olè!!!

**Maria9195** Giovedì, 12 Novembre 2015 16:02

che bello leggetti MONICA. Ben tornata 😊😊😊😊

**mamma\_lara** Giovedì, 12 Novembre 2015 15:51

Vado a vedere i panettoni, da quando non sento gli odori faccio più fatica a capire quando sono pronti

**mamma\_lara** Giovedì, 12 Novembre 2015 15:50

Monica, questa è casa tua e hai la chiave per aprire la porta, non chiedere il permesso.

E' casa tua come è la mia e di tutti quelli che la amano. ♥♥♥

**mamma\_lara** Giovedì, 12 Novembre 2015 15:48

Annuccia, se mi avessero detto lo scorso anno che avrei avuto questi benefici avrei fatto fatica a crederci.

Ora me ne sto inventando di ogni pur di mangiare ciò che mi piace stando sempre nei ranghi.

**mamma\_lara** Giovedì, 12 Novembre 2015 15:46

Annuccia, Monica. Grazie per il rinnovo

Grazie grazie mille.

**mamma\_lara** Giovedì, 12 Novembre 2015 15:45

Ho visto il calendario. Vi arriverà a casa non appena finito di stamparlo.

E' bellissimo.

Poi quest'anno torna ad essere da tavolo, così lo possiamo avere sotto mano sempre. Ci sono ancora i vostri messaggi e tante porte chiuse. Questo è il tema di quest'anno.

**mamma\_lara** Giovedì, 12 Novembre 2015 15:43

Monica, che bel regalo questa giornata il leggerti. Lo hai fatto a tutte/i noi cara. Poi che notizia il fatto che stai meglio, sapevo che ci leggevi, no pensavo tu lo facessi e speravo proprio di sì. Che gioia cara averti ancora fra di noi. Ci sei mancata tanto. Mamma mia, quanto sei calata. Eri bella prima ora lo sarai ancora di più. Mamma mia che gioia sapere che sei riuscita a scrivere. Troppo ma troppo bello.

**Annuccia** Giovedì, 12 Novembre 2015 15:15

Sono contenta per i risultati che avete ottenuto con la cheto. Anche io in questi ultimi mesi sono stata meglio pur non facendola, ma sto attenta come posso e credo che anche la mancanza del ciclo da aprile mi abbia portato benefici

**Annuccia** Giovedì, 12 Novembre 2015 15:12

Sono riuscita a venire a studio. Monica, che bello leggerti, mancavi.. E telepatia anche io stamani ho rinnovato l'iscrizione.

**Monica** Giovedì, 12 Novembre 2015 14:33

MAMMA LARA oggi ho fatto il pagamento della quota di iscrizione con paypal

**Monica** Giovedì, 12 Novembre 2015 14:32

Mi siete mancanti, mi è mancato parlare con voi, anche se vi ho letto ogni giorno

**Monica** Giovedì, 12 Novembre 2015 14:30

Toc toc, è permesso???

Buongiorno a tutte.

Sono diversi mesi che non scrivo, avevo bisogno di allontanarmi, non mi sentivo più a casa 😞 E' un problema solo mio, che non capisco ancora perchè è scaturito ma che allontanerò presto 😊

Comunque volevo farvi un saluto e darvi mie notizie.

Continuo la dieta che forse sta dando i suoi frutti, sono due settimane che non ho mdt.

Forse i benefici maggiori sono la tanta energia che ho e il dormire bene la notte. Sono diventata regolarissima, dopo 8 ore di sonno mi sveglio con una energia che non avevo da anni. Quindi se mi addormento alle 21 alle 5 mi si spalancano gli occhi! E faccio fatica a rimanere a letto, ma a quell'ora dove vado 😊

Da settembre anche Valerio ha iniziato a seguire la dieta. Ultimamente aveva spesso mdt e da quando ha iniziato, non lo ha più avuto. Ormai per noi è normale mangiare determinate cose ed evitarne altre.

Ho coinvolto anche mio fratello e mia cognata, perchè hanno visto con quale velocità ho perso 14 kg e hanno "rosicato" che loro non ci sono riusciti con la loro dieta, in particolare mia cognata 😊

**mamma\_lara** Giovedì, 12 Novembre 2015 10:24

Buongiorno a tutti.

Panettoni quasi pronti per fargli fare l'ultima lievitazione.

Ora scappo in banca per fare il bonifico dei due € per il calendario, mio figlio si è rifiutato di farmi un versamento di due €. Il motivo ve lo dirò.

Scappo

**Annuccia** Giovedì, 12 Novembre 2015 09:52

Buongiorno a tutti!

anche oggi male, male

**paula1** Giovedì, 12 Novembre 2015 09:21

Buon giorno a tutti...qui invece permane il sole... 😊 oggi lavoro pomeriggio e siamo strapieni..anche domani lavoro pomeriggio perchè, visto il tempo buono, ho potuto dare il cambio alla collega con la bambina...sono troppo buona 😊😊😊😊😊😊😊😊

ieri dalla dottoressa del DCA non ho concluso granchè...lei dice che finiremo il percorso a primavera, ma io non ho più tanta voglia di continuare...la prossima volta forse glielo dico.....

**Simona** Giovedì, 12 Novembre 2015 09:10

Cri... oggi bene grazie... sono a lavorare... 😊😊

**lile** Giovedì, 12 Novembre 2015 08:58

Buongiorno!

Spero che stiate bene 😊

io ho un sonno terribile... è una settimana che spengo la sveglia e mi riaddormento... e me ne tornerei a dormire anche adesso 😞  
buona giornata!

**cri69** Giovedì, 12 Novembre 2015 07:34

Buongiorno a tutti, sempre nebbione.

Oggi in programma un miliardo di cose da fare, sarei contenta di farne un 1/4 😊.

NICO non è che mi presteresti la tua amica? vitto e alloggio gratis.... 😞.

SIMONA meglio oggi?

**Simona** Giovedì, 12 Novembre 2015 07:05

Buongiorno adoraro forum 😊

**nico26** Giovedì, 12 Novembre 2015 07:03

Buona mattinata di Giovedì a tutte/i

Lara ma sai che ogni giorno c'è un fastidio che nasce.

Come detto ieri l'orecchio mi faceva male. Stamane un po' meno ma prurito prurito e dopo sento il medico. Ma sai che ti dico... guardo il cielo e dico va beh... tutto ok.. lasciamo andare... e cerchiamo di vedere il bello che abbiamo dentro di noi.

Certe volte risulta molto semplice, talvolta cavolo che fatica che si fa'.

Ci provo però cercando di lasciare fuori la paura, la tristezza, e la demoralizzazione.

Ragazze.... sett. prox arriva mi amica cuoca da Milano 😞😞. E vai il freezer pieno 😞

**rossana** Mercoledì, 11 Novembre 2015 19:53

Ho guardato il video della trasmissione.

Un buon taglio è stato dato a quell'intervista e lo specialista che parla di "dignità sociale" su un canale così importante beh fa ben sperare.

Grazie PIERA per averlo beccato e segnalato.

E grazie sempre a LARA che si spende così tanto per la causa.

Ah LARA i panettoni non li avevo dimenticati... ma nooo, solo adesso mi sembra un tantino più azzeccato il periodo benché siamo solo a metà novembre e fuori ci sia ancora un clima così mite. Chissà che profumo per casa stasera.....

**feffe81** Mercoledì, 11 Novembre 2015 19:29

Ho trovato la parola per le allucinazioni olfattive: fantosmia! È bellissima perché evoca proprio i fantasmi....

**rossana** Mercoledì, 11 Novembre 2015 18:27

Oggi è il compleanno della mia prima nipote, Sara che oggi compie ben 37 anni.

Non dimenticherò mai quella notte e quell'attesa.....

Difficile pensare che oggi è San Martino e con le caldarroste viene quasi voglia di gelato 😊

**rossana** Mercoledì, 11 Novembre 2015 17:18

LARA bella quella "non osi...".

Io però la responsabilità di quella chiusura non la voglio sul groppone, anzi sono certa che noi non siamo state la causa, forse li abbiamo fatti decidere ma stavano per.....

**rossana** Mercoledì, 11 Novembre 2015 17:17

Ciao SISSI mi fa piacere leggere che oggi va meglio.

Io sono solidale con ANNUCCIA, SIMONA e MARIA e forse dimentico qualcuno.

MARIA il dentista fa questo effetto anche a me, a tutti noi credo 😞

**mariagrazia** Mercoledì, 11 Novembre 2015 16:41

Buon pomeriggio mia care. da queste parti tutto bene.  
l'altro giorno mal di testa, ma mi ero stancata per preparare la festa di compleanno di andrea.  
andrea ha iniziato il praticantato presso un avvocato finalmente. non è stato per nulla facile trovare un avvocato disposto a prenderlo e che avesse davvero voglia di insegnare qualcosa. Alla fine ne abbiamo trovata una che ama trasmettere il suo lavoro e non usa i ragazzi solo per scaldare le sedie.

**Sissi** Mercoledì, 11 Novembre 2015 14:43

Ciao a tutti, la testa va meglio e così il cielo sembra ancora più blu. Cris, grazie, sono contenta che tu vada meglio. Come altre amiche ho anch'io altri problemi, schiena, collo, spalle... Periodicamente faccio delle sedute con la fisioterapista e faccio una ginnastica molto soft per muovermi meglio e sentire meno dolore. Vi auguro una buona prosecuzione di giornata.

**Cris83** Mercoledì, 11 Novembre 2015 14:25

Grande MAMMA LARA.. non vedo l'ora di vedere la foto vestita da babbo natale!

FEFFE mi dispiace sentirti così dolorante in questo periodo.. forza e un abbraccio! Anche l'allucinazione olfattiva. Non ti fai mancare nulla! A me non è mai capitato.. solo che quando ho mal di testa mi danno un sacco fastidio gli odori, soprattutto i profumi..

Grazie per la segnalazione su rai uno.. a casa poi me la guardo con calma!

SISSI che piacere leggetti! Un po' meno i 5 6 giorni senza tregua. E' difficile non prendere farmaci.. soprattutto quando devi fare qualcosa a cui non puoi dire no.. io cerco solo di prenderlo se proprio non resisto o se ho un impegno a cui proprio non posso rinunciare. Ma ora posso permettermelo perché con la cheto sto meglio.

Un abbraccio a ELISABETTA e buona riabilitazione!

SIMO spero che ora vada un po' meglio con la testa!

**mamma\_lara** Mercoledì, 11 Novembre 2015 11:58

Vado a vedere la posta

**mamma\_lara** Mercoledì, 11 Novembre 2015 11:58

Nico, aspetta ancora un po' di anni poi ti accorgi cosa sia un catorcio.

Vedi ben che come so incoraggiare io in pochi lo fanno 😄😄😄

**mamma\_lara** Mercoledì, 11 Novembre 2015 11:57

Rossana, dimenticavo di dirti che l'acqua a 35 gradi per me sono troppo ma troppo pochi, starei malissimo per il freddo. Niente piscina, ho provato ad andare in una vasca calda a quella temperatura ma morivo dal freddo. Se per caso me la ordinassero mi comprerò una muta di quelle imbottite. Chissà se ci sono

**mamma\_lara** Mercoledì, 11 Novembre 2015 11:54

Maria, il dentista è anche per me fonte di MDT. Resisti e riposati a casa se ti riesce.

**mamma\_lara** Mercoledì, 11 Novembre 2015 11:53

Simona, quando non si hanno alternative si deve fare quello che bisogna fare.

Dai mo e riposati.

**nico26** Mercoledì, 11 Novembre 2015 11:52

Ma buon pranzo a tutti/e.

Ecco pure l'orecchio ds che mi fa male .....forse dovuto al raffreddore che ho passato .Ma sono un catorcio!!!!

Comunque proviamo ad andare oltre e vediamo come va. 😊

**mamma\_lara** Mercoledì, 11 Novembre 2015 11:51

Cri, non so cosa è andato a fare così lontano l'uomo, ma forse doveva andare. Dai va che torna a fine settimana.

**mamma\_lara** Mercoledì, 11 Novembre 2015 11:50

Annuccia, anche dalle mie parti non va troppo bene con il lavoro. Speriamo che qualcosa cambi altrimenti si fa veramente dura.

E' difficile anche mantenere l'ottimismo quando da tre anni le cose non vanno per niente bene

**mamma\_lara** Mercoledì, 11 Novembre 2015 11:48

Feffe, tu dimmi chi l'ha detta quella cosa sull'osmo e io te la trovo. Ho tutte le registrazioni.

**mamma\_lara** Mercoledì, 11 Novembre 2015 11:46

Rossana, dai che a te va bene, ti offrono il caffè anche se stai zitta, vuol dire che dai una impressione buona.

Se pensi che i Geusati dopo il nostro convegno dello scorso anno ha chiuso i battenti per qualcosa lo avrà ben fatto.

La tua relazione aveva lasciato intendere qualcosa sull'attenzione che avevano dimostrato a noi due. Poveri, pensa te cosa ci dobbiamo anche portare sul groppone.

ma secondo te è tutta colpa nostra? Secondo me no, la responsabilità mica è nostra se si sono permessi di dividerci a tavola. Mai un cameriere deve dividere ciò che il Forum unisce. 😊😊

**mamma\_lara** Mercoledì, 11 Novembre 2015 11:41

Maya, hanno reso ben le amiche quello che è anche il mio pensiero.

**mamma\_lara** Mercoledì, 11 Novembre 2015 11:39

Buongiorno a tutti. Sono stata fuori perchè mi servivano cose per la produzione dei panettoni. Poi anche altro e essendo dovuta andare nella coop del centro commerciale il castello, ora proprio non cammino più 😞.

Ma questa sera si inizia la produzione e mica posso pensare che mi manchi qualche cosa. Oggi c'è il gruppo e devo preparare un po' di cosette.

**Maria9195** Mercoledì, 11 Novembre 2015 11:35

oggi non va.... ho mal di testa da ieri dopo la seduta dal dentista .....sempre quando vado dal

dentista mi si scatena un bel mal di testa 🤦🤦🤦...sono in ufficio ma rendo pochissimo.... oggi pomeriggio me ne sto a casa.... buona giornata a tutte

**rossana** Mercoledì, 11 Novembre 2015 11:00

ANNUCCIA mi consola sentire che è faticoso anche per te perché io sudo sette camicie. Ora vado a controllare questi benedetti esercizi dalla dottoressa di Reggio.

**rossana** Mercoledì, 11 Novembre 2015 10:59

ELISABETTA non passa giorno che io non pensi a te nei tuoi sforzi per la riabilitazione.

Sei forte, anzi lo siete tu e Pino.

Un abbraccio

**rossana** Mercoledì, 11 Novembre 2015 10:58

Devo andare dalla fisio ma tornerei volentieri a letto anch'io. Stamattina non va, poco fa ho avuto anche un'auretta.

Buona giornata a tutte

**rossana** Mercoledì, 11 Novembre 2015 09:18

Buongiorno a tutte,

CRI anche qui grande fatica nel tenere a bada i pensieri.....

FEFFE è vero, non avevo parlato, solo salutate questo sì.

Ultimamente credo di parlare meno e per me è un bel risultato, e anche per gli altri ovviamente.

Ma è perchè non sono nelle mie pieghe, però vedo di memorizzarlo anche per quando starò meglio dentro.

**Simona** Mercoledì, 11 Novembre 2015 09:01

Devo tornare a letto... per il momento non ho altre alternative.... 😞

**Annuccia** Mercoledì, 11 Novembre 2015 08:58

Buon giorno a tutti oggi mal di testa che non riesco ad arginare per giunta attendo di nuovo l'operaio del termosifone, ricolava. Che pal...! Rossana anche io sto lavorando sulla mobilitazione del bacino

ed è molto faticoso. Che fatica stare bene!!! Leggo i problemi sul lavoro ma niente mi meraviglia più, anche da queste parti problemi lavorativi su tutti i fronti.

**cri69** Mercoledì, 11 Novembre 2015 08:25

Buongiorno a tutti, con un bel nebbione.

Anche qui giornate intense tra dolore e pensieri da tenere a bada.

Stamattina l'uomo è partito per Hannover fino a fine settimana...e qui mi taccio!!!!

MAYA avrei parole ma te le hanno già dette...poveri noi dove andremo a finire.

PAULA anche tu un limite di sopportazione elevatissimo.

Avanti sempre.....ma che fatica!

**feffe81** Mercoledì, 11 Novembre 2015 07:15

Buongiorno a tutti. MAMMALARA al convegno mi pare abbiano dato un nome a questo fenomeno ma non lo ricordo, osmo-qualcosa. LILE a proposito la sensibilità estrema agli odori durante gli attacchi è osmofobia, ok non consola ma esiste e ha un nome 😊

MAYA sono tanto amareggiata per quel che ti è toccato al lavoro 😞

ROSSANA meno male che ci metti un po' di risate sane in mezzo alle sofferenze...e il "giuro che non avevo ancora parlato" è top 😄

**Simona** Mercoledì, 11 Novembre 2015 07:08

Buongiorno adoraro forum 😊

Stamani mdt... 😞 😞

**Simona** Martedì, 10 Novembre 2015 20:32

Maya... lasciami dire che il tuo capo è proprio una merd. ... troverai di meglio... non ti meritano li e non sanno quello che perdono... credimi... ci perdono loro e non tu... tu hai tutte le carte in regola x trovare un'occupazione migliore... dove non devi spaccarti la schiena e avere dolori allucinanti e alla

fine semtirti dire cattiverie e infamate..ma che se ne vadano a fanc..... 😞 😞 😞

Buonanotte adoraro forum

**Maya** Martedì, 10 Novembre 2015 20:21

Ecco Mami. ...la mia testa è ferma ,alla frase, ""non sei più disponibile dopo,le 8 ore" non vai bene.4 mesi in ginocchio ...e non vado bene.

**mamma\_lara** Martedì, 10 Novembre 2015 19:22

Ho un po' di cose da fare.

per ora vi do la buona notte e vediamo se dopo riesco a fare un saltino.

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

**rossana** Martedì, 10 Novembre 2015 17:59

MAYA mi dispiace troppo troppo per il lavoro.....ma quanto è difficile. 😞

Ora vado a cucinare velocemente il pesce perché alle 7 devo essere al corso di teatro che al momento è la terapia migliore in assoluto proprio per il fatto che impone di entrare in un dato ruolo e improvvisare dando il meglio di sé e questo mi fa dimenticare tutto.

Sempre perché le situazioni comiche non mancano e anche lì si ride, lavorando ma si ride. Che beelloo...Vado, a dopo.

Se funziona Internet ehh

**rossana** Martedì, 10 Novembre 2015 17:57

Domenica ho incontrato due amiche di scuola con cui sono andata a sentire Francesco Piccolo, per l'iniziativa Finalmente domenica che si tiene nella sala degli Specchi del Municipale Valli. Gratuita tra l'altro.

E' stato bravissimo e ci siamo godute un'ora di sane risate.

Come scrittore mi piaceva ma adesso lo trovo irresistibile proprio per la capacità che ha di far ridere. Ce ne vorrebbero.....

**rossana** Martedì, 10 Novembre 2015 17:55

Stamattina e venerdì sono andata dai miei e veder decadere il papà è sempre più pesante. Vengo a casa col magone poi piango un po' dopodiché mi volto indietro e riparto.

**Simona** Martedì, 10 Novembre 2015 17:55

Buonasera adoraro forum 😊

Stamani non ho potuto darvi il buongiorno. .. sono stata chiamata subito a portare i miei pensieri ed attenzioni ad un amico in gravi difficoltà. ... un brutto risveglio davvero... ora mi son messa un po tranquilla perché ad un certo punto devo dire stop. .. altrimenti assorbo troppe negatività ed in questo periodo non posso proprio.. ho altre cose a cui dare la priorità. .. discorso contorto... scusate....

Con mattia oggi abbiamo montato l'albero.. lo so è prestissimo ma me lo chiedeva da un po .. il prossimo passo son le luci... e poi le palline... una cosa x volta però. .. 😊

**rossana** Martedì, 10 Novembre 2015 17:54

E mi hanno già chiesto quando torno e avendo risposto giovedì mi hanno detto: allora ci rivediamo.

**rossana** Martedì, 10 Novembre 2015 17:53

MARIA solo ieri in piscina mi sono ricordata che tu avevi chiesto quante volte a settimana vado. Due volte: il lunedì e il giovedì mattina e faccio esercizi vari più in questo momento "pinnaggio" a stile per cercare di mobilizzare il bacino, impresa davvero impossibile dato che la colonna nella parte lombare è bloccata dalla protesi della quale ora sento la sporgenza di un gancio.....non mi devo soffermare perché a questo pensiero potrei svenire ogni volta.

E loro tuttavia insistono nel tentativo di farmi recuperare una certa lordosi nonostante tutto.

Avanti pure

LARA voglio tranquillizzarti circa la temperatura dell'acqua. Ho la fortuna di avere vicina una bella piscina con acqua calda nel senso che io nonostante la mia temperatura sia ora intorno a 35° non ho brividi nè entrando nè durante gli esercizi in ci resto fuori per metà.

In effetti ci sono tante signore anziane durante le ore di riabilitazione funzionale libera ma sono carine, ieri mattina mi hanno "adottata" subito come se non fossi mai andata in piscina mi indicavano come inserire la chiavetta per il phone e dopo una di loro che le ha invitate a bere un caffè ha voluto offrirlo anche a me.

E giuro che io non avevo ancora parlato.....ma che care, proprio vivaci e allegre 😊

**rossana** Martedì, 10 Novembre 2015 17:48

Ciao a tutte,

mi si è appena sbloccato Internet ..mah, il motivo non lo conosco ma pazienza.

PIERA per quel che è successo a quel bimbo non ci sono davvero parole.

**mamma\_lara** Martedì, 10 Novembre 2015 17:36

Paula, alle volte noi pensiamo di fare anche di più di quello che è nelle nostre competenze, lo facciamo per far stare bene chi vediamo in difficoltà, però questo non va bene, perché alla fine siamo sempre in difetto con chi ci deve giudicare e giudica per quello che siamo tenuti a fare. Hai presente il dare le perle ai porci, ecco, alle volte dovremmo scrivercelo sulle mani così lo abbiamo sempre sotto gli occhi.

**mamma\_lara** Martedì, 10 Novembre 2015 17:33

Piera quanta ragione hai. Condivido quello che hai scritto.

**mamma\_lara** Martedì, 10 Novembre 2015 17:31

Cris, meno male va. Però ci sta anche il senza parole, la cosa importante è che non si stia troppo male.

Forza sempre.

**mamma\_lara** Martedì, 10 Novembre 2015 17:04

Lile, ci sono le parole che ci possono aiutare e dobbiamo sempre fare attenzione che non dobbiamo mai mollare la forza e la determinazione del volerla fare. Mai pensare che non potrai farcela, quello è un pensiero tossico e non fa bene. Noi siamo capaci di imprese straordinarie e che fanno quelle sono le condizioni peggiori. Lo diceva una pubblicità, ma io l'ho fatta mia.

Forza carissima.  
Sono sicura che il gruppo ti farà molto bene.

**lile** Martedì, 10 Novembre 2015 16:17

Buonasera...

Da quando frequento il forum mi sento meno sola... anche io ho notato che durante gli attacchi gli odori li percepisco più forti... e dire che ormai in generale non sento molto gli odori, mi sono distrutta l'olfatto in un periodo di dipendenza da vasocostrittori nasali 😞😞  
oggi tornato mdt.. credo che gli attacchi in realtà non sono più forti che in passato, è la mia sopportazione del dolore che è cambiata... mi basta sentire una leggera fitta che mi viene da piangere... e non è tanto il dolore quanto la frustrazione di sentire sempre sempre sempre anche solo quella leggera fitta che si ostina a farmi compagnia. E a questo si aggiungono i sensi di colpa, perché so che c'è chi sta peggio di me e io non riesco più a sopportare niente.

**Cris83** Martedì, 10 Novembre 2015 14:38

ciao a tutti!

sono stata un po' assente negli ultimi giorni.. ma sto abbastanza bene. non è il mio solito "senza parole" perché sto male!  
ieri attaccone ma oggi bene.. quindi ci sta!

buona giornata.. ora vi leggo!!!

un abbraccio. 😊😊

**Annuccia** Martedì, 10 Novembre 2015 11:45

Buongiorno a tutti!

**nico26** Martedì, 10 Novembre 2015 11:38

Un buon giorno a tutti/e dal lavoro.

Maya tutta la mia stima per la tua situazione lavorativa. Non posso pensare che ci siano essere umani che trattino per persone così.

Io oggi e domani lavoro un po' solo visto le ore che ho fatto tra domenica e lunedì (1 😊) pagate 0 euro!!!!

**Piera** Martedì, 10 Novembre 2015 10:10

Paula, si vede che per qualcosa ti dovevano riprendere !!! 😞 Qui da me i lavoratori ne combinano sempre di tutti i colori: ieri uno ha dimenticato le chiavi attaccate alla serranda di un ufficio, sono rimaste lì tutta la notte, e dentro, siccome è un'agenzia immobiliare avevano custodite le chiavi degli appartamenti dei clienti...roba da non credere!! il grave è che a combinare questi bei pasticci è gente esperta con contratti a tempo indeterminato a cui è stata data fiducia.....ogni settimana succede qualcosa di grave e noi non possiamo far altro che "lettere di richiamo" che ci costano 200 euro, ma non si può licenziare nessuno, il mondo del lavoro è fatto così purtroppo: pessimi imprenditori e pessimi lavoratori, in un mix esplosivo che fa male specie a chi lavora bene !!!

**mamma\_lara** Martedì, 10 Novembre 2015 10:00

Esco a prendere la farina dei panettoni. 😊😊😊😊

Rossana, pensavi tu che me ne fossi dimenticata 😊😊😊

**paula1** Martedì, 10 Novembre 2015 09:59

Buon giorno a tutti...qui sole...

MAYA mi dispiace moltissimo per il lavoro...ti capisco e lo sai bene.....ma come abbiamo detto detto un miliardo di volte, il mondo del lavoro è diventato abominevole....

ieri a me l'hanno fatta passare per l'errore di domenica, poi mi hanno ripreso sul lavoro del venerdì pomeriggio, dove ho detto che era stata una giornata allucinante e loro mi hanno rinfacciato di aver lasciato troppi letti da fare 😞😞😞 e un posto di lavoro dove andavo volentieri, e lo sapete perché l'avevo scritto molte volte, ora me lo fanno odiare....

adesso scendo in città..vado a prendere lo stipendio in banca...che è quasi volatilizzato questo mese



**mamma\_lara** Martedì, 10 Novembre 2015 09:59

Feffe, ma quanto è vero ciò che dici. Io sono 3 anni che non sento più nessun tipo di odore ma quando sto male sento gli odori e mi fanno star ancora peggio.

Chissà cosa può essere.

Me lo devo segnare così lo chiedo la prossima volta.

**feffe81** Martedì, 10 Novembre 2015 09:46

Buongiorno a tutti, mi sta tornando il mdt 😞 è da stamattina che ho una bella allucinazione olfattiva, ogni tanto mi capita, non so se sia una forma di aura fatto sta che sento questo odore ma credo non sia reale perché in auto ho annusato tutto e non era e ora che sono al lavoro lo sento

sempre più forte, mi lacrima anche un occhio 🤔

**mamma\_lara** Martedì, 10 Novembre 2015 08:49

Anche oggi giornata abbastanza impegnata 😊😊😊😊

Sto ancora cercando i pantaloni rossi.

ieri Emma è stata di un felice quando le ho detto che a Natale mi sarei vestita da Babbo Natale tutta la giornata. Lei mi ha detto che nessuno avrebbe avuto il pranzo e la cena cucinati da Babbo Natale

😊😊😊😊

**mamma\_lara** Martedì, 10 Novembre 2015 08:46

Feffe, bene, non dire ciò che hai preso così occhio non vede cuore non duole 😊. Speriamo però che anche la tua testa non "dolga" più.

Bene, ora posso anche non tifare più sappiamo chi e ritornare a mandare impropri a chi ha auto di lusso che fanno gli arroganti anche per strada.

Mi avete tolto un bel peso va, prima mi trattenevo perché mi sembrava di andare contro te e Maya, ora posso tornare a farlo.

Non è che dicevo chissà che cosa agli arroganti che camminavano per strada, pensavo solo che avevano qualcosa in comune con me. Le corna, io perché sono iscritta ad Al.Ce. e loro per altri motivi ma sempre in testa le portano.

**mamma\_lara** Martedì, 10 Novembre 2015 08:39

Maya, ora che hai preso una decisione mettiti serena e raggiungi la tua solita posizione che ti fa fare cose straordinarie. Vedrai che troverai qualcosa da fare lo stesso.

Mi spiace tanto però, certo che non ci voleva.

Ho capito che non tutto quello che noi pensiamo possa essere giusto poi possa essere giusto per tutti.

Se si riuscisse a stare zitte e a fare ciò che ci viene chiesto, anche il nulla tantissime volte saremo apprezzate di più e romperemo anche meno i maglioni.

Forza carissima.

**rossana** Lunedì, 09 Novembre 2015 22:05

Ciao a tutte,  
ci sono eh.....

Sono stata molto occupata, anche in cose belle durante il week-end per fortuna 😊

Domani conto di leggervi e aggiornarvi.

Intanto state bene

**feffe81** Lunedì, 09 Novembre 2015 21:45

MAYA non ci voleva proprio questo comportamento del titolare proprio a te che sappiamo quanta

dedizione hai al lavoro 🤔 comunque andiamo d'accordo io e te: da dicembre niente più auto!

**feffe81** Lunedì, 09 Novembre 2015 21:43

ciao a tutti, dolore fino a stamattina, sono andata al lavoro e pian piano sono stata meglio 😊 non vi dico cosa ho preso 😞

PIERA che tragedia 😞

**Maya** Lunedì, 09 Novembre 2015 20:31

Non ci posso credere, sta valutando il mio operato, anche in base agli straordinari e i due sabati che facevo ...e che non sono più in grado di fare.... 😞😞

**Maya** Lunedì, 09 Novembre 2015 20:28

Ciao....seconda settimana dove al lavoro non sto per niente bene, la tendi a sempre più in anticipo al pomeriggio, e il titolare che deve essere quello intelligente e se ci sono problemi basta parlare....ecco quello ho fatto dopo 4 mesi di lavoro in ginocchio dentro all'auto praticamente tutto il giorno, gli ho chiesto se poteva farmi farmi altro per un paio di giorni, il dolore alla sera era insopportabile, lui ci ha pensato un paio di giorni, poi mi ha messa a banco per carteggiare io pensavo piccoli pezzi .... 😞😞 noooooo ha pensato di meglio pezzi grossi, pesanti e interminabili....puntualizzando che serve restare in un certo tempo.....ok spero arrivi il 2 dicembre presto, mi scade il contratto...e con le auto chiudo.

**mamma\_lara** Lunedì, 09 Novembre 2015 17:55

Non mollo mica sappiatelo, perchè mi fido solo di me stessa per queste cose. Il vento cambia ogni tanto, mentre il mio soffia sempre in quella direzione. Poi se arriva il risultato posso anche pensare di andare in pensione e togliermi di mezzo. Prima però deve arrivare questo riconoscimento. Solo allora potrò deporre le "armi"

**mamma\_lara** Lunedì, 09 Novembre 2015 17:51

Sono almeno 5 o 6 anni che io predico il riconoscimento della cefalea cronica come malattia sociale E se vi ricordate le lettere che ho spedito in tal senso. Contati i vari gruppi di spedizione Sono quasi 101.000. Ovviamente a queste devo aggiungere le 12.000 che ho spedito dopo il convegno di quest'anno. Senza contare quelle che spedisco a tutto il forum con le informazioni. Dopo il convegno saranno almeno ..... Vado a contare i blocchi..... Ecco, sono 5 blocchi di circa 1.500 mail, perchè le spedisco a voi ma mica mi limito a voi. Dentro ci sono gli indirizzi di tanti che non sono del forum ma gradiscono ricevere le informazioni. Se pendessi un centesimo per ogni mail che spedisco Al.Ce. sarebbe ricca da pagarsi tutte le ricerche e anche altro. 😊

**mamma\_lara** Lunedì, 09 Novembre 2015 17:43

Annuccia, va bene che sei riuscita a vedere il video. Meno male che arrivano anche i medici ad aiutarci. Sono certa che con il loro aiuto qualcosa di buono arriverà. E che non mi parlino ancora di invalidità perchè quella c'è in tutta Italia. Il riconoscimento della cefalea cronica come malattia sociale è inutile che voi dica i meccanismi virtuosi che può portare con se. Intanto più nessuno ci verrà a dire che non esistono evidenze scientifiche 😞

**mamma\_lara** Lunedì, 09 Novembre 2015 17:39

Dania, intanto smettere di vomitare è un risultato non da poco e raggiunto senza farmaci è ancora meglio. Continua se vedi che ti aiuta. Chissà se funziona per tanto tempo o se fra un po' la testa si stanca anche di quello.

**mamma\_lara** Lunedì, 09 Novembre 2015 17:36

Sissi, periodo duro anche per te questo. Misericordia, che faticate 😞 Non so se si riuscirà mai a trovare un rimedio che duri nel tempo. Ora anche il mio Professore mi parlava della nuova terapia, staremo a vedere cosa porterà Ti abbraccio carissima

**mamma\_lara** Lunedì, 09 Novembre 2015 17:31

Dania, la mindfulness è una pratica che aiuta la gestione del dolore durante l'attacco. Sono certa che può aiutare specialmente se la cefalea è di tipo tensivo. Sono convinta aiuti anche per altri tipi di MDT, perchè quando si ha dolore si è soliti irrigidire tutto il busto e quello non va bene. Non so se a Milano c'è un centro, sottomano non ho l'articolo di Cefalee Today ma se hai modo di

vedere se c'è il contatto della dottoressa chiedile se per caso te lo può indicare lei. Altrimenti scrivi al sito.

**Dania13** Lunedì, 09 Novembre 2015 17:25

## Anche io ne ho provate davvero tante



Mai quella di non prendere più farmaci. Non ho il coraggio. Sigh. Per adesso il rimedio che mi ha fatto stare meglio è l'osteopatia e il massaggio Cranio Sacrale. Ho trovato un osteopata di Stradella (PV) che le pratica entrambe come discipline. E' l'unico che è riuscito a farmi smettere di vomitare a causa degli attacchi.

**Sissi** Lunedì, 09 Novembre 2015 17:21

Ciao a tutti, ho letto gli ultimi post e ho visto il video del Tg. Che dire? Anzitutto che noi siamo "avanti"! Quanto alla soluzione ed alla prevenzione dell'emicrania non so. Personalmente le ho provate tutte, anche la soluzione estrema di non prendere più farmaci. Sembra di stare bene per un po', ma poi ritorna, l'emicrania. Io esco da cinque-sei giorni da paura, intervallati da poche ore di tregua, durante i quali ho preso solo un triptano (dopo mesi senza). Che fare? Convivere con il mdt, fa parte di noi, della nostra vita, del nostro essere. Ma quando si sta male male si spera che qualcuno scopra un rimedio efficace. Chissà se si scoprirà un farmaco che funziona e non abbia troppi effetti collaterali ...

Buona serata a tutti

**Dania13** Lunedì, 09 Novembre 2015 17:14

## Mindfulness

Ciao a tutti,  
ho letto su Cefalea Today di maggio un interessante articolo sulla pratica del Mindfulness per la cura della cefalea. Qualcuno la conosce?  
Ho visto che la dottoressa intervistata nell'articolo pratica in provincia di Pavia, io vivo nella provincia di Milano.  
Sapete se esiste un centro anche a Milano?

grazie a tutti 😊

Daniela

**paula1** Lunedì, 09 Novembre 2015 16:30

Buon pomeriggio a tutti...qui primavera 😄😄

incredibile, ma è saltato anche oggi l'incontro con la dottoressa...mi ha proposto mercoledì ad un orario ottimale e non ho resistito...

oggi al lavoro è andata bene per la faccenda di ieri...ha risolto tutto la caposala e il direttore non mi ha nemmeno considerato.. 😞😞😞 la radiografia fatta per sicurezza alla paziente era ok e domani se ne va in struttura riabilitativa..... 😞

ELISABETTA diciamo che sono manovre che bisognerebbe evitare, però fatte sul letto sono meno pericolose...

**Simona** Lunedì, 09 Novembre 2015 16:28

Piera che tragedia... il destino delle volte è ingiusto e crudele... sono cose che non si superano mai... il dolore rimarrà per sempre. .. spero riescano a trovare il modo di convivere con una ferita così grande.. 😞😞

Una mia cliente oggi mi ha detto che ha visto la trasmissione ieri che parlava del mdt ed ha pensato a me.... ora devo assolutamente fare meditazione ..poi guarderò il video..

Giornate difficili da queste parti... ma rimaniamo a galla...

**Annuccia** Lunedì, 09 Novembre 2015 13:50

Cara ELISABETTA, quanto è vero ciò che dici. 😞

**Annuccia** Lunedì, 09 Novembre 2015 13:49

No LARA, da qui non sono riuscita perché si ripetevano le pubblicità..... dava una scritta strana, comunque sono riuscita da FB e ho capito quanto questo Forum serva, strettamente unito al tuo lavoro indefesso, a tenersi aggiornati, anzi siamo molto avanti alle notizie rese note ufficialmente. Grazie.

**Elisabetta** Lunedì, 09 Novembre 2015 12:38

La storia che racconti, Piera, fa ridimensionare tutti i nostri dolori. Una tragedia del genere era avvenuta, al mio paese, durante la mia giovinezza e non l'ho mai dimenticata.

**mamma\_lara** Lunedì, 09 Novembre 2015 12:12

Annuccia, la pubblicità dura circa 30 secondi poi inizia il video. Io si porta avanti fino ai minuti 18 e 35 secondi e inizia l'argomento che interessa a noi. A me fa così. Poi se qualcuno non riesce a vederlo qui lo può vedere su FB

**Annuccia** Lunedì, 09 Novembre 2015 11:53

Ho visto il video da facebook. LARA 😊😊

**Elisabetta** Lunedì, 09 Novembre 2015 11:49

Non credo proprio che Paula abbia sbagliato qualcosa. È che, a volte i pazienti si comportano da corpo morto. Quanto ai famigliari che danno i numeri ne ho visti tanti

**Annuccia** Lunedì, 09 Novembre 2015 11:46

PIERA, non so nemmeno io cosa dire sul piccolini che se ne è andato così presto. Tragedia inconsolabile, spero che i genitori e i nonni ce la facciano a sopportare il dolore.

**Annuccia** Lunedì, 09 Novembre 2015 11:45

Buongiorno a tutti! non riesco a vedere il video, solo la pubblicità.

**nico26** Lunedì, 09 Novembre 2015 11:02

Buon lunedì dal lavoro. Sono due giorni che ho un evento grandissimo al lavoro e sono super presa. Piera che notizia che leggo. Non so parlare con queste notizie e non riesco nemmeno a pensare di parlare!

Dio mama  
vi abbraccio

**mamma\_lara** Lunedì, 09 Novembre 2015 08:58

Sì, si vede.  
Ora abbiamo anche aiuti alti e quelli servono eccome.

**mamma\_lara** Lunedì, 09 Novembre 2015 08:57

[Ai minuti 18 e 35 secondi l'argomento che mi ha segnalato Piera ieri mattina](#)

Spero si veda.  
Piera, tutti noi siamo avanti anni luce.  
Ma è normale, se non lo sappiamo noi cosa serve

**mamma\_lara** Lunedì, 09 Novembre 2015 08:55

Piera, non ho parole dopo questa notizia. Una disgrazia immane senza possibilità di consolazione.

♥♥♥

**Piera** Lunedì, 09 Novembre 2015 08:51

Ieri è stata una giornata pessima: abbiamo avuto la triste notizia che un'amico di Irene ha perso un bimbo di due anni in modo tragico: è caduto in un pozzo ed è annegato 😞 non ci sono parole credo per descrivere una tragedia del genere....tra l'altro la moglie deve partorire a breve.....Lara la trasmissione di Rai 1 ieri mattina è stata per me una vera sorpresa, praticamente le associazioni di pazienti e medici, portano avanti parolo parolo le tue idee, in particolare il riconoscimento della emicrania cefalea cronica come malattia sociale.....sei una avanti anni luce 😊

**cri69** Lunedì, 09 Novembre 2015 08:49

Buongiorno a tutti...non v` 

**mamma\_lara** Lunedì, 09 Novembre 2015 08:22

Buongiorno a tutti.

Questa mattina sarò abbastanza indaffarata.

Mi devo anche lavare i capelli... behh, quei tre spulcci che mi sono rimasti sulla testa.

Poi vado dal fisiatra a fare una visita.

Ho anche un po' di lettere da sistemare e anche tanto altro.

Ahh, vi devo cercare una intervista fatta al prof. Martelletti mandata in onda ieri mattina su Rai Uno che mi h segnalato la nostra Piera

**Simona** Lunedì, 09 Novembre 2015 07:45

Buongiorno adoraro forum 

**paula1** Domenica, 08 Novembre 2015 22:31

MAMMA LARA spedisci quando vuoi...domani ci sono tutti gli ortopedici per tutta la settimana...mi posso informare in qualsiasi momento ...vado a dormire che domani sarò lunga e pesante...pomeriggio vado anche dalla dottoressa del Dca...buona notte a tutti..

**mamma\_lara** Domenica, 08 Novembre 2015 21:36

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

**mamma\_lara** Domenica, 08 Novembre 2015 21:36

Annuccia, se tuo papà si è sfogato va bene. Fa sempre bene alleggerirsi un po' .

**mamma\_lara** Domenica, 08 Novembre 2015 21:29

Feffe, mamma mia e oggi è domenica. Spero proprio che almeno stanotte tu possa riposare. Ma se ancora non passa con niente 

**Annuccia** Domenica, 08 Novembre 2015 18:41

Buona domenica a tutti. Feffe, mi dispiace che anche oggi la situazione è critica. Passera ma ti capisco tanto. Noi oggi eravamo soli con i miei genitori, papà si è sfogato un po' speriamo che si sia alleggerito.

**feffe81** Domenica, 08 Novembre 2015 18:33

Tanto mdt e le medicine non fanno effetto 

**mamma\_lara** Domenica, 08 Novembre 2015 16:29

Paula, sapesse quella signora quanta attenzione hai tu per i pazienti.

Immagino però le sue paure. Spero che riescano a tranquillizzare lei così ti tranquillizzi anche tu.

Quando sei più serena ti spedisco le cose di mia sorella

**paula1** Domenica, 08 Novembre 2015 14:43

Buon pomeriggio...sono a casa...oggi è successa una cosa molto spiacevole al lavoro e domani ne pagherò le conseguenze, anche se la caposala, che abbiamo contattato telefonicamente, mi ha detto di stare tranquilla....praticamente ho sbagliato a mobilitare una paziente e la figlia ha fatto il diavolo a quattro...al 99,9% non è successo nulla alla paziente (ri-operata di protesi d'anca), ma la parente era furiosa...io con 'ste cose ci sto male....e fino a domani non sarò tranquilla.....   
ora vado in doccia e provo a rilassarmi un po'....Fausto ha i "tiramenti", ma non posso anche mettermene per lui... 

**mamma\_lara** Domenica, 08 Novembre 2015 12:50

Niente da fare. quelli rossi mi stanno larghi. Non dico niente 

Poi ho girato anche tutti i negozi del centro commerciale Il Castello e niente da fare.

Uno di questi lunedì vado a mercato, s4e non li trovo prendo la stoffa e me li faccio io. Che sarà mai farsi un paio di pantaloni. 

**mamma\_lara** Domenica, 08 Novembre 2015 09:56

Non ci crederete, ma sto cercando un paio di pantaloni in felpa di colore rosso. Per natale mi voglio vestire da Babbo Natale e stare tutta la giornata vestita di rosso con anche il cappello in testa. Sarò in cucina tutta la giornata e siccome il mio Natale è così da sempre, quest'anno voglio averlo addosso il Natale. Troppo bello.

Fra un po' vado a Kiabi. Ho visto la pubblicità di pantaloni che costano meno di 10 euro. Perfetto. 😊  
😊😊

Non ridete, ma quest'anno andrà così. 😊😊😊😊  
Vedrete le foto così vi farete due risate

**mamma\_lara** Domenica, 08 Novembre 2015 09:51

Cri, si..... è più probabile che io veda gli asini volare che lei veda chi sta male.

Cara, è una questione irrisolvibile e neppure le sto dietro. Faccio quello che devo fare senza però mai dimenticarmi di citarla quando parlo di come anche un medico se fa politica in malafede riesca a fare danni. Nella storia ne abbiamo visti e tanti ne vedremo, anche di peggio purtroppo. Lei non sa che io anche se non ho più la mole dell'elefante, quando si tratta di queste cose la memoria è quella di questo bellissimo animale.

Non dimenticherò mai ciò che ha detto. E se abbiamo lasciato perdere ciò che ha detto in Consiglio il giorno dell'approvazione dell'OdG, non lascerò mai e poi mai perdere il comunicato stampa che hanno pubblicato in occasione del nostro Convegno. Non mi pronuncio altrimenti dovrei cancellare le parole subito dopo, ma non perdono sta cosa. Sì, forse potrei perdonarla, ma dovrebbero organizzare un convegno qui a Ferrara con collegamenti in mondovisione su tutte le reti nazionali e private dove chiedono scusa a tutti i cefalalgici. Potrai ben capire che non avranno mai occasione di avere il mio perdono. Sono certa che a loro non interessa nulla e neppure sapranno chi sono io. Ma fino a che vivrò saranno scritti nel mio libro nero.

Vade retro satana

A tuo papà digli ben che gli mando un bacino.

**cri69** Domenica, 08 Novembre 2015 09:23

Buongiorno a tutti, buona domenica.

Emi è ancora qui con me, anche il caffelatte non ha sortito differenza, evidentemente si adatta.. 😊  
Ieri mio padre mi ha detto una cosa che mi ha fatto riflettere. Stavo stirando, era un momento di tregua apparente, mi ha guardato e mi ha detto :\_ come si vede anche fuori che hai mdt. 😞 Ci ho pensato tutto ieri e mi dicevo che se mi ha detto così in un momento di tregua, come sono messa nel momento clou ????

Quindi si vede, quindi esiste.

Forse Lara dovremmo cominciare a mandare alla ns carissima dott.ssa le foto di come siamo messe quando stiamo male , forse vedrebbe .....dico FORSE

**mamma\_lara** Domenica, 08 Novembre 2015 07:55

Buongiorno a tutti.

Feffe, bella la tua richiesta.

Purtroppo penso sia impossibile da attuare. Ma se non proprio un misuratore, c'è qualcosa che accerta il dolore nel cervello quando è in atto un attacco. Ora non ricordo esattamente che tipo di esame hanno fatto, ricordo però fosse un macchinario come quello delle risonanze o altra cosa simile. Lì si poteva vedere bene come il cervello fosse in sofferenza.

Poi altra cosa invece sono i MDT che ognuno di noi ha. Io per esempio se vedo la mia emicrania, ho il MDT con aura che non è troppo doloroso, mentre invece quello senza aura mi demolisce. Poi gli attacchi stessi senza aura fra di loro sono diversi, ne ho alcuni (per fortuna con la chetogenica ne ho avuto uno solo così forte dopo la visita dell'oculista) che mi annientano fisicamente.

Bisogna tener conto della differenza che ha il MDT di presentarsi ad ognuno di noi.

Poi da ultimo ricordo sempre quello che hai scritto tu nel forum un po' di anni fa:

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

Quando misuro il mio star male mi è sempre utile fare un "sondaggio" su me stessa e se sento che l'umore non è dei migliori, prima di abbattermi ancora di più cerco di dare le giuste responsabilità a chi le ha veramente.

Se pensi che anche i farmaci hanno un beneficio a meno a seconda di chi è la persona che lo usa.

Il medico che ci cura deve tener presente anche questo purtroppo. vedi solo una cosa banale, quando ho fatto la colonscopia c'è chi si pulisce con 4 litri di acqua con la polvere che ti danno loro ed io che neppure con 16 litri e 16 buste mi sono liberata. Mi hanno trattato come una deficiente che non ha eseguito bene ciò che le hanno detto. Ecco, se ti discosti dalla norma sei tu che sbagli. La prossima volta cercherò un medico che mi ascolti e capisca come mai io ho reagito così. Può essere una piccola sciocchezza, basta solo trovarla. Credo che il misuratore per il dolore non possa esserci, sta nel medico capire quanto sia grande il nostro male e alle volte basta poco per capirlo. Poi se cerchiamo qualcosa che lo veda quello cara c'è già. Pensa che riescono a vedere quando un cervello è felice o ha paura. Ho letto anche che riescono a vedere quando una persona prova un sentimento di invidia, guarda mo se non riescono a vedere quando un cervello soffre di MDT. Lo vedono eccome.

**Simona** Domenica, 08 Novembre 2015 07:41

Buongiorno adoraro forum

**feffe81** Sabato, 07 Novembre 2015 22:22

Dobbiamo dare spunti ai ricercatori: urge inventare un misuratore di emicrania. LILE quanto ti capisco...e quanto è difficile portarsi addosso la sensazione che descrivi

**feffe81** Sabato, 07 Novembre 2015 22:18

MAMMALARA no per fortuna stamattina stavo benino, sentivo già l'attacco in arrivo ma è scoppiato quando sono tornata a casa. Ora va molto meglio ma ho preso un po' di robina...

**Elisabetta** Sabato, 07 Novembre 2015 19:08

Lara, non per essere semplicistica, ma se per tua sorella trovate un bravo chirurgo, il dolore del post non deve preoccuparvi più di tanto. Aiutano molto con gli analgesici e con la scarpa di cui parla Paula. Poi una volta che l'intervento è superato, iinterviene anche l'adrrenalina!

**mamma\_lara** Sabato, 07 Novembre 2015 19:00

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

**mamma\_lara** Sabato, 07 Novembre 2015 19:00

Paula domani ti mando tutt.  
Ora ho gente a cena

**paula1** Sabato, 07 Novembre 2015 18:26

MAMMA LARA...per l'alluce valgo di tua sorella, se ti va mandami in privato il nome del chirurgo se vuoi che chieda informazioni ai nostri.....l'intervento si può fare in vari modi, ma quello che tu chiami "microchirurgia" mi fa pensare ad un intervento "diverso"...non sto a scriverlo qui per ovvi motivi, ma è meglio che prima di farlo si faccia spiegare bene..... è un intervento doloroso nel post-operatorio, ma con la scarpa Talus si può poggiare e quindi essere autonomi da subito.....poi ci sono sempre i farmaci antidolorifici per i giorni a seguire.....

**Annuccia** Sabato, 07 Novembre 2015 18:09



Feffe, speriamo che tu stia meglio  
lo stamani ho arginato con brufen

**Annuccia** Sabato, 07 Novembre 2015 18:06

Scusate anche io sto scrivendo dal cellulare. Lara ora l'intervento è molto meno doloroso di un tempo, ma sempre impegnativo. Spero lo possa fare a Ferrara.

**Annuccia** Sabato, 07 Novembre 2015 18:02

Termosifone aggiustato era una stupidaggine. Roberto non ci mette più le mani da quando combino un vero disastro facendo allagate casa. I termosifoni sono vecchi ancora quelli di ghisa . Siamo stati a fare un giro e a vedere la fontana di trevi restaurata. Una meraviglia..  
Ma troppa, troppa gente.

**mamma\_lara** Sabato, 07 Novembre 2015 17:49

Vado a fare un po' di compagnia a Gabriele.

**mamma\_lara** Sabato, 07 Novembre 2015 17:48

Piera, se vedi i suoi piedi ti spaventi. Non puoi immaginare come sta messa.

**mamma\_lara** Sabato, 07 Novembre 2015 17:47

Piera, immagino che quest'anno ne hai fatti di giri. Mi sento una vermona

**Piera** Sabato, 07 Novembre 2015 17:40

Sto scrivendo dal telefono ,perciò non fate caso agli errori,non che di solito non ne faccio, ne faccio di più 😊

**Piera** Sabato, 07 Novembre 2015 17:38

Anche a me piace girare per le vie del centro di Ferrara,quest'anno però ho fatto il pieno per tutto l'anno 😊 povera Loredana ,l'intervento dell'alluce è uno dei più dolorosi in assoluto,anche se lei soffre di certo molto anche ora

**mamma\_lara** Sabato, 07 Novembre 2015 17:06

Pa tecnica usata è la microchirurgia

**mamma\_lara** Sabato, 07 Novembre 2015 17:05

Paula, Elisabetta, Rossana, mia sorella si dovrebbe operare all'alluce valgo, ma non vi dico come ha messo il piede, fa letteralmente spavento.

Ora sembra decisa e a Ferrara viene un ortopedico iniziale M. P. che opera a Milano e non so a Ferrara dove visto che visita qui dovrebbe anche fare qui l'intervento. Sarebbe un bene potesse fare qui l'intervento, così mi posso occupare di lei senza fare troppa strada. Starebbe a casa mia il tempo necessario a camminare senza fare troppa fatica.

**mamma\_lara** Sabato, 07 Novembre 2015 16:50

Feffe, mi verrebbe da dirti di stare a casa, tanto che possono farti. Però se sei andata nonostante tu fossi messa così vuol dire che dovevi proprio andare. Guai al primo poi che dice una parolina sugli

emicranici che me lo magno 🤢

**mamma\_lara** Sabato, 07 Novembre 2015 16:48

Paula, sembra incredibile, ma quando l'auto inizia ad avere un problema, sembra ne seguano altri a catena. Che rabbia.

**mamma\_lara** Sabato, 07 Novembre 2015 16:47

Annuccia, ormai sarà già tutto sistemato il tuo termo, certo che se perde acqua un termo mica è come un rubinetto. Lì è un problema chiudere l'acqua.

Roma è bella sempre, un museo a cielo aperto.

Anche Ferrara la trovo una bellissima città, quando riesco a camminare non so le volte che l'ho girata a piedi in lungo e in largo e mai mi ha stancato. Mi manca tanto il camminare nelle viuzze del ghetto, non so perchè ma ci sono alcune vie di Ferrara che mi fanno tornare indietro di decenni se non centinaia di anni. Come mi manca

**mamma\_lara** Sabato, 07 Novembre 2015 16:43

Ecco fatto, sono tornata dalla fiera e sono riuscita a prendere le maglie pesanti che trovo solo in una bancarella che vende cose pesanti non di lana.

Sia Loredana che io eravamo sfinite, lei per i piedi e io per le gambe. Bella coppia.

**feffe81** Sabato, 07 Novembre 2015 16:04

Qui non va: emicrania 😞 nausea forte. Sono anche andata al lavoro, spero per un po' ora di non dover più fare sabati...

**paula1** Sabato, 07 Novembre 2015 14:36

Salve...giornata davvero bella e calda.....la macchina ha un altro problema... 😞 la riportiamo in officina martedì in cambio del Panda padano e vediamo se si mette a posto con poca spesa..... ANNUCCIA ma tu ogni tanto fai lo spurgo ai termosifoni ? forse sono pieni...io ogni tanto lo faccio...è molto semplice....

vado a riposare....sono anche andata a vedere da vicino i cuccioli di labrador dei nostri vicini (Big

Jim) che sono nati il mese scorso e ora sono svezzati...sono troppo belli..... 😊 li ha dati via tutti fuori che un maschio che tengono loro perchè il loro è vecchietto...

**Annuccia** Sabato, 07 Novembre 2015 11:43

Buongiorno a tutti!

Brava NICO!!!

sto aspettando il tecnico , cola un termosifone , me ne sono accorta per caso, e per fortuna, visto che l'acqua andava sul parquet. Poca ma ci andava. ho pregato che venisse oggi così non ho problemi che sono a casa. Oggi giornata estiva a Roma, la città è bellissima .

**mamma\_lara** Sabato, 07 Novembre 2015 09:47

Gabriele ride, perchè dice che durante questa aura sto anche messa in modo strano 😊

**mamma\_lara** Sabato, 07 Novembre 2015 09:46

Cri, il cambio di stagione è sempre critico per tutti.

In una quindicina di giorni mi viene un aura che non mi veniva da tantissimo tempo, mi sembra di essere bassa bassa tanto bassa da riuscire a toccare il pavimento con le mai e il soffitto talmente in altro da far fatica a vederlo. Na comica praticamente.

Dura i soliti 20 minuti. ma in quei minuti devo stare seduta altrimenti mi viene il vomito.

Poi per fortuna quando mi viene l'aura il dolore non arriva mai forte e dura mai più di un giorno, alla sera me ne libero sempre.

**mamma\_lara** Sabato, 07 Novembre 2015 09:28

Nico, va che è andata bene.

lo aspetto la risposta poi chiederò quando la devo rifare. Solo che stavolta seguo il consiglio della "gentile" infermiera che mi ha consigliato di andare a pagamento perchè mica loro hanno tempo di ascoltare le richieste di tutti e loro sono lì per lavorare. Se io voglio solo donne devo andare a pagamento. Farò anche quello, andrò a pagamento così ci sarà qualcuno che mi dirà anche come mai il mio intestino non si è liberato completamente nonostante abbia bevuto 16 litri di quella schifezza mangiando per 8 giorni due yogurt al giorno mettendo su kg 3,5 in due giorni e ancora sono qui che mi sento gonfia come una zampogna.

Troverò qualcuno che pagando me lo dice. Ma ne devo trovare una brava penso, perchè alle volte

anche pagare non serve. Mi limito a mettere questa faccina e dentro c'è di ogni 🤢

**mamma\_lara** Sabato, 07 Novembre 2015 09:21

Buongiorno a tutti.

Anche oggi una bella giornata. Ci voleva perchè vado a Castelmassa, la testa non va troppo bene ma poco importa , non ho più gli attacconi che arrivavano prima con vomito e affini. Lei farà ciò che vuole.

Sto lavando di tutto e anche di più, Gabriele un po' stupito lo è, non dice nulla ma sento che ogni tanto si chiede se c'è bisogno di lavare sempre così tanto.

Si, serve.

**cri69** Sabato, 07 Novembre 2015 08:21

Buongiorno.....forse!!!

Il bastardo è ancora qui...poi decido.

NICO è andata...bene ora puoi rilassarti 😊 .

PAULA sempre una o due eh???

SIMONA segnato,sono quasi pronta 😊😊😊

**Simona** Sabato, 07 Novembre 2015 07:49

Buongiorno adoraro forum 😊

**paula1** Sabato, 07 Novembre 2015 07:42

NICO26 grazie per averci dato notizie..mi fa piacere che sia andato tutto bene....

**paula1** Sabato, 07 Novembre 2015 07:38

Buon giorno a tutti...qui sole e previsione di caldo.....sono a casa ed è già parecchio che sono sveglia.....ieri sera ero a pezzi...e la schiena urlava...come dice CRI69 mi sembrava

bruciasse....strana sensazione.....

stamattina invece che goderci il mio unico riposo dobbiamo portare nuovamente la macchina in officina perchè ha un altro guasto grosso....ufffffffffffffffffffa....vado a fare colazione....buona giornata a tutti..

**nico26** Sabato, 07 Novembre 2015 07:38

Buongiorno mia famiglia adorata.

Dico famiglia perchè sono commossa perchè qui mi sento amata e coccolata di quell'emozione che non si può trascrivere con parole. Solo il cuore lo sente.

Fatto tutto ed è andato bene anche se la visibilità era meno che ottimale.

Non ci riuscivo più a bere ste schifezze di mandarino.

mi hanno sedato e ieri sera a casa ero lucida ma rincogl....

Prox controllo fra 5 anni.

Siete tutte /i e dico tutte/i persone fantastiche e Dio ti ringrazio quel giorno che mi sono iscritta . Posso dire....Vi amo ??? Si vi amo oooooo tutteeeee!!!!

**cri69** Venerdì, 06 Novembre 2015 22:09

Stavo cercando notizie di NICO , speriamo bene....

Vado a nanna , anche il trip non farà più un c.... 😞 .Ma tanto non ho niente 🤔🤔🤔

**mamma\_lara** Venerdì, 06 Novembre 2015 20:58

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

**mamma\_lara** Venerdì, 06 Novembre 2015 20:58

Nico, spero tu abbia fatto senza troppa sofferenza.

**mamma\_lara** Venerdì, 06 Novembre 2015 15:38

Lile, al gruppo faremo

ESERCIZI DI CONSAPEVOLEZZA DEL RESPIRO PER IL RILASSAMENTO DELLA MENTE E DEL CORPO.

Da questi esercizi al fare meditazione passa poco. Vedrai che ti troverai bene.

Per il fatto che il nostro MDT non si vede, magari ancora non lo trovano con le analisi e meno male, se trovassero qualcosa che giustificasse tanto dolore mica avremo tanto da vivere. La moglie di Gabriele l'ha portata via un malaccio al cervello e non ha mai avuto MDT, quando ha avuto MDT era ormai troppo tardi. Quando Gabriele mi ha conosciuto è andato nel panico totale quando ha saputo che avevo MDT, non gli pareva vero che avessi così tanto MDT da tantissimo tempo e fossi ancora viva.

Però chi sa cosa vuol dire MDT e lo prova, lo vede anche sulle facce degli altri.

**mamma\_lara** Venerdì, 06 Novembre 2015 15:30

Nico, ci sei quasi.

**Annuccia** Venerdì, 06 Novembre 2015 14:22

NICO, non mi meraviglio anche a me succede che quando l'ora è vicina mi tranquillizzo perché penso che sia fatta..... ancora in bocca al lupo e dacci notizie!

**nico26** Venerdì, 06 Novembre 2015 13:22

Ma che fisico donne 😞 non ne posso più'.

Dato che però posso bere bevande non zuccherate fino a 3 ore prima (no latte e derivati) mi sono fatta fare un estratto di frutta con l'estrattore al bar meraviglioso e non vedo l'ora che sia stasera perché sia tutto finito. E ci credete che fino a ieri sera avevo ansia ma da stamane nulla (per ora)

.Ora chiudo e torno in bagnooooooooooooooooooooo 😞

**Annuccia** Venerdì, 06 Novembre 2015 13:09

Buongiorno a tutti!

**cri69** Venerdì, 06 Novembre 2015 12:41

LILE ciao, quello che pensi , l'abbiamo e lo pensiamo quasi tutti. A me è capitato l'anno scorso quando sono andata dalla reumatologa con il mio faldone di roba, gli elenco quello che mi sento, mi visita e mi dice che non ho nulla o quasi, faccio le analisi, le vede e mi conferma che per quello che le riguarda non ho nulla. Sono uscita e mi sono messa a piangere. Mi sono sentita una deficiente che si

diverte ad andare da un medico ,spende soldi...che non ha... per sentirsi dire lei non ha niente.Intanto continuo ad avere dolore alle gambe ,alle braccia ed ora anche bruciore alla pelle ....ma non ho nulla ,bhò ...sarò la sorella di Et .....

Come vedi non sei sola 😞

**lile** Venerdì, 06 Novembre 2015 12:19

Buongiorno forumine! 😊

Oggi sono particolarmente di buon umore: è venerdì e non solo non ho mal di testa, è il 3° giorno in cui non ce l'ho! E ieri ho anche pensato la fatidica frase: "sono due giorni..vuoi vedere che ora arriva?" e invece!!!

Piano piano sto facendo tante cose, con il peggioramento dei mal di testa sono rimasta indietro con altri controlli periodici importanti ma li ho prenotati, me ne manca solo uno... ormai persino mia madre mi prende in giro, questa è stata la nostra conversazione dopo l'incidente:

"stai attenta a come cadì, potresti romperti il femore!"

"Mamma, ti rendi conto che già mi danno dell'anziana così, se mi rompo il femore prima dei 30 anni mi prenderanno in giro a vita!" 😊😊😊

NICO in bocca al lupo!!! Sei persino andata al lavoro, che forza!!! 😎

MARIA il training autogeno è una cosa che vorrei imparare a fare... ieri sono stata dal fisioterapista e mi ha parlato di questo e di altre cose, tra cui anche la meditazione... mi piacerebbe tanto provare. Poi ormai sono dell'idea che tutto quello che ci fa stare bene va fatto, anche se a volte significa fare qualche sacrificio. Negli ultimi tempi mi sono molto trascurata e anche se mi sta venendo un po' difficile affrontare tante cose contemporaneamente (sia dal punto di vista degli impegni che da quello economico) sto cercando di mettere me stessa tra le priorità 😊

LARA so che può sembrare assurdo ma ho sempre avuto questa sensazione, quando ad esempio da piccola avevo mdt e speravo di avere la febbre, sarebbe stato come avere una prova del dolore che provavo. Anche adesso quando ho visto i risultati delle analisi avevo come la sensazione di voler vedere scritto qualcosa, un perché, una spiegazione tangibile insomma. E magari con questa anche una soluzione al problema. Ma era tutto a posto, e credo che sia meglio così 😊 Non ho mai detto a nessuno questa cosa, ho sempre temuto di passare per ipocondriaca.. 😞

Benvenuta SILVIA! Anche io vivo a Ferrara! Spero di vederti al gruppo 😊

ops... mi sa che ho scritto un po' troppo 😊 buona giornata!!!

**Piera** Venerdì, 06 Novembre 2015 11:16

acciderbolina Nico, che fisico!!! 😞 sei al lavoro, io quando devo fare la preparazione della colon sono mezza morta 😞

**nico26** Venerdì, 06 Novembre 2015 10:39

Ragazze grazie ma l'ho oggi alle 16.00 😞😞

ieri sera 2 litri di ste schifezza al mandarino e dopo 2 ore...vai...vai...vai con dei brontoli alla pancia

tipo botte contro un muro...poi stamane visto che non ero pulita 🤢 sto bevendo dal lavoro ancora un po' 😞😞 e la pancia brontola brontola brontola....!che schifezza ste beverone!!

Lara16 litri??? 😞😞 Dio mama!!!

vi voglio bene!!!

**mamma\_lara** Venerdì, 06 Novembre 2015 09:40

Castelmassa

**mamma\_lara** Venerdì, 06 Novembre 2015 09:39

Cri, va benissimo. Se vuoi ridere un pochino, puoi venire alla fiera di castel massa con me domani. Vedrai che tra me e le mie sorelline ne sentirai delle belle.

C'è da star fuori un po' 😞

**mamma\_lara** Venerdì, 06 Novembre 2015 09:38

Maria, sono integratori, mica chissà che cosa. Lasciamoli va  
Poi si sa che prima di prendere qualsiasi cosa è sempre meglio chiedere ad un medico. Mica corriamo in farmacia perchè una persona mi consiglia una pastiglia. Anche per gli integratori bisogna fare attenzione.

Poi si sa anche che per stare meglio o cercare di stare meglio, ci sono molti fattori che dobbiamo mettere in campo. Mica è una pastiglia che può fare la magia.  
Tranquilla cara

**paula1** Venerdì, 06 Novembre 2015 09:14

Grazie MARIA9195...conosco questi integratori e li ho anche usati...purtroppo senza grandi benefici...prendo a volte il Magnesio Supremo...solo che mi scordo e non sono costante.... ora scrivo alla ginecologa...dovevo farlo dopo un mese e invece ne sono passati almeno 2..con la pillola sto un po' meglio coi dolori, ma la stanchezza è davvero deleteria...poi devo essere proprio imbecille perchè sul lavoro non mi fermo mai e me ne metto per tutto...ma anche quando mi riprometto di andare con più calma poi non ci riesco...ne stiamo parlando anche con la dottoressa del DCA...

**Maria9195** Venerdì, 06 Novembre 2015 08:52

LARA se ho sbagliato a nominare questi integratori cancella pure il messaggio...

**Maria9195** Venerdì, 06 Novembre 2015 08:52

Paula sono integratori.

**Maria9195** Venerdì, 06 Novembre 2015 08:51

PAULA per la stanchezza il dott. Cherubino ha sempre consigliato le compresse effervescenti MAG 2 ..... anche tre al gg.... ma solo le compresse perchè entrano in circolo subito rispetto alla polvere.... io questa primavera non mi reggevo in piedi e le ho prese e dopo un mese stavo meglio. Adesso ne prendo solo una di compressa ma il dottore mi ha abbinato Multicentrum over 50 vista la mia età.

**cri69** Venerdì, 06 Novembre 2015 08:49

LARA intendevo con le informazioni sull'invalidità.Ma comunque ci stavano anche due chiaccherine su altro.... anche stamattina ho la lacrima che spunta,bho 😞 ,avanti pure....

**Maria9195** Venerdì, 06 Novembre 2015 08:48

Ciao a tutti

ho preso proprio l'abitudine di fare training autogeno due volte al gg: alla sera e alla mattina prima di alzarmi e mi sto accorgendo che sto meglio dal punto di vista dell'ansia. 😊😊😊😊

poi continuo l'impegno con la fisioterapia e la piscina.... le contratture muscolari iniziano a sciogliersi 😊😊😊

certo che organizzare tutto non è stato facile ma ho delegato mansioni ad altre persone per ritagliare questi momenti anche perchè adesso fino a Natale c'è da lavorare tanto e non voglio arrivare stramazzata al suolo come tutti gli altri anni, Speriamo che con questi piccoli accorgimenti riesca a sopravvivere meglio a tutto. buona giornata

**mamma\_lara** Venerdì, 06 Novembre 2015 08:28

Paula, quel male ai piedi 😞😞😞😞

Alle volte faccio il pensiero di come non si possa vedere un male che abbiamo "è possibile" mi chiedo che nessuno possa capire come mai.

Poi penso che ho MDT da più di 60 anni e nessuno lo ha mai visto. Sapessi che "soddisfazione" ho quando riescono a vedere il mio male alle anche. Certo però che facevano male molto tempo prima che si vedesse.

Per il lavoro non dico niente, tutti ma tutti lavorano in condizioni "pietose".

Non tutti per fortuna, ancora ci sono aziende che trattano i loro dipendenti come collaboratori e sono anche le aziende che vanno meglio. 😊

**mamma\_lara** Venerdì, 06 Novembre 2015 08:21

Ahhh Cri, contare fino a 100 alle volte è salutare.

lo conto fino a mille alle volte e ancora è poco 😄😄😄😄

**mamma\_lara** Venerdì, 06 Novembre 2015 08:18

Buongiorno a tutti.

Cri, dovevi telefonare, i miei ragazzi mica prendono la tetta sai, sono capaci di mangiare da soli e mica dovevamo stare al telefono ore. Un po' di minuti non guastano mai e avrebbe fatto bene a tutte e due fare due chiacchiere.

Ricordatelo la prossima volta. Poi te lo avrei detto se avessi avuto qualcosa sul fuoco.

Forse proprio se avessi fatto il gnocco fritto non avrei avuto tempo, ma anche se avessi fatto una minestra ripiena sarebbe stato un problemino, ma se avessi avuto questo avremo rimandato un paio di minuti e non ci sarebbero stati problemi. Insomma, la prossima volta chiama così vediamo come fare con le paturnie premenstruali.

Poi sinceramente, se non ci sono le paturnie premenstruali vuoi che non siamo capaci di rovinarci le giornate lo stesso. Io alle volte se seguo i pensieri tossici posso rovinarmi anche la giornata migliore. Dai va che ce la faremo.

Lella sta lavorando per fare del suo meglio e vedrai che lavorone sta facendo. Li si che avrete un bel compito, però dopo niente sarà più come prima, che detto così sembra una minaccia 😄😄😄😄

**paula1** Venerdì, 06 Novembre 2015 08:01

Per oggi mando un grande in bocca al lupo a NICO...

Benvenuta SILVIA68.. 😊

**paula1** Venerdì, 06 Novembre 2015 07:59

Buon giorno a tutti...qui sole..oggi lavoro pomeriggio e domani sono a casa...ieri ho nuovamente disdetto la dottoressa del DCA...ero troppo stanca per aspettare 2 ore l'appuntamento...se vado alla biblioteca rischio di addormentarmi (stava succedendo), andare in centro non mi piace e nemmeno per centri commerciali e fare un giro a piedi è impensabile dopo il lavoro...i piedi sono sempre doloranti e la questa stanchezza abnorme mi sta preoccupando.....

certo al lavoro ci vogliono vedere stramazzone al suolo forse, ma il bello è che nessuno si ribella...anzi ora che stanno arrivando le feste natalizie fanno a gara a chi fa più ore...io non ne posso più...ho mandato via anche alcuni curriculum, ma di risposte non ce ne sono mai...e io non posso permettermi lavori a tempo determinato... 😞

**cri69** Venerdì, 06 Novembre 2015 07:44

Buongiorno a tutti, qui sole ma sempre freddino. Non ricordo con chi l'ho detto, forse Simona, ma ora lo confermo. La settimana preciclo devo stare nei miei appartamenti, se apro bocca faccio danni e la testa fa giri troppo contorti....oltre che cominciare a dolere...maremma bona.

LARA grazie del salvagente che hai buttato ieri sera, ero tentata di chiamarti ma poi mi sono ricordata che avevi i ragazzi...le idee non sono chiare per niente !!!!!

NICO Forza ragazza, sa dà fà.....!!!

Toccherà anche a me per familiarità... 😡😡

**Simona** Venerdì, 06 Novembre 2015 07:02

Buongiorno adoraro forum 😊

**mamma\_lara** Giovedì, 05 Novembre 2015 22:43

Vado perchè sono in ritardo con la meditazione.

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

**mamma\_lara** Giovedì, 05 Novembre 2015 22:42

Rossana, vale la pena aspettare, hai fatto una relazione meravigliosa. Poi è ancora poco.

**mamma\_lara** Giovedì, 05 Novembre 2015 22:40

Feffe, non sanno quanto perdono lasciandoti andare via.

Immagino che avrai dei ritorni dai colleghi e fanno sicuramente tanto bene. Tu certamente vali molto di più di quello che ti hanno dimostrato e se ne accorgeranno.

**mamma\_lara** Giovedì, 05 Novembre 2015 22:35

Silvia, che bello che hai scritto. Non preoccuparti per i messaggi, il forum li contiene tutti quelli che scrivi e vedrai che faranno bene anche a te. Sai che sei brava a capire che il "quanto" stai male, non sottovalutare mai la capacità che hai di capirlo, è una marcia in più. Bravissima. Molto brava anche a fare il diario della cefalea, è importante sapere come va, aiuta a non fare errori e a prendere provvedimenti prima che il cambiare rotta diventi quasi impossibile.

E' impossibile non ricordarsi del tuo bimbo ed è stato proprio bravissimo a stare buono per quasi tutta la mattina. Spero di poterti vedere al gruppo. Ci sarà una bella novità dal 18 novembre, quel giorno faremo un incontro in più per iniziare un corso di "ESERCIZI DI CONSAPEVOLEZZA DEL RESPIRO PER IL RILASSAMENTO DELLA MENTE E DEL CORPO".

Aiuteranno ne sono certa.

Poi lavoreremo sulle parole ne abbiamo già una alla quale lavoreranno in due "inadeguatezza". Anche questa una bella parola alla quale dare un significato.

**mamma\_lara** Giovedì, 05 Novembre 2015 22:26

Prima però dico a Nico un in bocca al lupo fortissimo.

**mamma\_lara** Giovedì, 05 Novembre 2015 22:25

Eccomi, i ragazzi sono appena andati via ma avevo visto un messaggio di Silvia e ho pensato che due paroline le dovevo dire.

**mamma\_lara** Giovedì, 05 Novembre 2015 22:25

Eccomi, i ragazzi sono appena andati via ma avevo visto un messaggio di Silvia e ho pensato che due paroline le dovevo dire.

**rossana** Giovedì, 05 Novembre 2015 21:14

Buonasera a tutte,

ci sono, un po' di corsa ma ok.

Stamattina ho destinato tre ore e mezzo all'INPS per avere un piccolo chiarimento in merito ai voucher...ma si sa che è così, quindi ok.

SILVIA benvenuta 😊, anch'io mi ricordo di te per merito, devo dire, del tuo bimbo. Non temere di annoiare, quando ci affacciamo qui è bello trovare tanti scritti.

Una fortuna quella di abitare a Ferrara e partecipare al gruppo, ti farà bene come pure seguire il forum.

NICO dai che ci sei quasi, capisco la paura ma quell'esame da anni è davvero indolore al punto che non ci si ricorda di averlo fatto subito dopo. E' la preparazione che fa veramente tribolare 😞 e LARA ne sa qualcosa....

ELISABETTA brava, non ti scoraggiare. Anche la riabilitazione ha il suo andamento, non si procede sempre alla stessa velocità e ogni tanto ci si ferma ma i risultati arrivano.

Che bella la tua frase "ascolto il tempo che passa", bellissima.

Fai Masterchef con Pino...fantastici tutti e due.

FEFFE non avevo dubbi però non sempre si viene riconosciuti quindi bravi anche i tuoi colleghi.

LARA arrivo eh.....porta ancora un minimo di pazienza, oggi mi è volato via così ma arrivo.

**feffe81** Giovedì, 05 Novembre 2015 20:58

al lavoro sto raccogliendo qualche soddisfazione sul piano umano nel senso che tanti colleghi in questi giorni mi dicono che sono dispiaciuti che io vada via, che non capiscono perché non hanno tenuto una come me e che si trovavano bene a lavorare con me. Ecco per me questo è tanto 😊

**feffe81** Giovedì, 05 Novembre 2015 20:54

buonasera a tutti, giornata frenetica al lavoro perché eravamo solo in due anziché quattro e c'erano parecchie cose che non andavano e non si capiva il perché. E' da stamattina che ho l'affanno, non riesco a respirare tranquillamente, perché sto continuando a frullare 😞

NICO anche io sarei tesa!! in bocca al lupo.

ELISABETTA che belli i tuoi messaggi, hai un modo di scrivere... 😊 ti penso anche io e ti auguro una buona ripresa

SILVIA benvenuta, io sono quella che al sabato mattina al convegno ha parlato della parola "compassione". Sono emicranica e abito a Modena. Mi è piaciuto quello che hai scritto sulle strategie

per vivere meglio col mdt, anche io da quando frequento il forum ho imparato a conoscere il mio mdt e adottare accorgimenti vari per evitare fattori scatenanti o limitare i danni...

**cri69** Giovedì, 05 Novembre 2015 20:41

SILVIA benvenuta, anch'io mi ricordo di te, anch'io sono di Fe. Se avrai modo di venire al gruppo avremmo modo di conoscerci meglio. Tieni duro.  
NICO hai tutta la mia comprensione e tutti i miei pensieri.  
ELISABETTA sei un mito, un abbraccio.

**Simona** Giovedì, 05 Novembre 2015 20:36

Nico in bocca al lupo x domani e pensieri positivi 😊

**Simona** Giovedì, 05 Novembre 2015 20:35

Silvia ciao 😊😊😊 mi ricordo bene di te e del tuo adorabile bimbo... mi hai chiesto informazioni x il gruppo di auto aiuto.. dove si riunivano mi hai chiesto... e poi ti ha risposto Graziella.. perché io sono di Genova e non sapevo di preciso la stanza... ti ricordi?

Benvenuta tra di noi.. sono felicissima di leggerti... non ci annoi tranquilla. .. 😊😊

Elisabetta grazie di averci dato notizie... 😊

Giornate impegnative x me... ma tutto bene... oggi avevo una visita importante che però dovrò ripetere venerdì prossimo... ho un po' di ansia ma tutto nella norma... 😊 vi dirò meglio poi... 😊😊  
Per ora vi do la buonanotte e vado a godermi un po' Mattia che è tutto il giorno che non lo vedo... vi voglio bene... a domani adorato forum...

**Cris83** Giovedì, 05 Novembre 2015 18:05

io stacco e vado verso casa.. devo imparare che ora che sto un po' meglio non posso passare tutto il tempo qui a lavoro, devo pensare un po' a me stessa.. vado a casa e vado a prendere tango a piedi così mi faccio una passeggiata.. 😊

buona serata!

**Cris83** Giovedì, 05 Novembre 2015 18:03

In bocca al lupo per domani NICO!

**Cris83** Giovedì, 05 Novembre 2015 18:02

Benvenuta SILVIA!! e tranquilla.. qui non ci annoia mai.. 😊 scrivi quando e quanto vuoi!! 😊😊

**SILVIA68** Giovedì, 05 Novembre 2015 17:44

## seguito 2

Su suggerimento di Lara, che ringrazio, sto monitorando quanti Imigran 50 prendo al mese, e mi ha messo in guardia.

Negli anni ho scoperto degli accorgimenti personali per cercare di sconfiggere il mio MDT, ma leggo ed accetto sempre volentieri se ci sono suggerimenti.

Mi fermo qui se no poi vi annoio, alla prossima puntata 😊

**SILVIA68** Giovedì, 05 Novembre 2015 17:40

## seguito

Prima di iscrivermi al forum ho letto il libretto ed anche i vostri messaggi del forum, ed ero un po' titubante, perchè le storie che ho letto sono situazioni molto difficili e più gravi della mia. Io vado a periodi, tra alti e bassi ma soffro di MDT da quando ho memoria, dai 6/7 anni quando facevo fatica a studiare, poi intorno ai 20 anni avevo degli attacchi forti e direi da quando lavoro part time, da circa 15 anni, di rado sono attacchi forti ma frequenti, a periodi.

**SILVIA68** Giovedì, 05 Novembre 2015 17:30

## MI PRESENTO

Ciao a tutti. Mi chiamo Silvia e sono di Ferrara. E' la prima volta che partecipo al forum. Ringrazio tantissimo Lara per il benvenuto, anche se un po' in ritardo, ma ogni giorno pensavo di mettermi qui

a scrivere, poi come solito, se ho MDT non ho voglia di fare nulla e so sto bene, recupero quello che ho tralasciato. Oggi, mi prendo tutto il tempo, perchè sto cercando di imparare che certe cose da fare possono aspettare, e se me la prendo con più calma il MDT mi tormenta meno. Ho partecipato al Convegno dello scorso ottobre e qualcuno si ricorderà di me, sono la mamma con il suo bimbo.

**Annuccia** Giovedì, 05 Novembre 2015 16:40

NICO, in bocca al lupo per domani!

**mamma\_lara** Giovedì, 05 Novembre 2015 16:01

Elisabetta, sei stata bravissima. Anche pensieri meno lunghi vanno bene. Poi scrivi continua così noi sappiamo che ci aspetta altro.

Poi non preoccuparti se viene pubblicato una, due, tre o 4 volte. Poi arrivo io e faccio pulizia. 😊😊

**mamma\_lara** Giovedì, 05 Novembre 2015 15:58

Nico, ma tu dirai dentro di te: "dite ben voi barabegole, ma io ho paura lo stesso".

Hai ragione.

Ognuno ha le proprie paure.

Io non avrei più paura della colonscopia ma mi darebbe pensiero la preparazione.

**mamma\_lara** Giovedì, 05 Novembre 2015 15:44

Quest'altra volta me ne faranno bere il doppio visto che neppure i 16 litri mi hanno pulita.

**mamma\_lara** Giovedì, 05 Novembre 2015 15:43

Nico, dai che non è poi tutto sto male la colonscopia.

Mi ha distrutto la preparazione fatta bevendo 16 litri di sbobba e mangiando nulla praticamente per una settimana.

Forza carissima.

**Elisabetta** Giovedì, 05 Novembre 2015 14:56

Seguo il consiglio di Lara e scrivo a puntate, dopo che ieri ho scritto il romanzo della mia vita è l'iPad mi ha fatto un brutto scherzo.

In ospedale pareva che procedessi rapida. A casa mi sento più imbranata ma eseguo con diligenza la fisioterapia, prendendo esempio da Rossana. Faccio il Master chef col mio consorte e, per ora, sopravviviamo.

Getterò una stampella verso la fine di novembre. Per ora ascolto il tempo che passa. Mai mi sono riposata tanto.

Un bacio, carissime e grazie a tutti dei pensieri. Elisabetta

**Piera** Giovedì, 05 Novembre 2015 14:53

Nico anche per me il peggio della colon e' ingurgitare la purga!!!! 😄 domani andra' tutto ok , in bocca al lupo 😊

**Elisabetta** Giovedì, 05 Novembre 2015 14:42

Nico, coraggio, il più e ingurgitare la purga! Un abbraccio, cara

**nico26** Giovedì, 05 Novembre 2015 12:45

Buon pranzo a tutti/e

Domani alle 16.00 ho la colon e sono tesa come una corda di violino.

Oggi stasera berro' il beverone e domattina un altro po.'

non ne bevo mai 4 litri poiche ' gia' con 2 su di me arrivo pulita pulita.

Dio come sono tesa tesa tesa...!!!!!!

vi mando una abbraccio

**mamma\_lara** Giovedì, 05 Novembre 2015 11:39

Ho i ragazzi a cena questa sera. Meno male che ogni tanto arrivano. Volevo anche fare una crostata 😊

**mamma\_lara** Giovedì, 05 Novembre 2015 11:22

[Al.Ce. Italia è anche a Ferrara](#)

**mamma\_lara** Giovedì, 05 Novembre 2015 10:45

Vado a stendere i panni

**mamma\_lara** Giovedì, 05 Novembre 2015 10:45

Annuccia, anche da ste parti ogni tanto ci sono giornate impegnative, però se non si tratta di salute va tutto bene.

**mamma\_lara** Giovedì, 05 Novembre 2015 10:43

Cri, sai che io mica sto zitta quando le cose vanno bene. E' da aprile che non ho la grappolo e lo dico sempre senza nessuna preoccupazione e pur dicendolo mica arriva la bastarda. Guarda mo se mi devo impedire di dire che sto bene.

**Cris83** Giovedì, 05 Novembre 2015 10:07

Anche oggi a lavoro.. mi sembra quasi di vivere in modo quasi normale. 😊  
non voglio dirlo troppo forte però!

**Cris83** Giovedì, 05 Novembre 2015 10:02

buongiorno!!

FEFFE sono contenta che la giornata poi sia andata bene!

MAMMA LARA ti vogliamo tanto bene anche noi!! e tu dillo spesso che ci fa sempre bene! 😊

**mamma\_lara** Giovedì, 05 Novembre 2015 09:34

Buongiorno a tutti

Oggi siamo tutte sul giornale La Nuova Ferrara 😊😊😊

Hanno messo la foto del 2008 e quella della cena di casa mia con il cappello in testa. 😊😊😊

**Annuccia** Giovedì, 05 Novembre 2015 08:38

Buongiorno a tutti!

PIERA, meno male che in questi casi l'unione fa la forza!!!! auguri al piccoletto tornato a casa. Anche io oggi giornata abbastanza faticosa , gli ostacoli non finiscono, non parlo comunque di salute, quindi già mi accontento.

**cri69** Giovedì, 05 Novembre 2015 07:33

Buongiorno a tutti, buona giornata.

**Simona** Giovedì, 05 Novembre 2015 06:52

Buongiorno adoraro forum 😊😊

Feffe alla grande.... 😊😊

Mando un pensiero ed un abbraccio ad Elisabetta. .. spero tu ti stia rimettendo senza troppa fatica... 😊

**feffe81** Mercoledì, 04 Novembre 2015 22:18

PIERA bene per il piccolo.

Vado a letto perché sto crollando 😊

**feffe81** Mercoledì, 04 Novembre 2015 22:16

ciao a tutti, la salita di stamattina si è presto trasformata in discesa 😊 la testa ha retto e al lavoro ho avuto una bella soddisfazione 😊

**paula1** Mercoledì, 04 Novembre 2015 21:39

Buona sera a tutti...la giornata alla fine è passata...stamattina prima di uscire ho ricevuto una telefonata graditissima...il mio ex collega infermiere Gianluca, quello con cui facevo le 4 notti prima delle rivoluzioni del direttore.....lui ora è andato a lavorare a Cortina e abita a Dobbiaco....ha fatto una coraggiosa scelta di vita...credo che alla fine sia un amico...

ora vado a riposare...Fausto è andato a prendere la macchina e alle prove, ma era stanchissimo

anche lui.....spero di dormire un po'..Buona notte a tutti 😊😊

**Simona** Mercoledì, 04 Novembre 2015 20:58

Annuccia anche qui nei grandi ipermercati c e già tutto x natale... e on piu Mattia preme già per fare l albero... tutti i giorni mi chiede se lo facciamo .... 😞😞 eh... lo faremo nel fine settimana... anticipiamo i tempi....

Piera benissimo per Lorenzino 😄😄😄

Ross grazie...

Lara..anche qui tanto amore x te e per tutti voi...

Oggi siamo tornati al cinema a rivedere inside out... a Mattia era piaciuto tanto e chiedeva sempre quando lo avrebbe potuto rivedere...quindi tutti e tre al cinema e poi a mangiare fuori... ho pianto nuovamente i miei 10 minuti... mi emoziona sto cartone animato..non c e nulla da fare... 😄

Buonanotte adoraro forum

**mamma\_lara** Mercoledì, 04 Novembre 2015 19:40

E' tanto che non ve lo dico.

Vi voglio bene.

Non si sa mai che qualcuno avesse bisogno di sentirselo dire e io non lo dico.

Ecco fatto ♥

**mamma\_lara** Mercoledì, 04 Novembre 2015 19:39

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

**mamma\_lara** Mercoledì, 04 Novembre 2015 19:38

Poi ricordo il giorno che l'ho portato a casa dall'ospedale. E' stato come se fosse nato per la seconda volta.

Ho controllato il suo respiro per tante notti, avevo paura che smettesse di respirare da un momento all'altro. Avevo 18 anni e una grande paura.

E' andata bene, è cresciuto bene e pieno di salute

**mamma\_lara** Mercoledì, 04 Novembre 2015 19:35

Piera, sono felicissima per Lorenzo.

Avrà una marcia in più.

Enzo anche lui l'ha avuta sempre in più degli altri bimbi nati "maturi".

**mamma\_lara** Mercoledì, 04 Novembre 2015 19:34

Eccomi, ho un bel po' di cose da fare che non vi dico. Però piano piano si fanno senza grossi problemi.

**Cris83** Mercoledì, 04 Novembre 2015 14:10

Ciao,

alla fine poi non vi ho letto.. lunedì ero impegnata a lavoro e ieri super attaccone! ho dovuto ricorrere al virdex, mi è passato ma mi sento come se fossi passata sotto a un treno. Dev'essere perchè era un po' che non lo prendevo.. quindi è positivo!

buona giornata e un abbraccio.. 😄😄

**Piera** Mercoledì, 04 Novembre 2015 13:56

Gri che piacere leggerti !!! mandami qualche foto dei bimbi, che li voglio rivedere 😄 Oggi Lorenzino, quel neonato per cui vi avevo chiesto aiuto nei primi giorni di settembre , lascia l'ospedale e finalmente va a casina sua!!! ha superato ben due crisi respiratorie che l'avevano costretto a tornare in terapia intensiva, ha raggiunto anche un bel peso.....insieme siamo una forza !!!! 😄

**Annuccia** Mercoledì, 04 Novembre 2015 11:40

CRI, spero che qualcosa possa cambiare , anche io attendo fiduciosa..... su un po' di fronti.

**Annuccia** Mercoledì, 04 Novembre 2015 11:40

Buongiorno a tutti!

LILE, per fortuna non ti sei fatta male!!!

Natale è lontano, ma già ci sono i primi cenni, "my God"!!!!!!! 😄

**mamma\_lara** Mercoledì, 04 Novembre 2015 11:25

Vado a preparare la pappona per Gabriele

**mamma\_lara** Mercoledì, 04 Novembre 2015 11:24

Cri, periodaccio per tutti questo. Spero sempre succeda qualcosa di buono. Speriamo. Sai che io le speranze non le perdo mai

**mamma\_lara** Mercoledì, 04 Novembre 2015 11:19

Lile, mamma mia, va la che è andata bene. Sicuramente sentirai le botte per un po' di tempo, a botta fresca mica sai cosa ti fa male, ma domani o dopodomani salteranno fuori purtroppo. Ma la cosa importante è che non ci sia nulla di rotto.

Con il proprietario cerca di mediare, lui certo che ha i suoi torti visto che non ti ha mai garantito il funzionamento degli elettrodomestici. Quindi non sentirti troppo in colpa.

Per il Natale in economia per me è da sempre così, ma io mi sento la più ricca del mondo se ho il frigo pieno per nutrire come si deve tutte le persone che passano per casa mia in questo periodo.

Poi ho a casa Zenò (mio figlio che viene dalla Sicilia) e Stefano (figlio di Gabriele che viene dalla Germania), poi a loro si aggiungono tutti gli altri figli miei con le loro compagne compagni e famiglie, con l'altra figlia di Gabriele e nipotine varie. Ancora Ettore niente ma arriverà il Natale che sarà qui anche lui.

Insomma, avrò la casa piena di gente e sarà faticoso lasciarli andare poi.

Mi aiuta pensare che per me e per come vivo io, ci sono giorni di Natale tantissime volte in un anno. Diciamo che iniziano dal primo gennaio.

Le cose le farai, vedi quella che ti serve prima e fai quella, se vedi che da fare urgenti ne hai tante fai come me, faccio altro fino a che non mi decido a fare una cosa alla volta senza stressarmi troppo. Ho detto niente eh

**mamma\_lara** Mercoledì, 04 Novembre 2015 11:07

Ahhh Rossana, dimenticavo di dirti che la mia vita da aprile non è più la stessa. Proprio un'altra vita sto vivendo e faccio anche fatica a spiegare come sia diversa.

**lile** Mercoledì, 04 Novembre 2015 11:06

Buongiorno!!!

Allora, io non so se sono sfigata o se me le vado a cercare, sicuramente dovrei iniziare a programmare un viaggetto a Lourdes... 😊

Come una scema stamattina ho avuto la grande idea di fare in bici una strada secondo me più veloce per l'ufficio... ma contromano... un tizio non si è fermato allo stop e mi ci sono schiantata contro (ottimo momento per accorgersi che i freni non funzionano più).. comunque sto bene 😊

La testa regge nonostante tutto.

PAULA1 ti capisco è un periodaccio da quel punto di vista, anche per quello volevo provare a risparmiare sulla tinteggiatura, ma purtroppo mi sa che ho sbagliato, adesso rischio di rimetterci altri soldi e in tutto questo sono comunque molto dispiaciuta perchè so di aver fatto un torto al proprietario, anche se non era mia intenzione... comunque sicuramente sarà un Natale in economia 😊

LARA mi piacerebbe avere questa capacità, io vedo tutto quello che dovrei fare e mi viene da mettermi le mani ai capelli. In questo periodo faccio molta fatica a fare ordine sia tra le mie priorità che materialmente. Mi sa che ci metterò un po' a finire di sistemare tutto, anche perché le cose invece di diminuire aumentano... spero di non subire per troppi giorni i postumi di oggi 😞

**mamma\_lara** Mercoledì, 04 Novembre 2015 11:06

Rossana, tra i tuoi esercizi e i tuoi cari che devi seguire mi sa che non è solo un tempo di lavoro parziale ma un tempo più che pieno. Farai anche fatica a ritagliarti un po' di tempo per le cose che ti interessano. Ma sei brava che quelle le consideri importanti quanto la ginnastica per il corpo. Anche la nostra mente ha bisogno di ginnastica e quella viene proprio dal fare ciò che ci fa piacere fare

**mamma\_lara** Mercoledì, 04 Novembre 2015 11:03

Maria, anche per me sono abbastanza impegnativi questi mesi. Per fortuna ho già rimpinguato il congelatore di cappellacci e cappelletti fatti un po' alla volta. Mi rimangono le lasagne.

Poi mi sembra sia stata più che brava ad aspettare così tanto prima di iniziare i panettoni e le conseguenti meringhe. Penso che andrò a procurarmi la farina i prossimi giorni. La prossima

settimana è meglio va.

La cosa positiva è che faccio se mi pare, mentre tu devi fare. C'è una bella differenza

**mamma\_lara** Mercoledì, 04 Novembre 2015 10:52

Feffe, sarà faticoso arrivare alla fine, ti capisco.

Non riesco a trovare parole per darti forza, come posso fare a dirti di sopportare quando fai fatica a sopportare un'ora. Però ti capisco

**Maria9195** Mercoledì, 04 Novembre 2015 10:41

Ciao a tutti

novembre e dicembre sono i mesi più impegnativi dal punto di vista del lavoro. Spero di sopravvivere meglio rispetto agli altri anni. 😎😎😎.

Il training autogeno mi sta aiutando moltissimo a spezzare l'ansia e l'agitazione. Poi mi sto impegnando ad andare in piscina. Mi scarica parecchio e per almeno un'oretta non penso a niente.

Rossana ho letto che vai anche tu in piscina. Quante volte alla settimana?

**mamma\_lara** Mercoledì, 04 Novembre 2015 10:32

Paula, anche a me toccherà la protesi. Devo sistemare prima l'altra cosa poi metto in cantiere anche le due gambe. Prima una poi l'altra.

Penso di andare all'ospedale di Argenta dallo stesso ortopedico che l'ha fatta al marito di Graziella.

Ora vedo come andrà la faccenda più importante poi do il via alle danze. 😊

A proposito di danze, un paio di giorni fa a cena finita mentre ascoltavo una canzone dal cellulare, ho fatto un balletto (si fa per dire, mi muovevo senza spostare le gambe) con Gabriele. Troppo bello.

Che scema, alla mia età che balla in casa dopo cena con il suo ciccio e lui mica si è tirato indietro. Abbiamo "ballato" per tutta la canzone.

**mamma\_lara** Mercoledì, 04 Novembre 2015 10:26

Sto sistemando di tutto. Lavoro dall'alba fino alla sera tardi. ne ho di cose arretrate da fare e se sto a guardare ancora non ho fatto nulla. Però faccio sempre solo quello che mi fa star bene, mi sembra incredibile di avere questa possibilità. Mi fa sentire ricchissima questa cosa. Poi sabato ho la fiera con le mie sorelline e anche questa cosa mi da abbastanza gioia. Spero solo di riuscire a stare in piedi per il tempo che trovo le due magliette pesanti che non siano di lana. Poi c'è sempre il fatto che dobbiamo trovare la fregatura, altrimenti non c'è divertimento. Poi per questa fregatura ridiamo fino al prossimo anno.

**paula1** Mercoledì, 04 Novembre 2015 10:10

GRI grazie di averci dato tue notizie...non avevo dubbi che Eloise dopo le "gelosie" iniziali diventasse così protettiva col fratellino... 😊 mi spiace per le emicranie, però sono contenta che sul fronte salute stia bene anche Davide adesso....

ELISABETTA spero che la fisioterapia ti rimetta presto in forma.....

io, ora che ho ripreso a lavorare nel reparto con gli interventi di protesi, sono troppo contenta quando i pazienti fanno dei progressi in fretta ed è interessante vedere proprio i vari tipi di personalità e caratteri.....

ora abbiamo una suora che è troppo brava e molto forte e un medico (che mi ricorda tantissimo il Dott. Cassano) che quando c'è la moglie non vuole fare niente e quando non c'è fa tutto... 😊

**paula1** Mercoledì, 04 Novembre 2015 10:04

Questo mese è deleterio per tutto quello che c'è da pagare...poi ci si è messa pure la macchina con un lavoro extra...per fortuna che ce la prende il ragazzo di mia nipote che lavora in Ford così si perde meno tempo..., però Fausto è rimasto fregato 😊😊 perchè credeva oggi di fare il ganzo con la Fiesta da giovane, invece Luca gli ha dato il "panda padano" (lo chiamo io così perchè è targato Pavia) di 15 anni fa...e invece che il giovinatsro fa il nonno 😊😊😊😊😊😊😊😊 oggi ha anche l'esame di guida per il muletto... 😊

**rossana** Mercoledì, 04 Novembre 2015 10:01

Mando un saluto a ELISABETTA cui penso ogni giorno fin dal mattino quando faccio i primi esercizi. Forza forza, noi aspettiamo di sapere come va quando potrai dircelo.

**paula1** Mercoledì, 04 Novembre 2015 10:00

Buon giorno a tutti...qui soleggiato...e non è freddo...il mio polso sta meglio...c'è una piccola cisti tendinea che si era infiammata...oggi al lavoro sarà pesante anche perchè non ci si trova bene con tutti i colleghi.. 😞 poi è un reparto caotico sempre pieno di gente tra parenti, pazienti da medicare, pre-operatori, ecc...non c'è mai un po' di pace e silenzio...su questo rimpiango un po' le notti...spero che ogni tanto una me la facciano fare...

q

**rossana** Mercoledì, 04 Novembre 2015 09:59

LARA non so quanto tu ancora non possa credere a come vivi.....  
Che meraviglia, dico solo che sono più che contenta, che è tutto di meritato e anche di più e mi taccio.

Provo a lavorare, a dopo

Buona giornata

**rossana** Mercoledì, 04 Novembre 2015 09:58

FEFFE forza, ora hai un termine ben fisso.

Poi a te la salita ti fa un baffo 😎

Ora devo lavorare, sono indietro con due lavoretti tra teatro e resto.

Ieri sono riuscita nel portare fuori il papà sempre più insicuro povero e in pasticceria abbiamo anche trovato mia nipote con Edoardo...ma che bel bimbo, ammazza oh dimostra già più della sua età. 😊

E' grande, moro bello e buono perché dormiva tranquillo.

Poi con l'aiuto di mio fratello abbiamo portato il papà dal parrucchiere perché non sopporta di essere in disordine ma anche lì ha fatto una bella fatica. Le vertigini che derivano dalla sua situazione vascolare sono tremende e lui dimostra di avere ancora tanta tanta volontà.

Domattina devo già tornare in piscina poi correre all'INPS per tentare di chiarire una cosa che dal call center mi è stata riferita in due modi un po' opposti.

**rossana** Mercoledì, 04 Novembre 2015 09:51

Buongiorno a tutte,

grande SIMONA che chiude il forum e riapre al mattino.....come al circolo Simo 😊

E' un'ottima cosa che tu sia presente qui.

GRI che bello trovare tue notizie, e buone per giunta. Grazie mille

Per il mal di testa cavoli, non ti ci vuole proprio con tutto il da fare che hai ma lui colpisce a prescindere, anzi se siamo più tirati ci sguazza.

Spero ti molli presto,

CRI hai ragione, meriteresti di trovare la serenità sul piano economico vista la tua buona volontà.....ma cosa possiamo fare, tant'è. Continuiamo a sperare

ANNUCCIA valgono eccome le piccole cose, conta il saperle vedere e apprezzare.

Per Roma non dico niente che è decisamente meglio.....tranne che è bellissima e lungi da me il criticarla.

Hai presente vero che noi abitiamo in Aemilia? Non ci devo pensare, punto.

LILE sul fatto che dovevi lasciarlo imbiancato avendolo trovato così non ci piove, rispetto alla pignoleria potevi trovare di meglio.

Sono stata in affitto e i miei fratelli hanno dei locali commerciali in affitto e non sto a dire, non comincio neanche. Ti suggerisco di tentare una trattativa per risarcirlo del mancato tinteggio del soffitto e eventuali ritocchi al resto.

Altro da fare non c'è mi sa, cerca di goderti la nuova casetta che è meglio!

**nico26** Mercoledì, 04 Novembre 2015 09:39

Buona mattina a tutti !ho infettato tutti a casa con il virus....ieri pom nico fino a stanotte e da stanotte mio marito.aiutoooooo!!!!

Annuccia quanto e' vero' cio' che dici!

Piccole cose che a noi emicraniche ci donano momenti di luce e gioia .

Lara mi hai copiato!!!

Gri appena riesco ti telef. ma ti mando un abbraccio enorme e ti sono vicina.

Ragazze si avvicina venerdì' per la colon.....Sigh sigh..... 😞 😞

**cri69** Mercoledì, 04 Novembre 2015 08:54

LARA con tutte le notti perse ti meriteresti un pò di letargo 😊

**mamma\_lara** Mercoledì, 04 Novembre 2015 08:52

Non ci crederete ma ieri sera dormivo già alle 9:30 non ci posso credere. Non ricordo di aver sentito Gabriele venire a letto anche se ho fatto tutte le mie cosine prima di sistemarmi i cuscini. Poi questa mattina ero sveglia all'alba, ma va bene così. Sto facendo il ghiro 😊

**mamma\_lara** Mercoledì, 04 Novembre 2015 08:50

Buongiorno a tutti.

Annuccia, quanta ragione hai, io inizio la giornata contenta perchè ho appena finito di sistemare la tenda che tengo nella porta della cucina. L'ho messa in modo che possa tenere fuori le zanzare, perchè nel mio cortiletto vi soggiornano anche in pieno inverno e entrano le carogne, sembra lo sappiano quando tengo aperta la porta per dare aria alla cucina.

**cri69** Mercoledì, 04 Novembre 2015 07:52

Buongiorno gente,tutto bene ? Qui si annaspa,mi spaventa un pò il periodo che sta arrivando,vorrei sempre fare qualcosina in più del dovuto ma le possibilità scarseggiano sempre di più.

Mi mette angoscia non riuscire ad avere una tranquillità... 😞

**feffe81** Mercoledì, 04 Novembre 2015 07:25

Buongiorno a tutti, qui partenza in lieve salita

**Simona** Mercoledì, 04 Novembre 2015 07:04

Buongiorno adoraro forum 😊

**Simona** Martedì, 03 Novembre 2015 17:18

Gri... bene per i bimbi che crescono stanno bene insieme e molto bene per Davide che sta bene... mi spiace invece per la tua testa... 5 gg su 7 sono tanti e con 2 bimbi e giornate impegnate dal mattino presto alla sera è proprio dura... speriamo almeno ti dia un po di tregua nel prossimo periodo...

**paula1** Martedì, 03 Novembre 2015 16:43

Buon pomeriggio a tutti...sono a casa..la dottoressa del DCA mi ha disdetto anche oggi, ma non è colpa sua...si liberava tardi e io di stare 3 ore in giro per Bologna o in biblioteca non ne avevo voglia...tra l'altro mi fanno malissimo i piedi e un polso...

al lavoro è sempre più pesante e faticoso o sono io che, con questa stanchezza, tribolo molto di più...

poi confermo che quando vedono che dai tanto...pretendono sempre di più...ora ho freddo e mi faccio una doccia bollente..la testa regge per fortuna....

**Annuccia** Martedì, 03 Novembre 2015 14:25

Brava NICO, cercare di pensare alle cose belle..... trovarle soprattutto..... ma magari cerchiamo di accontentarci delle piccole gioie della vita. A me a volte basta cambiare qualche cosa tipo le tendine nel bagno per essere contenta. Non chiedo molto.

**nico26** Martedì, 03 Novembre 2015 14:18

Un buon pomeriggio a tutti/e.dal lavoro.

ieri sera ero talmente sfinita che credemi alle 20.00 ero a letto.fino alle 7 stamane.

Sto meglio a parte il mdt alla fronte e occhi che se continua dovrò farmi vedere .Sto bene solo se mi massaggio.

Poi non voglio sempre parlare di sfi....

vorrei pensare anche alle cose belle!!! 😊

**Annuccia** Martedì, 03 Novembre 2015 14:05

Già il fatto che abbia giudicato Roma come città meravigliosa, mi ha fatto piacere. Non si fa altro che parlare male della città e dei suoi cittadini, facendo di tuttata l'erba un fascio. Un po' di giustizia per chi paga le tasse ed è ligio alle regole tutte .....

**Annuccia** Martedì, 03 Novembre 2015 14:03

LARA, tranquilla sono a studio e il percorso oggi è andato liscio 😊  
ora vedrai con il nuovo prefetto siciliano come andremo meglio..... sperem

**mamma\_lara** Martedì, 03 Novembre 2015 13:57

Annuccia, ho appreso dal giornale che c'è una interruzione di un ponte del quale non ricordo il nome e Roma ha il centro intasato. Mi sono detta che è una città difficile da percorrere per i romani. Una delle città più belle al mondo ma abbastanza impegnativa.

**cri69** Martedì, 03 Novembre 2015 12:42

GRI che piacerissimo 😊. Bello sapere che state bene, il ns male purtroppo ci accompagna sempre e dobbiamo avere tanta pazienza. Meravigliosi i tuoi bimbi... Un abbraccio.

**mamma\_lara** Martedì, 03 Novembre 2015 11:36

Gri, che piacere leggere il tuo messaggio.

Mi fa meno piacere che il MDT picchi duro in questo periodo.

Sembra che anche per altri sia difficile questo periodo, poi chissà come mai ognuno abbia i suoi periodi duri, per esempio ora sono in molti a dirmi che stanno peggio. Forse sono i cambi della stagione ma secondo me potrebbe anche essere per il cambio dell'orario. Io ne risento molto anche se faccio in modo di non modificare troppo gli orari.

I tuoi bimbi saranno una meraviglia. Poi vederli giocare penso non ci sia niente di più spettacolare. Grazie del messaggio cara. Ci ha fatto tanto piacere.

**Annuccia** Martedì, 03 Novembre 2015 11:32

Buongiorno a tutti!

Cara GRI, che piacere leggere di te. Va tutto bene e questo è l'importante, per quanto riguarda la testa rimane sempre il problema e ce lo teniamo, facciamo come possiamo.....

**Gri** Martedì, 03 Novembre 2015 11:14

Buongiorno caro forum, è tantino che non scrivo, ma vi penso spesso, ogni tanto vi ho lette, ho letto che Kikka è incinta, ne sono felicissima! Auguri Kikka! ♥

Io ho iniziato l'autunno con mdt almeno 5 giorni a settimana, ma faccio così ogni anno in questo periodo 😞

Però è durenta. Ma per il resto va tutto bene, anche se corro sempre dalla mattina alle 6.20 alla sera... i bimbi crescono e stanno bene. Xavier fa lunghi discorsi (non tutti comprensibili), ma fa morir dal ridere. Eloïse è molto dolce con lui, le fa da mamma (noi donne abbiamo un po' il senso materno dalla nascita... 😊) e Xavier è in adorazione per la sua sorellina!

Davide sta bene, sempre di corsa anche lui, ma tutto ok.

Volevo mandarvi un grosso abbraccio e farvi sapere che siete sempre nel mio cuore

**mamma\_lara** Martedì, 03 Novembre 2015 09:49

Buongiorno a tutti.

Lile, ha ragione Piera, più si è accomodanti e più ti calpestano.

Sai quelli che fanno la punta ai chiudi su tutto? Ecco, stai pur certa che quelli ottengono sempre tutto ciò che possono ottenere. Noi siamo pignoli solo quando ci giudichiamo, stai pur certa che non facciamo mai bene nulla e lì proprio siamo spacca quelle cose là.

Fai come puoi e che ti serva da "lezione" per quello nuovo. Mica fare lo stesso errore e metti sempre nero su bianco.

Per il MDT sii clemente con te stessa e con gli errori che fai. Mica si può arrivare ovunque. 😊

Dai che c'è il sole anche 😊

**lile** Martedì, 03 Novembre 2015 09:32

Piera mi sa che hai ragione! 😊

Grazie ragazze, mi avete confortato un po'... speriamo vada tutto bene...

Tra i nervi, il freddo e il prelievo di stamattina... mdt di nuovo 😞

**Piera** Martedì, 03 Novembre 2015 09:10

Lile ci hai fatto caso che uno meno pretende e peggio e' trattato? 😊 gli spaccap..... invece ottengono tutto 😊 Comunque hai fatto bene ad imbiancarla tu!!

**lile** Martedì, 03 Novembre 2015 08:53

Buondi!

Lo so, era previsto da contratto e l'ho trovata imbiancata... certo, in tanti anni che sto in affitto non mi era mai capitato, anche perchè essendo un contratto transitorio secondo me è un po' troppo chiedere l'imbiancata.. però era scritto e lo dovevo fare. So che sono in torto io perchè non è venuta benissimo... ma di certo l'ultimo problema di quella casa sono le pareti. Sono stata scema io che non ho mai preteso niente, con gli infissi rotti, la lavatrice e il frigo mal funzionanti.... non ho mai chiesto niente...

A me ha dato fastidio il tono che ha avuto, non so, è come se da quando gli ho dato la disdetta mi stesse facendo una serie di piccole ripicche... ma magari è solo una mia impressione...

**cri69** Martedì, 03 Novembre 2015 08:27

Confermo anch'io pe l'imbiancatura, di solito la devi lasciare come l'hai trovata ,se era imbiancata la devi lasciare imbiancata. Così vale anche per levarie modifiche apportate a meno che non sia chiesto il permesso al padrone. Tutto deve essere come l'hai preso... di solito.

**Piera** Martedì, 03 Novembre 2015 07:51

Io sono stata in affitto solo una volta e la casa l'ho lasciata imbiancata, se te la danno imbiancata la devi riconsegnare così, molti contratti lo prevedono e nel mio caso se non l'avessi fatto, si sarebbe trattenuto la cauzione.

**Simona** Martedì, 03 Novembre 2015 07:37

Lile magari puoi trovare qualcuno che per pochi euro ti faccia il soffitto e via... non avrai speso 350 euro ma molto meno e metteresti a tacere il proprietario... cmq che l inquilino debba imbiancare prima di lasciar la casa mi giunge nuova.... 😞😞 i miei sono sempre stati in affitto e hanno cambiato la bellezza di 5 case e non ne hanno mai imbiancata una.... 😞😞

**cri69** Martedì, 03 Novembre 2015 07:34

Buongiorno gente ,sempre più freschino...

**Simona** Martedì, 03 Novembre 2015 06:51

Buongiorno adoraro forum 😊

**lile** Lunedì, 02 Novembre 2015 21:38

Quello di casa vecchia... non sarà stato fatto da un imbianchino professionista ma non è venuta malaccio... è che non è stato fatto il tetto... però per 35mq 350€ mi sono sembrati troppi e ho preferito arrangiarmi.. mi sa che facevo prima a stringere i denti e dargli i soldi. 😞

**Simona** Lunedì, 02 Novembre 2015 21:27

Buonanotte adoraro forum 😊😊

**Simona** Lunedì, 02 Novembre 2015 20:10

Ma poi scusa... come hai ridipinto? Mica avrai fatto i muri neri....o no? 😞😞

**Simona** Lunedì, 02 Novembre 2015 20:09

Lilea il proprietario che si è arrabbiato è quello nuovo o quello vecchio? Scusa ma non ho mica capito. ..

**lile** Lunedì, 02 Novembre 2015 19:18

Ciao a tutte... oggi primo giorno senza mdt... la casa nuova mi fa bene... ma non so quando riuscirò a liberarmi di quella vecchia... ho appena sentito il proprietario, incazzato perchè non gli piace come ho fatto ridipingere... il suo imbianchino voleva tantissimo e ho fatto quello che potevo... ma c'è anche modo di dire le cose... (potremmo anche dire che essendo manutenzione straordinaria toccherebbe a lui, ma l'ha messo nel contratto quindi sono cavoli miei..) 😞

**Simona** Lunedì, 02 Novembre 2015 18:44

Giornata faticosa.. sia fisicamente che mentalmente... notte quasi insonne e partire con il sonno arretrato fa partire la giornata in salita... al lavoro sempre più gente. .. stanca e mica tanto lucida oggi... vabbe..ormai è sera.non mi resta che cenare e andare a nanna....

**mamma\_lara** Lunedì, 02 Novembre 2015 15:17  
Grazie Miranda

**Cris83** Lunedì, 02 Novembre 2015 15:13

Ciao!!

intanto saluto veloce poi vi leggo!

oggi sto abbastanza bene, il dolore alla testa ora è sopportabile, stamattina peggio ma è diminuito da solo ed è comprensibile dopo i due giorni del lucca comics, belli ma piuttosto devastanti!! 😞😞

a dopo.. intanto buona giornata!!

un abbraccio. 😊

**mamma\_lara** Lunedì, 02 Novembre 2015 14:59

[Lettera di Miranda](#)

**mamma\_lara** Lunedì, 02 Novembre 2015 11:51

Annuccia, poi bisogna vedere se avete sbagliato. Non lo puoi sapere. Conosco persone che hanno perso tutto compreso la serenità. Nessuno sa come poteva essere.

Per le pulizie pasquali a me ogni tanto piace mettere in ordine e mi sono accorta che un po' di cose facendo così riesco a buttare.

Mi piace troppo mettere in ordine, perchè mi fa sentire ricca e con tutto il necessario per stare bene. Come fare l'inventario

**Annuccia** Lunedì, 02 Novembre 2015 11:41

LARA, a chi lo dici , sabato Roberto mi ha chiesto se forse avevo preso le feste di questi giorni per quelle pasquali 😊 Mi fa stare bene in questo momento ordinare la mia casa, forse così facendo mi sembra di mettere in ordine le mie idee sin troppo confuse.

**Annuccia** Lunedì, 02 Novembre 2015 11:40

Buongiorno a tutti!

PAULA, leggendo il tuo scritto mi hai fatto riflettere..... e anche io dico sempre di noi che non abbiamo avuto coraggio nel fare le cose, anche quando si sono presentate. Ci siamo accontentati ed ora invece , forse, è troppo tardi per realizzare un qualcosa di bello di cui occuparsi; a Roma è facile riempire un locale nuovo, ma è altrettanto facile fallire dopo poco; quindi tra l'una e l'altra scelta noi abbiamo sempre optato per la salvaguardia del denaro da investire, sicuramente, sbagliando.

**mamma\_lara** Lunedì, 02 Novembre 2015 11:08

Nico, sarebbe arrivato lo stesso il virus stai tranquilla. Ma va bene che almeno tu sia stata bene e a pranzo fuori per quello che hai potuto. Cogli l'attimo 😊

**mamma\_lara** Lunedì, 02 Novembre 2015 11:07

Paula, non dovrebbe essere così per nessuno la situazione lavorativa. Si sta sempre in sospenso. Conosco persone che stanno vivendo la stessa situazione e non è un bello stare.

**mamma\_lara** Lunedì, 02 Novembre 2015 10:48

Sembra stia facendo le pulizie di primavera, ho sempre la lavatrice piena di cose da lavare. 😞😞😞

**mamma\_lara** Lunedì, 02 Novembre 2015 10:47

Buongiorno a tutti.

Dopo un bel po' di tempo sto un pochino riuscendo a dormire anche dopo le 4 del mattino. Non sempre ci riesco, ma questa mattina ce l'ho fatta e alle 6 mi sono rimessa a dormire e mi sono svegliata alla 7:30 Una bella cosa e sono proprio contenta.

Poi sono andata al mercato a prendermi un paio di pantaloni belli caldi. Patisco troppo il freddo e non voglio star male tutto l'inverno. Ho trovato un paio di fantasie improbabili, ma a Gabriele piaccio tantissimo e siccome li devo mettere solo in casa sarò vista per la maggior parte del tempo da lui, quindi se vanno bene a lui vanno bene anche a me. 😊

**paula1** Lunedì, 02 Novembre 2015 09:56

Buon giorno a tutti...qui sole...non ho voglia di fare niente...un giorno solo di riposo è troppo poco per me...comunque ho già stirato e siccome anche a me fa schifo...cerco di non accumulare...

mi dispiace che ieri mia sorella, col marito e la Federica, sono andati a Pordenone a trovare mio fratello...io ero troppo stanca...ma non so se poi sia giusto limitarsi sempre....ora vediamo cosa mi diranno per le ferie invernali che anche lì sarà un bel terno al lotto 😞 ...se a Fausto confermano il contratto volevamo andare un po' via da Bologna.....

ieri eravamo un po' demoralizzati perchè, dopo 38 anni lui e 28 io di lavoro, siamo ancora "succubi" di tutte le nefandezze del lavoro dipendente, soprattutto per come è diventato adesso...certo abbiamo avuto poco coraggio in certe situazioni, ma anche la storia familiare a volte è un bel macigno e la burocrazia in Italia è sempre peggio... 😞

**nico26** Lunedì, 02 Novembre 2015 09:19

Buon lunedì' a tutti/e a casa dal lavoro sotto virus gastrointest. che spero sia passato visto che da ieri pom a ora ho vomitato 18 volte .Non ne ho piu' sono esausta con la schiena a pezzi,

Lara ti ricordi cosa ho scritto ieri ?? 😞

Vi mando un abbraccio

**cri69** Lunedì, 02 Novembre 2015 08:11

Buongiorno a tutti,buon inizio settimana.

Qui sole ma freddino 😊

**Simona** Lunedì, 02 Novembre 2015 06:59

Buongiorno adoraro forum 😊

**mamma\_lara** Domenica, 01 Novembre 2015 21:22

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

**mamma\_lara** Domenica, 01 Novembre 2015 21:20

Maria, a me non basta mai l'averne i miei figli a casa tutti insieme. Però me lo devo far bastare. Immagino la tua gioia. I nostri ragazzi portano sempre tanta gioia

**mamma\_lara** Domenica, 01 Novembre 2015 21:19

Piera, sai stata brava si a fare tutto con la testa che non andava bene. Brava brava. Poi immagino la bontà delle cose che hai fatto

**mamma\_lara** Domenica, 01 Novembre 2015 21:18

Annuccia, hai ragione, Lella è anche amica tua e di tutta la tua famiglia. Lo è da tanto e non molla.



**mamma\_lara** Domenica, 01 Novembre 2015 21:16

Piera conosce Lella da tantissimi anni, perchè ogni tanto la vede in occasioni a casa mia e anche in altre manifestazioni.

**mamma\_lara** Domenica, 01 Novembre 2015 21:14

Annuccia, io neppure ormai ci speravo più. Ora prendo quello che viene senza farmi troppe domande. Lella è mia sorella ormai, ci siamo adottate anni fa e tali ci consideriamo. Le voglio bene e lei me ne vuole che di più penso non si possa. Poi è una persona di un bello che nessuno può immaginare. Per descrivere ai miei figli come è Lella fin da ragazzi ho sempre detto loro: "Lella potrebbe conoscere anche un orribile mio segreto e io farle la carognata peggiore, lei non rivelerebbe mai a nessuno questo mio segreto".

Ecco, Lella è questa. Ma lo è con tutti non solo con me. Lei vi vuole bene e vi conosce una ad una e se le dico che c'è bisogno di pensieri per qualcuna che ne ha bisogno può anche non conoscere la persona ma stai pur certa che non uscirà mai dai suoi pensieri e mi aiuta in questi pensieri. Poi sono convinta che i suoi valgono più dei miei.

Sono certa che farà un lavoro ottimo al Gruppo.

**mamma\_lara** Domenica, 01 Novembre 2015 21:01

Paula, mi sa invece che le persone iniziano a comprendere quanto siano belle le feste che frequenti tu. Io le adoro. Mi trattiene solo in fatto che non cammino

**mamma\_lara** Domenica, 01 Novembre 2015 20:59

Feffe, si sa che nessuno è indispensabile, ma sono convinta che mancherai ai tuoi colleghi e anche ai capi. Poi dicono che le aziende non funzionano. 😞

**Maria9195** Domenica, 01 Novembre 2015 20:50

In questo periodo mi sono imposta di fare training autogeno alla sera prima di dormire e alla mattina appena sveglia. Mi sto accorgendo che mi aiuta moltissimo a tenere a bada l'ansia e ne sono molto contenta 😄😄😄😄😄 .. ho intenzione di continuare per un po' di mesi 😊😊😊😊

**Maria9195** Domenica, 01 Novembre 2015 20:47

Ciao a tutti.

Ho avuto un week end movimentato con la famiglia e rispettive ragazze.... quindi pranzi e cene. Ma sono felice perchè è bello avere la casa allegra e gioiosa...Adesso doccia e letto. Sono un po' cotta.

**Piera** Domenica, 01 Novembre 2015 19:00

La cena ieri sera e' andata bene, i piatti greci hanno riscosso un gran successo, Irene pero' aveva un gran raffreddore e si sono andati tutti a casa presto....oggi abbiamo bismato, ma ho fatto pranzo bolognese: tortellini in brodo, bollito con salse e uno sformatino.....me lo dico da sola sono stata brava!!! 😊 anche perche' avevo e ho una gran mdt, ora triptano e via.....non ci pensiamo piu' 😊

**Piera** Domenica, 01 Novembre 2015 18:57

paula mi piace la Val di zena!!! ma la frazione e' nella zona del botteghino? verso il mio comune mi piace di piu' 😊

**Annuccia** Domenica, 01 Novembre 2015 18:57

Fortunato il gruppo di auto aiuto

**Annuccia** Domenica, 01 Novembre 2015 18:32

Buona domenica a tutti!

Oggi ho fatto la lunga dai miei, Roberto non è venuto ed io sono rimasta un po' di più con loro . Avevamo da chiacchierare .

LARA, sono così contenta di questa tua rinascita , devo dirti che non lo avrei mai pensato possibile e invece è accaduto e ne sono veramente felice. Lella è una tua grande amica e in maniera indiretta anche mia e conto sempre sulle sue "forze"!

**paula1** Domenica, 01 Novembre 2015 17:52

Buona sera a tutti...siamo andati a Tredozio per la sagra del Bartolaccio (tipo crescione con ripieno di patate, pancetta, parmigiano, ecc buonissimo)..., ma c'era una fila kilomtrica...e a noi le file proprio non piacciono...abbiamo fatto 10 volte il giro del paese, ma c'era sempre più gente...quindi ce ne siamo andati...andare fin là per niente è un peccato, ma ormai tantissime di queste sagre sono diventate dei veri e propri assalti...Fausto dice che è perchè la tv dice che ormai siamo fuori dalla crisi... 😞😞😞 io invece dico che è perchè ci sono ancora delle belle giornate, non fredde e la gente ha voglia di stare fuori.....

al ritorno siamo passati nella piccolissima frazione dove mia nipote e il suo "raga" vogliono comprare la casa...a me non piace per niente...., ma loro dicono che con pochi soldi quello si possono permettere col mutuo ovviamente 😞 (PIERA forse conosci la Val di Zena?)...

**feffe81** Domenica, 01 Novembre 2015 17:22

ciao a tutti, avevo scritto dal cellulare ma non mi inviava i messaggi...ieri per me altro trip ma tutto tranquillo, ho fatto le mie cosine. Oggi pranzo dai miei un po' pesante 😞 ora ho la testa pesantissima che pulsa..sto a riposo. Domani devo andare al lavoro, mi sembra strano perché lo sento lontanissimo

**mamma\_lara** Domenica, 01 Novembre 2015 13:52

Piera, poi ci dirai delle festa di ieri sera. Conosco poche cose che hai nominato, ma quelle che conosco sono ottime tutte.

**mamma\_lara** Domenica, 01 Novembre 2015 13:51

Nico, invece oggi hai fatto venire il sole, almeno dalle mie parti 😊😊😊

**mamma\_lara** Domenica, 01 Novembre 2015 13:50

Paula, sti piedi che fanno male. Mi danno da pensare. Pensa che io ho scoperto le scarpe che mi fanno male e devo solo fare attenzione che non abbiamo nulla che mi batte sulle dita dei piedi e che stringano troppo il collo del piede. Quelle del convegno facevano schifo, ma potevo starci dentro anche 3 giorni di seguito e ci sarei stata bene

**mamma\_lara** Domenica, 01 Novembre 2015 13:48

Simona, ormai sei grande e anche in grado di farcela da sola. peccato però l'aver perso le chiacchierate, solo che alle volte bisogna tagliare per tare bene. Sai che anch'io ormai non condivido più nulla con persone che invece dovrei condividere tanto, ma io vado per una strada e loro ne hanno presa un'altra. Troppo mi faceva star male la loro coalizione quando si stava insieme e io ero quella presa di mira solo perchè ero diversa e non mi sono mai uniformata. Ora me ne sono fatta una ragione e vivo bene lo stesso. L'amore non termina e non finisce mai dentro di me, ma devo salvarmi e salvarmi vuol dire che parlo del tempo e basta. Triste? Si abbastanza, ma non è colpa mia.

**mamma\_lara** Domenica, 01 Novembre 2015 13:40

Simona, Piera, anch'io penso che verrà fuori una cosa stupenda, ne sono certissima. ora sistemiamo il giorno per dare la possibilità a tutte di esserci. Ma su questo nessun problema. Nessuno alcuno. 😊

**mamma\_lara** Domenica, 01 Novembre 2015 13:38

Cri, si hai ragione, ma non parlo di noi che siamo qui e al gruppo. Noi sappiamo tutto quello che ci fa bene. Appunto siamo qui e ovunque c'è da "prendere" 😊

**rossana** Domenica, 01 Novembre 2015 10:10

PAULA sono sicura che tu e Fausto nonostante il traffico di questi giorni riuscirete a trovare un buco e ad infilarvi in qualche sagra di paese.

Sono troppo sicura 😎

**rossana** Domenica, 01 Novembre 2015 10:07

SIMONA ieri hai scritto cose grandiose, grazie davvero.

Stai crescendo, ora sei davvero adulta.

Brava proprio

E diventare adulti significa proprio perdere quell incanto che ammanta le cose dei vari ambiti affettivi e non della nostra vita.

Ahimè, è questo il prezzo da pagare ma la separazione dai genitori ci deve essere se no non è un rapporto sano.

Senza nulla togliere a te che ora scrivi molto bene e con una maturità "nuova" credo che il lavoro con la psicoterapeuta qualcosa ti abbia lasciato.

In effetti tutto serve, ci facciamo condizionare anche da molto molto meno.

Buona giornata con Mattia e non solo 😊

**cri69** Domenica, 01 Novembre 2015 10:04

Per quello che mi riguarda, quando ce l'hai proposto ,io ho detto subito si. Mi viene da dire che se non credessimo in cose alternative non verremmo nemmeno al gruppo... 😊

**rossana** Domenica, 01 Novembre 2015 10:03

Buongiorno a tutte,

LARA che bel pomeriggio ti sei goduta poi anche la sera.

Sono proprio contenta. 😊

**mamma\_lara** Domenica, 01 Novembre 2015 09:56

Simona, sono certa che farà molto bene alle ragazze, spero che anche a loro venga il pensiero che questa cosa posso essere di aiuto. Sai bene che è difficile pensare che quello che non è farmaco ci possa aiutare. Io stessa ho avuto molte resistenze.

**mamma\_lara** Domenica, 01 Novembre 2015 09:53

Piera, lo sai di cosa è il merito di questo cambiamento. La tranquillità delle mie notti passate senza dolore e poter dormire ad ogni ora del giorno senza paura che arrivi l'attacco. Poi l'emigrania c'è

ancora abbastanza, ma c'è una bella differenza dall'averla sempre. 😊

Un'altra vita e questa è ancora più bella di quella che avevo, perchè posso usare le mie forze non solo per il dolore ma anche per il passatempo.

Dimmi mo come potrò mai ringraziare te e il dr. Di Lorenzo. Te per aver fatto da apripista e il dr. Di Lorenzo per aver creduto anche in "altro".

**Simona** Domenica, 01 Novembre 2015 09:30

Lara ottima iniziativa. .. brava feffe a darti l'idea..e brava Lella a metterla in pratica.. credo farà molto bene alle ragazze del gruppo. .. io ripeto giornalmente l'esercizio che ci ha fatto fare feffe..

se posso anche 2 volte al giorno e trovo molti benefici. .. bene bene... mi piace sta cosa... 😊😊😊

**Piera** Domenica, 01 Novembre 2015 09:30

Lella farà sicuramente un ottimo lavoro!!! :-)

**Piera** Domenica, 01 Novembre 2015 09:28

Mamma mia Lara,credo di non averti mai sentito in tanti anni raccontare una cosa del genere!!!

Certo sembra poca cosa riuscire a stare fuori così all'improvviso,ma non lo è 😊

**mamma\_lara** Domenica, 01 Novembre 2015 09:23

Per il gruppo di Auto Aiuto, ho attivato Lella e le prossime volte chi vorrà partecipare al corso di: "ESERCIZI DI CONSAPEVOLEZZA DEL RESPIRO PER IL RILASSAMENTO DELLA MENTE E DEL CORPO" dovrà arrivare alle 15,30 e per mezz'ora Lella ci farà lezione.

Ha preparato una bellissima spiegazione che distribuirò ai partecipanti.

Sono felicissima per questa cosa e grazie a Feffe per avermi dato il coraggio di proporla. E' stata lei con le sue prove di rilassamento a Ferrara e la reazione delle ragazze che mi ha fatto pensare che questa possa essere una cosa ottima da fare.

Io uso questa pratica tre volte al giorno e mi fa troppo bene, solo che non sarei capace di insegnarla.

Non so perchè ma ho paura di perdere il controllo. Non vado neppure a lavorarci su perchè così mi sento e mi devo rispettare. Poi sinceramente avrei anche poco tempo da dedicarci visto che sempre per il gruppo "studio" e mi preparo tante ore al giorno. Così Lella farà grandi cose ne sono convinta. Poi però lei non parteciperà al gruppo ma farà solo questo "corso".

**mamma\_lara** Domenica, 01 Novembre 2015 09:16

Buongiorno a tutti.

Ieri sono uscita con Gabriele al supermercato e ci siamo incontrati lì con amici così abbiamo deciso che avremmo prolungato la permanenza mangiato una pizza loro e tonno con insalata io. Sono stata bene 😊

Una volta tornata ho fatto compagnia a Gabriele

**Simona** Domenica, 01 Novembre 2015 08:58

Piera 😊😊 vedi.. un passo alla volta arriva la pace ovunque... 😊😊 e bravo Giorgino!!!! 😊😊

Io mi sono appena finita di fare la ceretta... ieri gamba sinistra... oggi destra...ora doccia e capello poi con Mattia andiamo ai giardini con il monopattino che gli ha regalato mio zio per il compleanno e vediamo di imparare un po' ad avere un equilibrio... poi comprenderemo dalla pasta fresca per gli uomini di casa il pranzo... stasera porterò Mattia dai miei suoceri che domani l'asilo è chiuso... per fortuna non si ricorda più che ad agosto mi aveva detto "mai più a dormire dal nonno Sergio e nonna Myriam"... ora pare sia entusiasta di andare.... sperem..... 😊😊

**cri69** Domenica, 01 Novembre 2015 08:57

Buongiorno a tutti, buona domenica, qui bella giornata fresca.

**paula1** Domenica, 01 Novembre 2015 08:29

Buon giorno a tutti...qui tempo ancora incerto, ma oggi hanno messo sole...

Ieri mattina ho lavorato ma ero alla fine delle forze coi piedi che mi fanno sempre più male...il pranzo dai miei è andato bene...mio padre ha cucinato il maialino al forno ed era strabuono...

Poi me ne sono andata a casa a letto... 😊 anche se continuo a riposare malissimo... 😊😊

oggi sono a casa e vediamo come sfruttare al meglio la giornata...ci sono parecchie sagre in giro...ma anche molta gente per l'assalto annuale ai cimiteri...

**Piera** Domenica, 01 Novembre 2015 08:11

Simona, alla pace dello stiro ci sei arrivata 😄 ..anch'io, stira quasi tutto giorgino 😄

**Simona** Domenica, 01 Novembre 2015 08:04

Buongiorno adorato forum 😄  
Buona domenica. .

Grazie Nico..... spero di avvisare dove sei arrivata tu... alla pace...

Io come sapete ho smesso di stirare da una decina di anni a sta parte... 😄

**nico26** Domenica, 01 Novembre 2015 07:47

Buona domenica amici miei !

Simo quanto ti capisco ...lo ho fatto un lavoro immenso sulla mia infanzia poi piano piano con tanta tanta sofferenza mi sono riconciliata con i miei e ho perdonato con amore gli errori che hanno fatto su di me ,anche se li hanno fatti con l'amore che loro possedevano.

Il ruolo di genitore e' veramente difficile e quando sentivo dire che è il mestiere piu' duro non ci credevo ma devo dire che mi sono ricreduta.

Oh..Ragazze nveicherà....ieri sera fuori a cena e oggi fuori a pranzo!!

Lara io pur di non stirare montagne di roba tutti i giorni e dico tutti i giorni stiro un pochetto ,perche' se non faccio così avrei dei vagoni di roba (E poi tanta roba non la stiro)